



**RESPONSABILIZZARE LE COMUNITA'
A FAVORE DEI GIOVANI**



RESPONSABILIZZARE LE COMUNITA'

Autori: Nicola Ferretti, Gracián Svačina, Veronika Vesela,
Claudia Villante, Ilario Volpi, Minna Wallenius

A cura di: Minna Wallenius

Illustrazione: Tino Uimonen

Piegatura: Minna Wallenius

Stampato da: Printek Oy, Keuruu 2024



Empowering Communities è stato pubblicato nell'ambito del progetto mPOW-Erasmus+ finanziato dall'Unione Europea. Il progetto è stato realizzato da quattro ONG europee: SOSPED Foundation dalla Finlandia, Check-In dal Portogallo, Ila Grande Carro dall'Italia e Asociace Trigon dalla Repubblica Ceca.

Né l'Unione europea né l'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA) sono responsabili del contenuto della pubblicazione.



Funded by
the European Union

SOSPED

PROJEKTI
CHECK-IN
OSVETOVANJE I OSVETOVANJE


il grande
carro



ASOCIACE TRIGON

Sommario

1 INTRODUZION 7

2. Giovani NEET: Un gruppo vario ed eterogeneo 8

2.1. Panoramica europea: Situazione dei giovani NEET

2.2 I Giovani NEET in ITALIA

2.2.1 Salute mentale e rischio di esclusione

2.2.2 Metodi proposti da esperti e scienziati

2.2.3 Le raccomandazioni dei ricercatori

3. Definizione dei concetti chiave dell'empowermen 14

Portogallo

Repubblica Ceca

Finlandia

Italia

4. Quattro Modi per l'Empowerment — e Quattro Storie di Empowerment 20

4.1 Associazione Trigon: Empowerment dell' Utente in un Centro di Salute Mentale Ceco

4.2 Association Check-In: Il Portogallo Crede nell'Aumento dell'Inclusione Sociale e Digitale

4.3 SOSPED Foundation: Empowering i giovani adulti in Finlandia con l'aiuto di un laboratorio culturale

4.4 Il Metodo di Rafforzamento della Cooperativa Il Grande Carro in Italia

5. Appartenenza a una comunità significa accettazione e inclusione per i giovani: i risultati dell'indagine..... 36

6. Creazione della Comunità..... 42

6.1 Pianificazione della Comunità

6.2 Preparazione iniziale

6.3 Definizione dei ruoli

6.4 Marketing

6.5 Coinvolgere nuove persone

6.6 Operazioni di lancio

6.7 Costruire un senso di comunità

6.8 Valutazione e sviluppo

6.9 Dare riconoscimento ai volontari

6.10 Entrare ed uscire

7. Mantenere e sviluppare un senso di Comunità 50

7.1 Il fattore unificante

7.2 Per iniziare

7.3 Rituali

7.4 Spazi e atmosfera

7.5 Interazione

7.6 Simboli

7.7 Ruoli

8 Formazione per gli attori della comunità 56

8.1 Educazione dei giovani: "Io come membro valorizzato della comunità"

8.2 Formazione dei professionisti: "L'empowerment come percorso condiviso"

9. Domande di auto-riflessione per chi è responsabile delle comunità 78

10. Riferimenti bibliografici 84



1. INTRODUZIONE

“Un uomo diventa uomo solo facendo parte della comunità umana”

– Paul Natorp 1899

La società europea è tra le migliori sotto molti aspetti, ma è sempre più difficile per le persone sentire un vero senso di appartenenza alla propria comunità. Le disuguaglianze sono aumentate in Europa: chi sta bene sta meglio, mentre i poveri sono sempre più poveri. Coloro che non vanno bene a scuola o al lavoro devono affrontare sfide sempre più grandi. I giovani che non completano il percorso di studio e non lavorano (in inglese NEET – Not in Education, Employment and Training) possono avere nel lavoro futuro problemi finanziari (dovuti alla loro debolezza sul mercato del lavoro), sociali ed emotivi. Se i giovani non riescono a portare a termine gli studi o a trovare un lavoro, è facile che sentano di non appartenere a nessun luogo. Allo stesso modo, i bisogni psicologici fondamentali, le competenze sociali, l'autosufficienza e la coesione, possono non essere soddisfatti.

I problemi di salute mentale dei giovani sono aumentati e le liste di attesa per le cure si sono allungate. In Italia il 49,4% dei giovani italiani tra i 18 e i 25 anni ha affermato di avere sofferto di ansia e depressione a causa dell'emergenza sanitaria legata alla pandemia da COVID19. Per la stessa ragione, il 62,1% ha cambiato la propria visione del futuro. Secondo l'ISTAT circa 220 mila ragazzi tra i 14 e i 19 anni (pari al 6,2% dei giovani di questa fascia di età) sono insoddisfatti della propria vita e, allo stesso tempo, con una condizione di scarso benessere psicologico (nel 2019 erano il 3,2% del totale). I giovani sono sempre più sotto pressione nel dover dimostrare di saper essere autonomi e di farcela. Sono sempre di più gli adolescenti alle prese con un malessere provocato dal “dover dimostrare qualcosa” agli altri. I social media danno l'impressione che chiunque possa essere qualsiasi cosa, il che rende la scelta di una professione ancora più difficile, perché quando le situazioni

cambiano rapidamente, non si può mai essere sicuri di quale sia una buona scelta per il futuro.

In questo libro vogliamo fornire una soluzione alle sfide che i giovani devono affrontare e mostrare come migliorare il loro benessere attraverso una comunità „empowering“, cioè una comunità che li rafforza. L'obiettivo del manuale è quello di fornire ai professionisti uno strumento per utilizzare metodi di empowerment e di proporre un approccio pragmatico per lavorare con giovani nel sostegno alla ricerca del loro posto nella società. Una revisione della letteratura e un'indagine condotta appositamente dimostrano che c'è un bisogno reale di attività basate sulla „comunità che rafforza“. Il libro inizia descrivendo la situazione dei giovani NEET in Europa, con un focus per l'Italia, e le raccomandazioni provenienti dallo studio comparativo fatto nei 4 Paesi che hanno partecipato al progetto Erasmus (oltre all'Italia, Portogallo, Finlandia e Repubblica Ceca). In questo libro si raccontano i metodi che sono stati pensati e sperimentati per responsabilizzare i giovani anche a partire dalle storie di vita raccolte nel corso delle attività previste dal progetto.

Si forniscono informazioni e strumenti pratici per coloro che vogliono iniziare a implementare una comunità empowering: vengono descritti i passi per creare una comunità empowering e per mantenere e sviluppare un senso di comunità nelle attività esistenti. Inoltre, vengono offerti due schemi di formazione (uno per i giovani e uno per i professionisti che lavorano con loro). Infine vengono suggerite alcune domande di auto-riflessione che mirano da un lato a sollecitare i giovani nel loro percorso che li porta a diventare attori della comunità e, dall'altro a formare i professionisti a responsabilizzare i giovani. Le domande di auto-riflessione riguardano i temi dell'empowerment, della comunità, dell'interazione e dell'auto-miglioramento.

Ci auguriamo che questo libro aumenti la consapevolezza dell'impatto potenziante delle comunità, in particolare tra i giovani NEET, e che incoraggi la creazione di nuove comunità orientate ai giovani.

2. Giovani NEET: Un gruppo vario ed eterogeneo

I giovani NEET (Not in Education, Employment, or Training) sono un gruppo eterogeneo con situazioni di vita diverse. I giovani NEET è una popolazione eterogenea formata da chi sta aspettando ad iniziare gli studi, svolgendo attività di diverso tipo (servizio di leva o civile, trascorrere un anno sabbatico, prepararsi agli esami di ammissione o essere in vacanza), e da chi lascia il percorso di studi per motivi di natura psicologica o sociale. Molti di questi giovani devono affrontare sfide sociali, sanitarie che possono portare a percorsi che li lascia i margini della società, all'esclusione. Ma proprio perché i NEET sono una popolazione eterogenea occorre esaminarli individualmente. Tale approccio individualizzato è l'unico efficace a rispondere a bisogni e domande diverse.

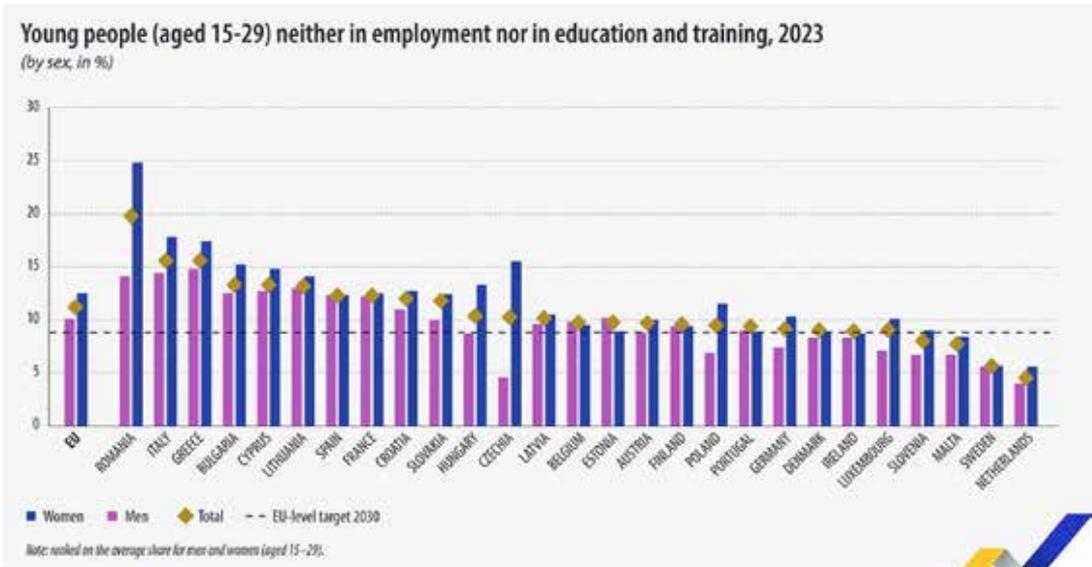
Abbiamo condotto un'ampia analisi della situazione dei giovani NEET in Finlandia, Italia, Portogallo e Repubblica Ceca; il rapporto completo può essere letto online, visitando il sito web: www.empow.eu

2.1. Panoramica europea: Situazione dei giovani NEET

L'Unione europea mira a ridurre la percentuale di giovani fuori dal mondo del lavoro e dell'istruzione al 9% entro il 2030. Nel 2023, i giovani NEET nell'UE saranno in media l'11,2%, ma ci sono grandi differenze tra gli Stati membri. Ad esempio, in Italia il tasso di NEET è elevato, mentre nella Repubblica Ceca è inferiore alla media UE se si considera la popolazione maschile ma superiore alla media se si considerano le donne. In Portogallo e Finlandia, i NEET sono al di sotto della media UE.

Il livello di istruzione contribuisce in modo significativo al rischio di diventare un giovane NEET. Nel 2023, il tasso di NEET per i giovani 15-29enni con un basso livello di istruzione nell'UE era del 12,9%, rispetto all'11,6% per i giovani di livello medio e al 7,8% per i giovani con un'istruzione elevata. La partecipazione ad attività educative riduce significativamente la probabilità di rischio di NEET.





Adolescenti NEET (15-29 anni) in Europa. Fonte: Eurostat, 2023

2.2 I Giovani NEET in ITALIA

Secondo ISTAT, nel 2023, la quota di giovani che non lavorano e non studiano (NEET) sulla popolazione di età tra i 15 e i 29 anni è stimata al 16,1% ed è più elevata tra le femmine (17,8%), che tra i maschi (14,4%). Inoltre, sempre nel 2023, tra i 18 e i 24 anni d'età, la percentuale di giovani che hanno abbandonato precocemente gli studi è del 10,5%, in calo rispetto alla stima del 2022. Il benchmark europeo per il 2030 è fissato al 9% dal Quadro strategico per la cooperazione europea nel settore dell'istruzione e della formazione. L'abbandono precoce degli studi caratterizza più i ragazzi (13,1%) delle ragazze (7,6%).

L'incidenza dei Neet diminuisce al crescere del titolo di studio: è di circa il 20% tra i giovani diplomati o con al più la licenza media, mentre si ferma al 14% tra i laureati. È un fenomeno che si associa a un tasso di disoccupazione giovanile elevato (il 18%, quasi 7 punti superiore a quello medio europeo), con una quota di giovani in cerca di lavoro da almeno 12 mesi tripla (8,8%) rispetto alla media europea (2,8%). Circa un terzo dei Neet (559 mila) è disoccupato, nella metà dei casi da almeno 12 mesi (il 62,2% nel Mezzogiorno, contro il 39,5% nel Nord). Mentre quasi il 38% dei Neet (629 mila) non cerca lavoro né è disponibile a lavorare

immediatamente. Quest'ultimo gruppo si divide tra chi è in attesa di intraprendere un percorso formativo (il 47,5% tra i ragazzi), chi dichiara motivi di cura dei figli o di altri familiari non autosufficienti (il 46,2% tra le ragazze) e chi indica problemi di salute; solo il 3,3% dichiara di non avere interesse o bisogno di lavorare. Oltre tre quarti dei Neet vivono da figli ancora nella famiglia di origine e solo un terzo ha avuto precedenti esperienze lavorative, un valore che varia tra il 6,8% per chi ha meno di 20 anni, il 46,7% per chi ha 25-29 anni. Oltre tre quarti dei Neet italiani, infine, vivono da figli ancora nella famiglia di origine e solo un terzo ha avuto precedenti esperienze lavorative, un valore che varia tra il 6,8% per chi ha meno di 20 anni, il 46,7% per chi ha 25-29 anni (cfr. Rapporto Annuale Istat 2023 presentato alla Camera dei Deputati il 7 luglio 2023)

I giovani NEET sono a maggior rischio di emarginazione, soprattutto a causa della mancanza di istruzione secondaria, dei problemi di salute, della mancanza di relazioni sociali, della disoccupazione prolungata, del sostegno al reddito e dell'esclusione intergenerazionale. I problemi di salute mentale nei bambini e negli adolescenti sono aumentati e la pandemia COVID-19 ha peggiorato ulteriormente la situazione. La pandemia ha colpito in particolare i giovani più vulnerabili, aumentando la solitudine e rendendo più difficile ottenere aiuto.

2.2.1 Salute mentale e rischio di esclusione

I problemi di salute mentale come depressione, ansia, problemi comportamentali e rischio di suicidio sono comuni tra i giovani NEET. Anche il ricorso ai servizi psichiatrici è più frequente tra gli adolescenti NEET e l'uso di farmaci psichiatrici è comune.

Ogni anno nel mondo si contano circa 46mila suicidi tra gli adolescenti, mentre nei soli tre anni della pandemia si è registrato un aumento del 30% delle diagnosi di disturbi psichici ed i sintomi depressivi nella popolazione sono quintuplicati anche in Italia coinvolgendo 1 persona su 3. Nonostante ciò le risorse a disposizione dei Servizi di Salute Mentale pubblici sono in continuo calo ed oggi sono pari al 2,75% del Fondo sanitario nazionale, mentre l'indicazione europea è del 10% per i Paesi a più alto reddito.

Anche i Dipartimenti di Salute Mentale sono diminuiti, dai 183 del 2015 ai 141 del 2020. Si stima inoltre che entro il 2025 mancheranno all'appello altri mille psichiatri”.

Da decenni in Italia vengono effettuate indagini sulla condizione giovanile e vengono elaborati rapporti di studio a volte a cadenza annuale (cfr. ad esempio “La condizione giovanile in Italia. Rapporto Giovani 2023” dell'Istituto G. Toniolo- Il Mulino. Ed. 2024). Queste indagini costituiscono studi “di popolazione” che cercano di esaminare la condizione delle fasce giovanili nel loro insieme fornendo descrizioni in merito ai rapporti con il sistema scolastico/formativo, il tempo libero, il mercato del lavoro, i rapporti sociali e familiari, la partecipazione, le percezioni e i vissuti sul presente e sul futuro.

Tra le tendenze di maggiore rilievo degli ultimi anni vengono comunemente segnalati:

- l'aumento di indicatori di incertezza e preoccupazione tra le giovani generazioni sul presente e sul futuro;
- l'aumento di segnali di disagio e di vera e propria sofferenza mentale

Numerosi sono i riscontri che individuano nella situazione di vulnerabilità dei giovani (ancor prima degli

eventi pandemici) uno dei principali nodi critici che deve affrontare la nostra società.

Giovani e salute mentale

Già prima della vicenda pandemica era possibile rintracciare un'ampia letteratura sulle condizioni di sofferenza mentale dei giovani.

I drammatici accadimenti degli ultimi anni (lockdown, guerra, crisi energetica, crisi climatica ecc.), hanno decisamente fatto emergere un quadro ancora più drammatico riconosciuto non solo dai professionisti della salute mentale, ma dell'intera collettività.

Alcune fonti testimoniano aumenti consistenti (di circa 3 volte) di richieste di aiuto da parte di adolescenti (cfr. ad esempio Borgatti R. 2021).

Le manifestazioni di sofferenza mentale vanno dal ritiro sociale estremo (hikikomori), ai gravi disturbi alimentari, all'angoscia generalizzata, ai veri e propri esordi psicotici. Riscontri epidemiologici segnalano inoltre un aumento di comportamenti autolesionistici e di tentativi di suicidio.

Aumentano inoltre in maniera esponenziale i segnali di inadeguatezza legati specificamente al sistema educativo quali le certificazioni di DSA (disturbi specifici dell'apprendimento) e, come già accennato, gli abbandoni e la dispersione scolastici.

A fronte di un quadro così problematico la condizione del disagio mentale dei giovani rimane prevalentemente sommersa e la risposta istituzionale appare assolutamente insufficiente.

A questo proposito, in sintesi i problemi principali in Italia riguardano:

- le scarse opportunità di socializzazione e di apprendimento per giovani con disagio mentale in contesti esterno al circuito strettamente sanitario;
- ma nel contempo la scarsa propensione dei servizi di salute mentale ad intervenire in maniera precoce e in un'ottica preventiva;
- la carenza di opportunità esperienziali a “bassa soglia” in grado di stimolare l'interesse dei giovani verso forme espressive, artistiche, sportive;



Un ostacolo importante all'accesso ai servizi può essere rappresentato dal fatto che si ha timore a chiedere aiuto.

- la separazione organizzativa/operativa tra servizi di salute mentale per l'età evolutiva e servizi di salute mentale per l'età adulta;
- la scarsità di finanziamenti per la salute mentale in età evolutiva: solo negli ultimi PANSM (piani di azione nazionale salute mentale) viene esplicitamente citato un riferimento economico ai servizi per l'infanzia e l'adolescenza, ma all'interno di disponibilità complessive che non aumentano;
- l'insufficienza del lavoro di rete e sui contesti aggregativi, degli approcci cooperativi e della valorizzazione del sostegno tra pari.

Caratteristiche delle politiche e organizzazione dei servizi

Le caratteristiche delle politiche giovanili in Italia rispecchiano pienamente la prevalenza di una cultura delle politiche pubbliche fortemente improntata da un approccio “riparativo” ed assistenzialistico che è ben testimoniato da numerosi riscontri che rilevano la carenza di progettualità specifiche e a volte il mancato utilizzo di finanziamenti destinati ai giovani.

Anzi, pensiamo si possa affermare con ragionevole certezza che, nel corso degli ultimi tempi l'attenzione nei confronti delle fasce giovanili abbia “segnato un po' il passo”. Qualche decennio fa anno preso avvio numerose iniziative specifiche quali ad esempio i progetti Informagiovani, i progetti ex lege 285/1977, i numerosi Osservatori finalizzati alla prevenzione del disagio ecc. Attualmente in Italia esiste un “Dipartimento per le politiche giovanili e per il servizio civile universale”, ma non tutte le Regioni sono dotate di normativa e risorse specifiche. Non mancano disposizioni di tipo generale interessanti quale appunto quella sul servizio civile nazionale ed universale (che però ha recentemente subito anche una riduzione di finanziamenti) od altre normative più specifiche sul fronte dell'occupazione quale ad esempio “Garanzia giovani” o iniziative di contrasto del disagio quali lo psicologo scolastico, o misure a volte “controverse” come gli sportelli di counseling o il “bonus psicologo”, ma manca un quadro unitario di riferimento e ne è prova il fatto che da tempo si parla della necessità di una legge nazionale specifica sui giovani che sembra dovrebbe forse essere emanata nel corso di quest'anno.

Secondo la gran parte degli osservatori i nodi critici principali da affrontare sembrano essere i seguenti:

- la mancanza di una visione di insieme e la separazione di sistemi (es. quello educativo, quello sociale, quello della formazione e del lavoro, quello sanitario, ecc);
- la separazione tra servizi per l'età evolutiva e servizi per l'età adulta di cui si è già detto;
- la difficoltà di offrire risposte “leggere” in grado di “andare incontro” e di stimolare l'interesse dei giovani;

- le “povertà educative” e la carenza di contesti aggregativi: in tutta la città di Roma ad esempio esiste un solo Informagiovani e non più di una cinquantina di centri di aggregazione;
- la difficoltà di conoscere e potenziare reti di sostegno informale (a partire da quelle dei pari).

2.2.2 Metodi proposti da esperti e scienziati

AGIA (Autorità Garante per l'Infanzia e l'Adolescenza) nel 2017 pubblicava un documento frutto delle riflessioni di esperti, dove si fornivano indicazioni pratiche per contrastare il disagio mentale dei giovani. Ovviamente dopo la pandemia queste raccomandazioni sono diventate sempre più centrali. Un elemento interessante emerso nel sistema di presa in carico della persona di minore età con disagio psichico o disturbi psichiatrici è la questione della formazione del personale coinvolto, direttamente e non, e della comunicazione e integrazione tra i servizi. Inoltre emerge la difficoltà delle strutture specialistiche a garantire le risposte tempestive e mirate necessarie agli adolescenti con disturbi psichiatrici. In particolare, viene evidenziata la mancanza di risorse dei servizi territoriali e la carenza di strutture diurne e residenziali terapeutiche.

Nel citato documento si raccomanda innanzitutto che tutti i servizi e gli interventi nell'ambito dei disagi psichici e dei disturbi psichiatrici in adolescenza siano effettivamente improntati ai principi di specificità, partecipazione, continuità e autonomia derivanti dai principi trasversali della Convenzione sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza e già descritti, che sono purtroppo risultati ancora scarsamente applicati. Una specifica attenzione, in questa ottica, va posta alla sensibilizzazione e formazione interdisciplinare e alla reciproca trasmissione di competenze, coinvolgendo anche gli operatori educativi e scolastici e i soggetti della comunità locale. In questa direzione è necessario valorizzare ed implementare la programmazione di interventi educativi e socio-sanitari nei contesti scolastici dedicati ai bambini, ai ragazzi e alle famiglie. Da qui l'importanza di realizzare servizi e interventi di prossimità, grazie ad operatori e professionisti - istituzionali e non - qualificati, specificamente formati, costantemente aggiornati e soprattutto capaci di dialogare in rete tra loro e di creare relazioni empatiche con le famiglie e con le persone di minore età.

Un supporto completo per i giovani richiede la cooperazione tra diversi professionisti e fornitori di servizi. Tuttavia, il collegamento in rete in un'ottica di inclusione e cooperazione richiede un coordinamento più chiaro. Le diverse situazioni dei giovani spesso richiedono la combinazione di diversi modi di lavorare. Idealmente, la situazione del giovane è stata gestita combinando, ad esempio, il lavoro sociale e la riabilitazione sociale delle organizzazioni non governative. I giovani hanno spesso bisogno di diverse forme di sostegno concomitante: oltre agli incontri regolari con gli assistenti sociali o gli operatori sanitari, essi trovano valore nelle persone di supporto, nei luoghi di incontro „a bassa soglia“ così come nelle opzioni di comunicazione digitale. Affrontare in modo olistico le sfide dei giovani sembrava essere per loro l'unico metodo per la costruzione di una vita più equilibrata.

2.2.3 Le raccomandazioni dei ricercatori

Quelle che seguono sono le raccomandazioni raccolte dal progetto MPOW che, come indicato ha beneficiato dello scambio con altri partner stranieri nella individuazione di buone prassi.

1. Deve essere riconosciuta l'importanza del tempo libero per il benessere dei giovani.

I giovani provengono da contesti diversi e alcuni di loro hanno opportunità più limitate di partecipare ad attività ricreative significative. Questi giovani dovrebbero ricevere un'attenzione particolare e un sostegno per consentire loro di svolgere attività ricreative che promuovano il benessere. Un buon tempo libero ha un significato diverso per i giovani, e dovrebbero essi stessi avere l'opportunità di definirlo da soli. I giovani dovrebbero essere consultati su varie questioni relative al tempo libero e dovrebbero essere fornite loro varie strutture e forme per sostenere un tempo libero scelto.

2. Ai giovani devono essere garantite strutture ricreative diversificate e un numero adeguato di operatori.

Questo dovrebbe essere fatto tenendo conto delle esigenze di privacy e di spazio dei giovani. La pianificazione urbana dovrebbe tenere conto del diritto dei giovani agli spazi pubblici e semipubblici e organizzarli in modo che siano inclusivi e invitanti anche per i giovani.

Nel lungo periodo, il numero di centri e strutture per i giovani è diminuito. Tali centri dovrebbero essere situati vicino ai loro utenti. I centri e le strutture per la gioventù offrono ai giovani un luogo alternativo sicuro dove poter frequentare, giocare e interagire con adulti (tutors) laddove la casa non è un buon posto in cui stare. Anche altri spazi pubblici e semipubblici dovrebbero avere un numero sufficiente di adulti di riferimento per gli adolescenti. I centri devono poi differenziarsi per tipologia di giovani e per età: i giovani adulti, ad esempio, hanno bisogno di strutture ricreative proprie perché le loro esigenze di svago differiscono da quelle dei gruppi di

3. I servizi locali e primari per bambini, giovani e famiglie devono essere sostenuti.

I servizi di sostegno precoce sono fondamentali per evitare il sovraffollamento dei servizi specialistici. Pertanto, la soglia per il sostegno precoce dovrebbe essere bassa, i servizi dovrebbero essere il più possibile accessibili e gli sforzi dovrebbero essere fatti, ad esempio, nelle attività legate alla scuola.

4. Sostegno mirato ai giovani che stanno già affrontando le proprie sfide.

Per evitare un aumento del disagio, i servizi dovrebbero essere sviluppati in modo tale che i giovani con problemi di salute mentale non debbano avere bisogno di percorsi specifici per poter accedere ai servizi. Un sostegno mirato aiuta a prevenire l'aggravarsi del disagio e le sue conseguenze negative. L'accesso ai servizi di salute mentale dovrebbe essere garantito anche ai giovani al di fuori del mondo del lavoro e dell'istruzione.

5. I servizi devono tenere conto delle esigenze specifiche dei giovani.

I giovani bisognosi di aiuto devono essere sostenuti in tutte le fasi del percorso di sostegno. I servizi devono essere in grado di adattarsi alla situazione del giovane e di fornire un sostegno sufficientemente mirato. Inoltre la stabilità delle strutture e del personale deve essere sviluppata, in quanto consente di instaurare relazioni a lungo termine con gli utenti che migliorano la qualità dell'assistenza. L'accessibilità deve tenere conto degli strumenti di comunicazione utilizzati dai giovani e il personale deve essere formato per interagire con giovani diversi.



3. Definizione dei concetti chiave dell'empowerment



I concetti utilizzati in questo handbook possono essere definiti in molti modi diversi. Per questo motivo si è deciso di fornire una specifica definizione che è stata condivisa da tutti i partners del progetto MPOW. Tra i vari concetti, di seguito riportati, intendiamo descrivere brevemente cosa intendiamo per comunità „potenziante“.

EMPOWERMENT

L'empowerment è un approccio che enfatizza il sostegno e lo sviluppo delle capacità degli individui volto ad ottenere una migliore presa sulla loro vita. Alcuni autori definiscono il metodo dell'empowerment come il processo attraverso il quale gli individui, le comunità e le organizzazioni acquisiscono un maggiore controllo sulla propria vita e sul proprio ambiente, in modo da ottenere risultati e qualità di vita migliori. **L'empowerment è più di una singola condizione o proprietà; è un processo dinamico che coinvolge diversi livelli e contesti.**

Gli aspetti chiave della definizione includono:

- 1. Controllo e influenza:** L'empowerment si riferisce all'acquisizione del controllo della propria vita e alla capacità di influenzare le decisioni che riguardano l'individuo e la sua comunità.
- 2. Partecipazione:** L'attenzione si concentra sulla partecipazione attiva degli individui e delle comunità ai processi decisionali. Le persone devono essere coinvolte nei processi che riguardano la loro vita per sentirsi responsabilizzate.

3. Condivisione del potere: l'empowerment implica la condivisione del potere e dell'autorità tra individui e organizzazioni, consentendo alle persone di esercitare una maggiore influenza sul loro ambiente.

4. Sviluppo di competenze e capacità: Il processo di empowerment sostiene lo sviluppo delle competenze e delle capacità degli individui e delle comunità in modo che possano utilizzare efficacemente le nuove opportunità e risorse.

5. Giustizia sociale: occorre sottolineare anche l'aspetto della giustizia sociale, dove empowerment significa creare strutture e sistemi più equi ed egualitari che consentano a tutte le persone di accedere al potere e alle risorse.

L'empowerment è anche un metodo riconosciuto dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, che lo definisce come segue: **l'empowerment è il grado in cui i partecipanti possono prendere decisioni, influenzare e controllare gli eventi della loro vita** (OMS, 2010).

COMUNITÀ

Il concetto di comunità ha innumerevoli significati. Il professore ceco Matoušek (2003) definisce la comunità come segue: “Una comunità è un luogo in cui una persona può ricevere sostegno emotivo, apprezzamento e aiuto pratico nella vita quotidiana”. Una comunità può essere locale, come un quartiere o un villaggio, o virtuale, come una comunità online. La famiglia o la parentela sono considerate un senso tradizionale di comunità. Alla base di una comunità ci sono, ad esempio, fattori economici, politici o regionali. Inoltre, un senso di comunità può essere basato su parentela, interessi, credenze, attività condivise, interazioni, socializzazione, hobby, visioni del mondo, preferenze o persino sentimenti. Le comunità possono anche essere classificate in base ai loro obiettivi, come le comunità di cura, e alla natura delle interazioni, come le comunità ideologiche (Kangaspunta, 2011).

La comunità può anche essere definita come una relazione sociale attraverso la quale gli obiettivi e i valori condivisi dalle persone guidano l'azione sociale (Kurki, 2002). Ciò significa che i singoli membri della comunità, così come la comunità nel suo complesso, hanno gli stessi interessi e bisogni. Le persone si riuniscono per uno scopo specifico. Charles Vogl definisce il concetto di comunità in modo ancora più rigoroso: “Una



ESEMPI DI DIVERSE COMUNITÀ

Di seguito sono riportati esempi di comunità in diversi paesi europei, la loro importanza e i diversi modi in cui le comunità si formano e operano in diversi paesi..

Portogallo

Comunità intercomunali:

- - Le comunità intercomunali rappresentano comunità in cui più comuni collaborano per risolvere problemi comuni e fornire servizi a un'area più vasta. Si tratta di un esempio di formazione di una comunità più ampia tra diverse unità amministrative più piccole.
- - La cooperazione tra diversi attori comunali e sovranazionali rappresenta un senso di comunità in cui si condividono le risorse e si uniscono le forze per raggiungere obiettivi comuni.

Comunità rurali:

- - Le comunità rurali sono composte da persone che vivono lontano dai centri urbani e spesso vivono di agricoltura o allevamento. Queste comunità tendono a essere molto unite e il loro stile di vita si basa su un senso di comunità e assistenza reciproca.
- - La mancanza di infrastrutture e servizi nelle comunità rurali evidenzia l'interdipendenza e la cooperazione dei membri della comunità nella vita quotidiana.

Repubblica Ceca

Comunità di villaggio tradizionali:

- - Le comunità storiche dei villaggi si formano spesso intorno all'agricoltura, ai costumi locali e alle tradizioni culturali. Feste comuni, mercati artigianali e associazioni locali mantengono la vita e l'unità della comunità.

Organizzazioni e associazioni:

- - Molte comunità si formano attorno a varie associazioni e organizzazioni che offrono attività

culturali, sportive o sociali. Il Sokol, i vigili del fuoco e i club di caccia, ad esempio, sono esempi di comunità che riuniscono le persone intorno a hobby e obiettivi comuni.

Comunità religiose e spirituali:

- - Le congregazioni e le comunità religiose offrono spazi di incontro, sostegno e attività comuni. Queste comunità spesso plasmano la vita sociale e culturale in modo significativo.

Finlandia

Comunità del tempo libero:

- In Finlandia, una comunità tipica è spesso un'associazione, come un club sportivo, un'organizzazione di hobby, un'associazione culturale o un'organizzazione non governativa. Basate sul volontariato e su un interesse comune, queste associazioni arricchiscono la vita sociale delle persone e promuovono un senso di comunità.
- I club sportivi, le organizzazioni per hobby, le associazioni culturali e le organizzazioni non governative offrono molte opportunità di partecipazione attiva e di costruzione della comunità in diversi ambiti della vita.

Italia

L'importanza della rete di servizi regionale (comunità di assistenza ai giovani):

- Le reti regionali di servizi per i giovani, come Informagiovani, Garanzia Giovani e Servizio Civile Universale, sono esempi di comunità che forniscono un'ampia gamma di servizi e sostengono il benessere dei giovani.
- Attraverso il volontariato, il programma SCU (Servizio Civile Universale) promuove la crescita personale e professionale dei giovani e il miglioramento della comunità. Questo programma enfatizza la comunità, la solidarietà e la cooperazione.

comunità è un gruppo di individui che condividono una preoccupazione comune per il benessere degli altri” (Vogl, 2016).

La sociologa italiana Vitale afferma nel suo libro *Sociologia della comunità*: nessuna parola come “comunità” è capace di evocare relazioni sociali “calde”, improntate alla solidarietà quale principio capace di neutralizzare il crescente individualismo tipico della società moderna. Quando si parla dell’effetto potenziante delle comunità, è essenziale introdurre anche il concetto di comunità terapeutica. Si tratta di un approccio al trattamento e alla riabilitazione dei pazienti psichiatrici e dei consumatori di sostanze psicotrope. Nella comunità terapeutica, le attività si basano sulla cooperazione tra le persone: incontri regolari tra direzione, personale e clienti su diverse piattaforme collaborative. Ci sono riunioni della comunità, riunioni del personale e varie attività di gruppo. Queste piattaforme stabiliscono regole comuni, ne controllano il rispetto, affrontano le violazioni, risolvono i conflitti e sviluppano la comunità. Il potere terapeutico e riabilitativo più significativo risiede in queste diverse relazioni interpersonali e attività comunitarie. (Burst, 2003)

Il senso di comunità

In sociologia, il legame sociale comunitario tradizionale è definito come un senso di appartenenza (Kangaspunta, 2011). Ciò significa che l’esperienza emotiva di appartenenza a una comunità è cruciale quando si parla di senso di comunità. Un senso di comunità può essere vissuto, per esempio, quando i membri della comunità condividono valori e principi, hanno esperienze simili e esprimono solidarietà di fronte ai fallimenti o ai successi reciproci. In una comunità basata sull’amicizia, gli individui non sono isolati, ma non hanno neppure perso la loro individualità. C’è un equilibrio tra le esigenze individuali e l’azione di gruppo. La collaborazione è volontaria e le persone possono modificare i propri obiettivi personali mentre lavorano per raggiungere gli obiettivi del gruppo (Kurki, 2002).

Secondo Aro, un legame sociale comunitario si forma tra gli attori solo quando il loro senso di appartenenza porta anche a comportamenti in cui si orientano reciprocamente l’uno verso l’altro come attori (Aro, 2011). Cioè, non è sufficiente che le persone si considerino amici, ma devono anche agire come amici l’uno verso l’altro per creare un senso di comunità.

Charles Vogl definisce una comunità nel suo libro “The Art of Community” come un gruppo di individui che condividono una preoccupazione comune per il benessere reciproco (Vogl, 2016). Una tale comunità è diversa da un gruppo i cui membri condividono idee, interessi, intimità o altro, ma non si preoccupano del benessere degli altri. Questi gruppi non comunitari, dice Vogl, possono essere numerosi, come varie ONG, sindacati o sostenitori di una squadra sportiva. Tali gruppi possono condividere molti interessi e obiettivi comuni, ma i loro membri potrebbero non avere forti connessioni sociali tra di loro. Vogl crede che quando sentiamo che i membri della comunità si preoccupano del nostro benessere, iniziamo a sentirci connessi a loro e siamo così pronti a investire maggiormente nella costruzione della comunità.

La comunità che potenzia

In questo handbook, il termine comunità si avvicina maggiormente alla visione di comunità di Kurje, che significa che tutti i membri della comunità condivido-



no un interesse e un bisogno comune che li unisce. In altre parole, le persone si sono riunite per uno scopo specifico, avendo un fattore unificante. Lo scopo di una comunità progettata per i giovani NEET potrebbe essere, ad esempio, aumentare la partecipazione, l'empowerment sociale e pianificare il futuro.

L'empowerment avviene nella Comunità attraverso incontri, partecipazione e inclusione, atmosfera sicura e l'empowerment consapevole di coloro che sentono inizialmente di non appartenere. In sintesi, le attività e l'atmosfera della Comunità Potenziate sono tali da permettere la crescita del senso di forza interiore del partecipante.

Un senso di comunità come opposto alla solitudine

La controparte di un declino nei legami sociali comunitari è un aumento dell'individualità. I sociologi della comunità affermano che i classici della sociologia consideravano l'individualità come assolutamente civilizzante, positiva e degna di essere preservata. Allo stesso tempo, la crescita dell'individualità e la differenziazione della società possono portare a problemi. L'individualità si realizza nella vita urbana moderna sia come liberazione dai vincoli di classe, sia come opportunità per la creatività e l'unicità individuale. Tuttavia, la vita urbana che enfatizza l'individualità può portare a forme problematiche—indifferenza, solitudine ed esagerato individualismo. Da quando Tönnies, nel 1887, pubblicò per la prima volta il suo *Gemeinschaft und Gesellschaft*, il termine "comunità" è entrato a far parte dei concetti fondamentali del pensiero e della riflessione sociologica. Pur subendo successi alterni, in coincidenza con le grandi trasformazioni sociali che hanno caratterizzato il XIX secolo, oggi il riferimento alla comunità sta tornando di grande attualità.

Il concetto di comunità è sempre più utilizzato in riferimento a "situazioni" sociali diverse anche se generalmente vi si associa una dimensione relazionale positiva. Nell'immaginario collettivo la comunità rimane comunque un luogo "caldo" ed accogliente capace di offrire una risposta alle crescenti crisi di senso e al dilagare di una condizione di incertezza.

In realtà risulta ormai difficile offrire una definizione univoca del suo significato: se nella sociologia classica la comunità definiva un tipo particolare di relazioni so-

ciali che coinvolgevano l'individuo nella sua totalità, le scienze sociali contemporanee parlano della comunità coniugandola a tematiche assai diverse tra loro, come mostra il caso più evidente delle comunità virtuali.

Comunità Sana o Setta — Alcune Parole di Cautela sulle Comunità Tossiche

A volte una comunità che è riuscita a creare un senso di appartenenza e forse anche amicizia tra i suoi membri può sembrare un circolo chiuso per gli estranei. Ciò può accadere anche se la comunità è effettivamente aperta a chiunque condivida i suoi valori. D'altra parte, un'associazione apparentemente calda e amichevole può rivelarsi più simile a una setta che a una comunità realmente interessata al benessere reciproco.

Ci sono alcune occasioni in cui vale la pena rendersi conto che qualcosa potrebbe non andare per il verso giusto nella comunità. I primi segnali da notare sono legati alla leadership. Diventa preoccupante se le decisioni morali del leader non possono essere messe in discussione, se la comunità richiede un forte impegno verso il leader o verso l'ideologia della comunità, o se l'espressione del dissenso viene punita o, nei casi estremi, i membri vengono espulsi dalla comunità per questo motivo. I membri delle sette possono anche essere incoraggiati a tagliare i legami con persone esterne alla comunità, come familiari e amici. (Vogl 2016)

Un altro motivo di preoccupazione è se lasciare la comunità diventa difficile. Un gruppo può rendere complicato o addirittura impossibile per un singolo membro uscire dalla comunità. Questo può avvenire attraverso minacce fisiche, emotive o psicologiche, ricatti o manipolazioni finanziarie. In una comunità sana, i membri possono lasciare liberamente quando ritengono che la comunità non offra più ciò che essi desiderano. Nella setta, la visione del mondo è polarizzata. Il gruppo adotta una mentalità di "noi contro loro" verso il resto del mondo. Questo è l'opposto di una comunità sana, che si vede come parte del mondo e cerca di renderlo un posto migliore. Nella setta si crede che lo status eccezionale e gli obiettivi importanti giustifichino l'uso di qualsiasi mezzo per raggiungerli. Questi mezzi possono essere non etici, disapprovati o persino illegali. (Vogl 2016)



4. Quattro Modi per l'Empowerment
— e Quattro Storie di Empowerment





Quanto segue descrive come quattro diverse organizzazioni favoriscono l'empowerment dei propri partecipanti, ovvero quattro diversi metodi per potenziare i giovani, in particolare quelli che affrontano situazioni di vita difficili. Dopo ogni metodo viene presentata la storia di uno dei giovani coinvolti nell'attività, raccontando cosa ha ottenuto da essa e cosa pensa sull'importanza della comunità per il proprio empowerment.

4.1 Associazione Trigon: Empowerment dell' Utente in un Centro di Salute Mentale Ceco

L'Associazione Trigon, parzialmente basata in un centro locale di salute mentale, ha come missione l'empowerment degli utenti. Spesso gli utenti arrivano al centro senza speranza e passivi. La cura completa mira gradualmente a una situazione in cui l'utente è in grado di risolvere le questioni in modo indipendente. La guarigione richiede che le persone con problemi di salute mentale svolgano un ruolo significativo nelle loro vite che non sia legato alla loro malattia. Essere vittima non è un ruolo degno di una persona guarita. È importante che le persone si uniscano alla comunità più ampia e incontrino persone diverse dai pazienti di salute mentale. Ruoli significativi pongono fine all'isolamento e aiutano la guarigione.

Ho 23 anni. Tutti intorno a me mi dicono che sono una paziente psichiatrica. Ma io non lo penso. Posso essere strana, diversa, ma ciò non significa che io sia solo una paziente psichiatrica. Quando ero piccola, vivevo con i miei genitori. Si sono separati e non vedevo molto mio padre, e non lo ricordo nemmeno. Vivevo con mia madre, ed era difficile, perché litigavamo spesso. Non mi capiva e io non capivo lei. Durante l'infanzia mi è mancato molto supporto. Più tardi ho cominciato a studiare per diventare parrucchiera e mi sono diplomata nel settore. Volevo finire anche la mia laurea, ma è allora che ho cominciato a sentire voci nella mia testa. A volte parlavo ad alta voce con loro e gli altri pensavano che fossi strana e dicevano che ero bizzarra. I miei amici e conoscenti hanno smesso di parlarmi. Mia madre si vergognava di me e mi ha portato segretamente da uno psichiatra. Mi sono stati prescritti dei farmaci. Mamma si è trasferita con la sua amica e io sono rimasta a vivere da sola. Il mio stato è peggiorato. Un giorno sono finita in un ospedale psichiatrico. Non ricordo nulla di quel periodo, ma quando mi sono svegliata, c'erano muri bianchi ovunque e un medico con un camice bianco mi ha detto che stavo attraversando un episodio psicotico e avevo distrutto tutto l'appartamento. Sono rimasta in ospedale per tre mesi. Non voglio parlare affatto dell'esperienza in ospedale, perché non mi è piaciuto stare lì. Quando sono tornata a casa, non riconoscevo nulla. Tutto era rotto e in disordine. Non sapevo cosa fare. Non avevo soldi e nessuna voglia di fare niente. Andavo al negozio per mangiare: mangiavo lì e me ne andavo senza pagare. Fortunatamente, i miei amici mi hanno aiutato e mi hanno portata in un'organizzazione chiamata Trigon.

Adesso frequento un laboratorio terapeutico da quanto avevo 19 anni. È una buona comunità dove ci sono altre persone che hanno problemi simili

CASE STORY: La Storia di una ragazza cieca di 23 Anni

ai miei. Ci capiamo. Ho iniziato a frequentare regolarmente Trigon, prima una volta al mese e poi ogni settimana. Cucivo coperte e realizzavamo vari prodotti da vendere. La cosa più importante era che gli assistenti sociali si fidavano di me. Ho suggerito delle idee e abbiamo provato le azioni che avevo proposto. A volte le mie idee non funzionavano, ma gli altri non mi criticavano e ho potuto imparare anche dai fallimenti. Successivamente, ho trovato lavoro presso Trigon e ho ricevuto uno stipendio mensile. Era il mio primo lavoro. Ero così soddisfatta di me stessa che cercavo ancora di più di non deludere gli altri. Ci sono stati momenti in cui non volevo andare a lavorare perché sentivo di nuovo le voci, ma mi dicevo che dovevo superarlo. Un'opportunità del genere non doveva essere persa. Fin dall'inizio ho avuto un grande problema con i soldi, poiché non riuscivo ad usarli affatto: dopo lo stipendio vivevo i primi tre giorni come una regina, compravo tutto ciò che mi piaceva, e nei giorni restanti vivevo in miseria, tanto che arrivavo anche a rubare. Sapevo che stavo facendo qualcosa di sbagliato, ma avevo fame. Non avevo nessuno con cui confidarmi. Ero arrabbiata con me stessa e piangevo molto. Ho chiesto al mio supervisore se potesse aiutarmi e abbiamo concordato che avrebbe suddiviso il mio stipendio e io avrei ricevuto una parte di esso ogni settimana. Mi ha aiutato molto. Oggi posso lavorare con uno stipendio mensile. Attualmente lavoro a Trigon come addetta alle pulizie e frequento ancora i laboratori terapeutici. Qui mi sento al sicuro. Non ho paura del futuro, ma mi dispiace molto per il modo in cui mi sono comportata in passato, anche se ormai non posso fare nulla al riguardo. Mi do la colpa per i furti, l'uso di droghe e il tradimento dei miei cari. So di aver deluso molte persone.

L'Importanza della Comunità.

È importante per me sentire che faccio parte di qualcosa e che l'ambiente mi accetta per quello che

sono. Mi sento utile. In Trigon, ho amici, colleghi e superiori. Fortunatamente, ho amici con cui posso uscire, ma quando sono a casa da sola, molte volte mi manca il contatto, quindi scrivo alle persone online. Mi piace scrivere di musica o di qualsiasi campo artistico come la pittura. Ho anche una comunità online simile. Filo-sofo con persone che non ho mai incontrato. Scrivo con persone che possono essere malate o sane, e non noto alcuna differenza nella comunicazione. In una chat online, posso ricevere feedback sulle conversazioni, e nei laboratori terapeutici ricevo elogi per il lavoro svolto. Tutto questo è importante per me e mi fa sentire bene. Mi fa sentire come se avessi qualcosa da offrire.

Caratteristiche di una Buona Comunità

Affinché una comunità sia forte, bisogna poter essere onesti al suo interno. Anche se non tutte le conversazioni sono piacevoli per tutti o se non siamo d'accordo, è assolutamente importante che la persona possa comunque esprimere i propri pensieri. Un'altra questione importante è la coesione. Una comunità può avere obiettivi comuni su cui lavora, e tutti i suoi membri devono avere qualcosa che li unisce, ad esempio, lavorare su un progetto comune, una buona sensazione riguardo agli incontri o l'amicizia. La terza cosa è la comunicazione. Ogni membro dovrebbe essere in grado di dire cosa lo disturba, cosa lo rende felice, e gli altri dovrebbero essere in grado di ascoltare. Comunicare è difficile per me perché a volte temo di dire qualcosa di stupido e inappropriato. A volte ho paura che gli altri ridano di me. Per questo motivo, penso che la sicurezza della comunità sia anche importante. Mi sembra che sia importante che l'individuo abbia l'opportunità di fare la differenza nella comunità. Per esempio, se qualcuno sa disegnare bene, allora ha l'opportunità di presentare il suo lavoro. Ogni voce deve essere ascoltata e ognuno deve sentirsi un membro pieno della comunità.

Sulla Strada dell'Em- powerment: il metodo TRIGON

Responsabilità per se stessi: Iniziamo a credere che possiamo cambiare molte cose nella nostra vita. Facciamo le cose da soli e accettiamo aiuto. Le persone in fase di recupero comprendono di dover assumersi

la responsabilità della propria vita, provare cose nuove e imparare dagli errori. Questa fase è sfidante, ma è necessario rompere le vecchie relazioni distruttive e supportare gli utenti affinché prendano in mano la responsabilità della loro vita.

Empowerment. L'empowerment richiede che le persone credano nelle proprie capacità e diventino consapevoli del proprio potere. La speranza e la fiducia nelle proprie abilità sono fondamentali. All'inizio è necessaria una supporto affinché le persone possano concentrarsi sui propri punti di forza piuttosto che sulle perdite. Il successo spesso rinforza la fiducia in se stessi.

Speranza. La speranza è un motivatore importante. Deve essere una visione concreta e realistica di un futuro migliore. La speranza aiuta ad accettare i cambiamenti e a fare passi avanti. La guarigione è un processo di adattamento che può comportare passaggi attraverso fasi di lutto.

Aree Chiave per la Recovery

Feducia e Speranza. È importante che qualcuno creda in una persona in fase di recupero prima che essa stessa creda in se stessa. Bisogna essere aperti alle possibilità del futuro, anche se la vita è stata influenzata da problemi di salute mentale.

Sviluppo delle proprie forze. Si presta attenzione allo sviluppo del potenziale e del talento di una persona.



"Era importante per me che qualcuno credesse in me in un momento in cui io non ci credevo più."

Approccio Olistico. Il supporto si concentra su tutte le aree della vita: abitazione, finanze, lavoro, tempo libero, relazioni sociali, vita familiare e crescita personale e professionale.

4.2 Association Check-In: Il Portogallo Crede nell'Aumento dell'Inclusione Sociale e Digitale

Check-in Lavora in Stretta Collaborazione con Entità Pubbliche e Private per Migliorare la Qualità della Vita Check-in è un'organizzazione che collabora strettamente con enti pubblici e privati, partecipando attivamente agli sforzi per migliorare la qualità della vita. L'obiettivo dell'organizzazione è promuovere opportunità di apprendimento permanente, incoraggiare e promuovere l'integrazione sociale, l'educazione allo sviluppo sostenibile e l'imprenditoria sociale. Check-in è attivamente coinvolta con vari stakeholder in progetti e attività volte a promuovere l'inclusione.

Collaborazione con Raizes:

Check-in collabora con Raizes nello sviluppo di diverse attività, con particolare attenzione alla promozione di metodi inclusivi per bambini, adolescenti e giovani adulti, in particolare tra i 9 e i 25 anni. Gli obiettivi principali sono lo sviluppo personale, educativo, professionale e comunitario, tenendo conto delle caratteristiche specifiche del contesto socio-economico di questi

gruppi target e delle loro famiglie. L'obiettivo è sviluppare progetti e attività che mirino a minimizzare e ridurre l'esclusione e le disuguaglianze sociali, adottando un approccio olistico nel lavoro con bambini, giovani e famiglie, valorizzando le relazioni tra le diverse generazioni. Questo monitoraggio viene realizzato attraverso lo sviluppo di competenze nelle aree dello sport, della cultura, dell'arte, del tempo libero, dei valori di sostenibilità ambientale e della cittadinanza attiva. I risultati ottenuti da numerosi giovani che continuano gli studi universitari, entrano nel mercato del lavoro dopo aver completato la formazione professionale e molti che sono tornati al percorso scolastico dopo averlo abbandonato sono indicatori indiscutibili del successo dell'associazione, sostenuta da membri riconosciuti del pubblico e dalla base utenti.

Descrizione del Processo

Una delle priorità principali è l'inclusione sociale e digitale. Questo divario digitale non riguarda solo la mancanza di risorse digitali, ma anche l'analfabetismo digitale. Per questo motivo, sono previste varie attività che mirano a rafforzare e promuovere quanto segue: acquisizione di competenze educative; formazione professionale; promozione dell'identità e migliore inclusione dei partecipanti; formazione come agenti di cambiamento per affrontare i problemi; autonomia digitale e uso competente delle informazioni.

Metodi e Attività

Supporto alle Attività di Radio Scolastica: Creazione di uno spazio per la cittadinanza con l'obiettivo di aumentare la partecipazione e l'azione della comunità scolastica nella riflessione e risoluzione di problemi educativi e/o globali.

Promozione del Successo Accademico: Mobilitazione delle conoscenze di cultura, scienza e tecnologia per comprendere la realtà e affrontare situazioni e problemi quotidiani.

Esempi di Problemi e Soluzioni:

- A. Problema: Capacità personali, sociali e civiche deboli che rendono difficili le relazioni interpersonali.
- B. Buona Pratica/Soluzione: Azioni informali che promuovono lo sviluppo di capacità personali, sociali e civiche; azioni locali e amministrative per migliorare la sicurezza nel quartiere; iniziative che

promuovono la convivenza interculturale; azioni per prevenire il vandalismo e la violenza; promozione dell'uguaglianza.

- C. Problema: Esclusione e analfabetismo digitale.

Buona Pratica: Organizzazione di attività di alfabetizzazione digitale per sviluppare competenze digitali; promozione di un uso responsabile ed etico dal punto di vista della cittadinanza digitale; facilitazione dell'accesso digitale; prestito temporaneo di computer o tablet per l'uso delle risorse digitali, formazione e rafforzamento dell'apprendimento.

Allo stesso tempo, è possibile rivolgersi al settore privato per donazioni di computer e attrezzature informatiche e costruire una banca di risorse disponibile per diversi clienti, in modo che possano superare le difficoltà nell'acquistare queste risorse e garantire che, in caso di isolamento o altre avversità, possano rimanere connessi e impegnati a livello di comunità.

Valori

A) Onestà

Questo valore è la base su cui tutto è costruito. Se una persona si unisce a una comunità dove l'onestà è un valore fondamentale, si sentirà incoraggiata a essere onesta a sua volta. L'onestà è attraente perché permette di aprire il cuore dell'altra persona e condividere idee, avvicinandosi agli altri membri della comunità.



CASE STORY: La Storia di un ragazzo portoghese di 25 Anni

Situazione Prima di Entrare in Raizes

Prima di trovare la mia strada nella comunità Raizes, ero un ragazzo che andava a scuola e giocava a calcio. Sono cresciuto in un quartiere problematico, un luogo piuttosto insicuro. Questo mondo mi ha influenzato perché non mi fidavo delle persone di altre culture. Ero molto stressato quando passavo del tempo con persone diverse da me: avevo una fiducia in me stesso molto bassa e volevo ritirarmi nel mio mondo per sfuggire alla situazione. Per questo motivo cercavo di passare il minor tempo possibile in quelle zone della città e mi rifugiavo nel calcio, dove potevo scaricare la mia energia.

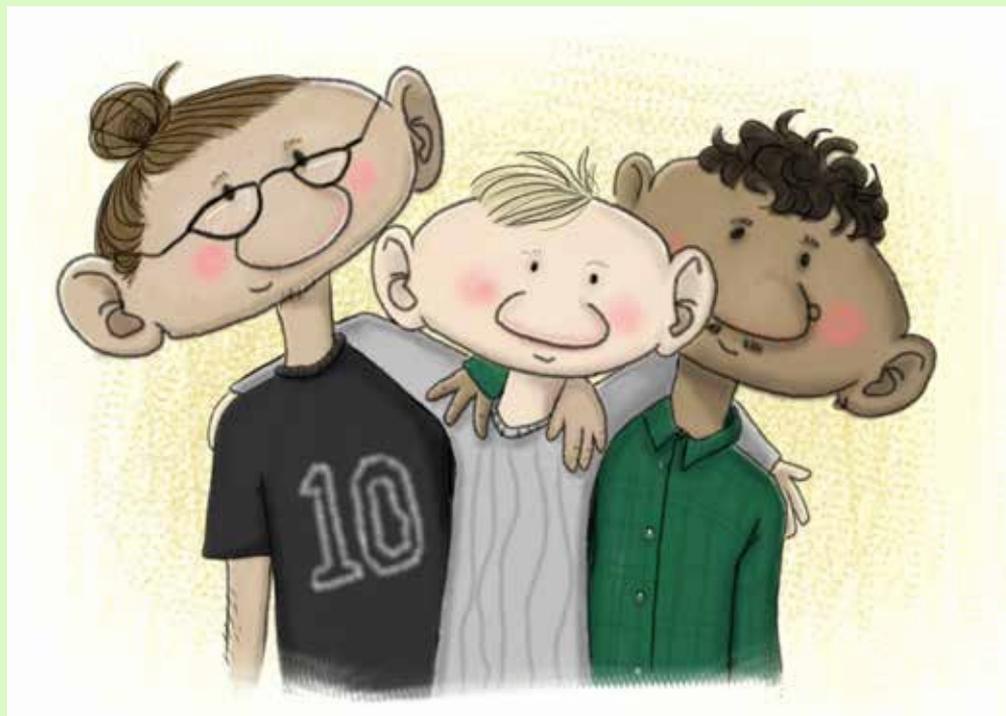
Quando sono Entrato nella Comunità Raizes

Quando sono entrato nella comunità Raizes, sono cambiato completamente. Si è aperto un mondo per me, dove ho trovato volontariato, laboratori e diverse attività con persone di culture diverse. Era qualcosa che non avrei mai immaginato di fare,

nemmeno con persone che non avrei mai pensato di conoscere. L'attività mi ha aperto gli occhi, ho imparato a capire meglio me stesso e ho cercato di vedere le cose da prospettive diverse. Ho incontrato molte persone nella comunità che porterò sempre nel cuore.

Situazione Attuale

Potrei dire che sono entrato in un mondo completamente nuovo. Quando ero più giovane, ero più insicuro e sono cresciuto in un ambiente dove non mi sentivo a mio agio e dove dovevo sempre temere di incontrare persone. Posso dire di aver trovato me stesso, i miei interessi, la mia forza interiore e di aver capito molte cose. Ho comprato la casa in cui vivo da un po'. Solo pochi anni prima, sarebbe stato impossibile. Invece, grazie al fatto che sono stato parte della comunità, ho continuato a studiare e ho ottenuto una laurea. Lavoro come membro dell'equipaggio di aerei e mi sento molto bene tra



la gente. Rimango molto legato alla comunità Raizes e cerco di mantenere i contatti con loro: ogni volta che torno lì, mi sento a casa, ed è un piacere incontrare persone con cui ho condiviso momenti importanti della mia vita.

Importanza della Comunità

Entrare in una comunità come questa, in cui mi sono trovato, è qualcosa che spero per ogni persona. Mi ha fatto crescere come individuo. Nella comunità, ho trovato persone di cui mi fido completamente, e che anche dopo anni, sono significative per me. Sono come fratelli per me: sempre sorridenti e pronti ad aiutare. In realtà, non è solo una comunità, è diventata una vera e propria famiglia.

È stato incredibile vedere come persone così diverse possano diventare buoni amici. È inestimabile far parte di una comunità in cui ci sentiamo a nostro agio e dove possiamo conoscere noi stessi con tutte le nostre forze e debolezze. Non smetto mai di ringraziarli per avermi accolto nella comunità.

Caratteristiche di una Buona Comunità

Una delle qualità più importanti di una buona comunità è che ci sono persone che si prendono cura di te. Sono lì per te e, se necessario, pronte ad aiutarti. Le puoi vedere spesso o un po' meno spesso, ma sai che sono sempre presenti. La presenza autentica: spesso comprendono, senza bisogno di dirlo, se hai bisogno di qualcosa. Indissolubilmente legata a tutto questo è l'empatia che nasce all'interno della comunità: penso che sia una delle cose più importanti su cui si basa la comunità. Un altro tratto distintivo di una buona comunità è il suo interesse per il futuro. Viviamo nel presente, che è un momento importante, ma allo stesso tempo è necessario avere una visione, una direzione verso cui vogliamo andare: questo può creare legami ancora più forti e stabili.



B) Fiducia

Lavorare in un ambiente internazionale è un'opportunità unica. L'idea è di creare un ambiente simile a una grande famiglia dove tutti coloro che entrano sanno di poter fidarsi di tutti. Le persone che lavorano qui sono sempre pronte a fornire supporto e partecipare a club di conversazione.

C) Dialogo

La comunicazione è fondamentale in ogni ambito. Spesso, quando le persone appartengono a culture diverse e parlano un'altra lingua (per esempio, l'inglese), tutto può diventare più complicato e si rischia di incorrere in malintesi. Pertanto, è importante sottolineare che il dialogo gioca un ruolo centrale, poiché la comunicazione aiuta le persone diverse a incontrarsi e capirsi.

D) Gentilezza

È importante comprendere che la gentilezza è essenziale per la nostra sopravvivenza come società. La gentilezza tiene unite le comunità, rafforzando le relazioni tra le persone e aiutando tutti a vivere armoniosamente nonostante le differenze (nelle esperienze, nei contesti, ecc.).

4.3 SOSPED Foundation: Empowering i giovani adulti in Finlandia con l'aiuto di un laboratorio culturale

Le attività del Cultural Workshop Virra sono rivolte ai giovani adulti di età compresa tra 18 e 35 anni che affrontano sfide legate alla salute mentale o situazioni di vita difficili. L'attività si basa sul modello del laboratorio culturale, ovvero il supporto tra pari supervisionato e funzionale. In pratica, ciò significa che il laboratorio culturale dispone di vari gruppi funzionali, guidati da consulenti volontari formati. Gli istruttori tra pari ricevono supporto dallo staff del laboratorio culturale in base alle loro necessità. Il modello si basa sul pensare e agire, concentrandosi sulle risorse, forze e interessi del partecipante piuttosto che sulla malattia. E sebbene il laboratorio culturale offra supporto tra pari, l'attività si concentra sul lavoro creativo e non, ad esempio, sulla discussione dei problemi o delle malattie.

L'obiettivo è utilizzare le attività di gruppo creative nello sviluppo delle competenze di vita e nel rafforzamento delle competenze sociali. Il contenuto dei gruppi è progettato insieme ai mentori tra pari e ai partecipanti in base ai loro interessi. Temi popolari includono musica, arti visive, lavori manuali, giochi, escursioni, eventi e attività fisica. Ciò che è importante è un'atmosfera creativa, aperta e sicura. Lo staff supporta tutte le attivi-

tà nel laboratorio, ma la maggior parte delle attività di gruppo è gestita dai consulenti tra pari. Le attività sono volontarie e gratuite per i partecipanti.

Il modello del laboratorio culturale è inclusivo nel suo approccio: ad ogni visitatore viene chiesto cosa desidera fare nel laboratorio, dopo di che viene indirizzato a un gruppo esistente adatto o, se non c'è nessun gruppo, si cerca di organizzarne uno. Allo stesso modo, i consulenti tra pari decidono autonomamente che tipo di gruppi dirigere e pianificano le attività in modo indipendente.

Il senso di comunità è una parte importante del Cultural Workshop. Un laboratorio culturale è un ambiente caldo e sicuro dove i giovani osano entrare indipendentemente dal loro difficile background e situazione di vita. È un'attività veramente a bassa soglia: si accede senza diagnosi o accordo, e lo stato socioeconomico non determina l'ammissione. Il giovane è libero di definire come e a quali attività partecipare e per quanto tempo rimanere coinvolto. Man mano che il giovane diventa più forte, lo staff del laboratorio culturale cerca di supportare il passaggio del giovane agli studi, ad esempio.





Attività del Laboratorio Culturale

Il cuore del laboratorio culturale è composto da tre elementi chiave, tutti essenziali e insostituibili: supporto tra pari, supporto funzionale e supporto professionale. I partecipanti interessati a fare volontariato nel Laboratorio Culturale vengono formati come istruttori tra pari, che giocano un ruolo fondamentale nella creazione dei contenuti delle attività del laboratorio culturale. La durata della formazione per gli istruttori tra pari è di circa 30 ore; il contenuto della formazione include i propri interessi, risorse e punti di forza, nonché le basi della guida del gruppo. Dopo la formazione, i consulenti tra pari dirigono gruppi o organizzano altre attività secondo i propri interessi.

I gruppi del laboratorio culturale sono funzionali, quindi, sebbene siano guidati dai consulenti tra pari, non si concentrano sulla discussione delle sfide legate alla salute mentale, ma su una varietà di attività creative. Temi tipici includono arti visive, abilità manuali, musica, scrittura creativa, giochi e attività fisica.

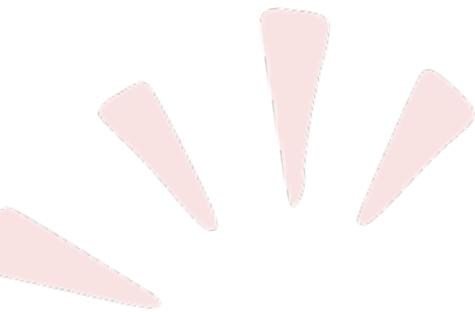
Il terzo fattore è il supporto professionale, che idealmente avviene sullo sfondo delle attività reali. Il ruolo dei dipendenti del Laboratorio Culturale è quello di garantire che i consulenti tra pari possano svolgere al meglio il loro lavoro di volontariato, fornendo sia supporto pratico che emotivo. Si può dire che un laboratorio culturale è una sorta di piattaforma di attività, i cui

partecipanti creano i contenuti. Il ruolo degli operatori è quello di essere gli amministratori di questa piattaforma.

Il processo delle attività del laboratorio culturale

Incontro. Nel modello del laboratorio culturale, l'atteggiamento e il modo in cui si incontra la persona coinvolta nell'attività sono essenziali. È importante stabilire una relazione di fiducia, e che i partecipanti sentano di essere stati visti e ascoltati. I desideri del giovane vengono ascoltati fin dal primo incontro, quando si chiede cosa gli interessi e cosa vorrebbe fare nel laboratorio culturale. La partecipazione non richiede una diagnosi o un rinvio, ma è sufficiente la propria visione della necessità dell'attività.

Empowerment in azione. Offriamo attività di gruppo creative e un senso di comunità, oltre alla possibilità di dirigere il proprio gruppo. Tutte le attività si basano sul volontariato. Concentrarsi su attività creative distoglie l'attenzione dalle sfide della vita, almeno per un po', e il laboratorio culturale si focalizza sulle risorse e le opportunità del partecipante. Le attività di gruppo mirano anche a rafforzare le competenze sociali. Il personale è interessato alla vita e agli interessi di ciascun partecipante e partecipa alla discussione attraverso un dialogo aperto.



Orientamento verso il futuro. Offriamo anche guida e supporto personalizzati per il cambiamento della vita. Quando un giovane è pronto a progredire, lo aiutiamo ad accedere alle attività o ai servizi che spera di raggiungere. Questo può significare cercare un posto per studiare o un lavoro, ma per molti, anche la riabilitazione professionale, le attività lavorative riabilitative o una prova di lavoro sono opzioni adatte.

Valori del Laboratorio Culturale.

Volontariato. Tutte le attività del Kulturipaja si basano sul volontariato. Quando si accede a un laboratorio culturale, non vengono stipulati accordi separati per partecipare alle attività. La partecipazione avviene tramite una visita introduttiva, durante la quale il giovane viene informato sulle attività e sui metodi di funzionamento del laboratorio. Se è interessato ad avviare un'azione, viene condotto un breve colloquio iniziale, il cui compito principale è iniziare a stabilire una relazione confidenziale. Dopo il colloquio iniziale, il giovane è accolto alle attività del laboratorio culturale negli orari che gli sono più comodi. Il volontariato si riflette anche nel fatto che ogni partecipante decide autonomamente quando venire al laboratorio, a quali attività partecipare e come.

Coinvolgimento. I giovani partecipano alle attività del laboratorio culturale in base alle loro risorse, ma nella pratica quasi tutti sono partecipanti attivi, ovvero quasi tutti coloro che frequentano il laboratorio partecipano anche alle attività di gruppo durante il giorno. D'altra parte, il laboratorio culturale è la comunità del giovane, e quando il partecipante si familiarizza con le attività e i protagonisti del laboratorio, spesso il laboratorio diventa un luogo in cui i giovani avvertono un senso di appartenenza. Il laboratorio mira a permettere a tutti di vivere l'inclusione all'interno di questa comunità. Tutti hanno anche l'opportunità di influenzare le attività del

laboratorio culturale accogliendo gruppi diversi o altre attività, mentre i consulenti tra pari possono guidare loro stessi per fare cose significative. Il Laboratorio Culturale ospita anche incontri comunitari per discutere e decidere su questioni comuni. Il flusso di informazioni è aperto e mirato a tutti.

Orientamento alle Risorse Il Laboratorio Culturale non cerca di riparare ciò che è "rotto" in una persona, ma si concentra sul rafforzare tutto ciò che è forte e in buone condizioni: interessi, abilità, risorse e punti di forza. La ricerca di questi e la loro visibilità sono una parte importante delle attività del laboratorio. Quando ai giovani viene data l'opportunità di provare diverse attività e lavorare su ciò che li interessa, possono anche scoprire nuovi aspetti di sé e acquisire nuove competenze. L'indagine annuale sui partecipanti conferma che molti altri aspetti della vita stanno diventando più forti allo stesso tempo (ad es. motivazione, salute mentale, coraggio, capacità di affrontare le difficoltà).

Tutors tra pari. Il focus delle attività del laboratorio culturale sono le attività prodotte dai tutors tra pari. La stragrande maggioranza dei tutors tra pari ha sfide legate alla salute mentale o una situazione di vita altrimenti difficile, ma la parità può anche essere vista in un'ottica di punti di forza, cioè attraverso interessi condivisi. Suonare in una band o avere una relazione appassionata con le arti visive produce anche esperienze di peer to peer. Certamente, l'esperienza che la vita non è sempre andata nel modo più facile offre un'opportunità per un incontro genuino, camminare accanto e comprendere.

Speranza. Il laboratorio culturale mira a mantenere un'atmosfera di speranza con un focus sul recupero. Il domani porta la promessa di una vita migliore e più significativa. L'obiettivo è fare piccoli passi verso i propri sogni. Molti partecipanti del Laboratorio Culturale Vira affermano che il loro desiderio principale è trovare attività significative da fare, socializzare e trovare equilibrio e direzione per la vita.



“Un laboratorio culturale è una sorta di piattaforma di attività in cui i partecipanti creano contenuti. Gli operatori sono gli amministratori della piattaforma.”

CASE STORY: La storia di un finlandese di 29 anni

Prima di entrare nel laboratorio culturale

Prima di arrivare al laboratorio culturale, ero iscritto a un'università di scienze applicate, ma i miei studi erano complicati e non riuscivo a portare a termine nulla. Non avevo tempo per andare a scuola e trascorrevo la maggior parte del tempo da solo a casa. Ogni tanto vedevo dei ragazzi, ma anche loro avevano una vita propria. Avevo paura di gravare sui miei amici con i miei problemi. La mia vita era solitaria, cupa e monotona. D'altra parte, avevo tempo per hobby e, almeno, avevo avviato il mio canale YouTube. Ma la vita era segnata dalla mancanza di compagnia sociale. Oltre alla solitudine, soffrivo di depressione e ansia, nonché di una generale amarezza verso il mondo. La pandemia ha ulteriormente aggravato una salute mentale già provata. D'altra parte, il fatto che vivevo una vita così isolata che la pandemia non aveva avuto molta influenza su di essa mi deprimeva ulteriormente. Infine, sono andato al centro di salute studentesco e ho detto che avevo bisogno di attività e compagnia. Mi hanno suggerito un laboratorio culturale tra le altre attività; l'attività mi sembrava proprio ciò di cui avevo bisogno, quindi ho preso contatto e sono andato per una visita di familiarizzazione. Sono coinvolto nell'attività da poco più di un anno.

La situazione attuale.

Ho ottenuto una compagnia sociale partecipando alle attività del laboratorio culturale e una certa affermazione di me stesso e del mio lavoro, che ho sempre desiderato. Un giorno qui, la gente è venuta a lodarmi così tanto che sono diventato tutto rosso. Ho ricevuto feedback positivi e una sensazione di essere visto attraverso di essi. Da parte mia, cerco di mantenere un bel clima nel laboratorio, quindi è fantastico vederlo e dirlo ad alta voce.

Qui ho l'opportunità di fare musica, arte visiva, scrivere e condividere il mio entusiasmo per i film. Con l'attività, ho ritrovato la ricerca di obiettivi e sogni; la sensazione di avere qualcosa che posso portare avan-

ti. È già un grande cambiamento che parlo di queste cose ad alta voce. In questi giorni, sto provando cose nuove tutto il tempo: sono stato coinvolto in attività nel laboratorio culturale che non avrei mai pensato di fare, anche se sembravano interessanti. Per esempio, sono finito a rappare in una canzone e a registrarla in studio.

Al momento, tuttavia, la mia situazione di vita è un periodo piuttosto stressante, poiché quest'anno compio 30 anni, e molti servizi destinati ai giovani, come il coaching musicale, giungeranno al termine per me. Ho ancora bisogno di supporto per affrontare la burocrazia e fare varie domande. Il tipo di "mi rialzo dal banco", cioè faccio le cose meglio, è già qualcosa con cui ho a che fare. C'è anche la necessità di parlare di tanto in tanto.

D'altra parte, ho imparato a vedere il valore nel lavoro volontario che faccio al laboratorio culturale e in quello che faccio con il mio canale YouTube. Sarebbe bello se potessi guadagnare qualcosa da questo. Mi sembra che il mondo non apprezzi ciò che faccio. Ho alcuni buoni amici e ho un rapporto un po' più aperto con la mia famiglia rispetto al passato. Per lo più, vado d'accordo con le persone, ma ho ancora paura di gravare sugli altri. A volte la mia concentrazione può essere compromessa in grandi numeri e a volte mi sento sopraffatto. Le comunità a cui appartengo sono importanti per me: alcune comunità online e un laboratorio culturale. Mi è stato detto poco tempo fa che ero considerato "l'anima del laboratorio"; è stato molto gratificante.

L'importanza della comunità

Per me, appartenere a una comunità significa non essere lasciato solo e vedere i miei voltri. Quando posso avere un impatto tangibile sulla comunità, questo offre sia cose da fare che contenuto per la vita. Confrontando, la cosa più importante è che non c'è un'autorità superiore che osserva, ma persone con esperienze simili. La cosa bella del laboratorio culturale

è che non ti è vietato parlare in compagnia o capire che possono esserci problemi con la gestione del tempo. Alcuni sono in grado di mostrare le proprie emozioni, anche piangere, davanti agli altri. È importante. Se c'è un'autorità chiara nella comunità, deve essere coerente ed equa nel modo in cui agisce. Il fatto che un membro della comunità possa fidarsi dei dipendenti è molto importante: una buona e funzionante comunità non può essere creata altrimenti. Allo stesso tempo, è importante che anche i visitatori siano fidati: per esempio, siamo riusciti a mantenere aperto il laboratorio da soli quando i dipendenti erano in vacanza di Natale.

Per me, l'inclusione significa che tutti sono invitati a prendere parte all'azione. Il Laboratorio Culturale è in gran parte aperto a tutti per tutti gli incontri; certo, ci sono alcune cose proprie per i peer instructor, ma d'altra parte, chiunque può fare domanda per la formazione se desidera diventare peer instructor. Chiunque può partecipare alla decorazione o all'organizzazione di tour ed eventi — ci sono pochissime barriere da superare prima di poter fare e decidere.

Caratteristiche di una buona comunità

La formazione di un senso di comunità è influenzata dal fatto che si è ascoltati e che si può vedere concretamente il proprio impatto sulla comunità. Può anche succedere quando le proposte che fai vengono discusse congiuntamente. E il fatto che puoi sollevare argomenti e sei invitato a partecipare alle attività. È importante avere porte aperte e trasparenza in ciò che accade nella comunità. Il flusso di informazioni è aperto e non ci sono restrizioni dietro muri.

I segni distintivi di una buona comunità includono un flusso regolare di informazioni, apertura, trasparenza, affidabilità, rispetto della privacy, un'atmosfera accogliente, accettazione, sicurezza, regole chiare e riconoscimento per il rispetto delle regole.

L'interazione nella comunità sarà il più fluida possi-

bile avendo linee guida comuni per l'azione e tenendo riunioni per discutere insieme. La comunicazione è chiara. Mi piace il fatto che la comunità abbia canali sui social media dove tutti possono partecipare alla comunicazione. È anche importante che tutti abbiano il diritto di tracciare i propri confini, e questi vengono rispettati; ognuno è responsabile per il proprio discorso e comportamento.

Un professionista che lavora con la comunità giovanile dovrebbe avere compassione, cura, pazienza, comprensione, competenze comunicative e disponibilità ad ascoltare, gentilezza, senso dell'umorismo e affidabilità. È importante che l'impiegato rispetti la privacy delle persone. Certo, è anche utile avere conoscenze nel campo, sapere dove guidare il giovane se necessario. Inoltre, è utile avere una curiosità generale per gli interessi degli altri. Piacere alle persone e essere interessati alle loro storie.

Si può ridurre lo stigma della salute mentale affrontando le cose con umorismo e osando ridere delle cose divertenti. Creare un'atmosfera che sia ciò che si vorrebbe essere altrove e vedere le persone come intere, non come diagnosi. Tuttavia, la rottura dello stigma avviene al di fuori della comunità, non all'interno della comunità, ma si spera che le persone traggano coraggio dalla comunità per rompere lo stigma anche al di fuori.

Le carenze della comunità digitale rispetto a quella faccia a faccia sono che, quando manca il contatto diretto, manca anche il calore. L'umanità faccia a faccia è più facile da riconoscere e può contenere litigi, per esempio. E quando si incontra faccia a faccia, si può vedere concretamente che non si è soli.

In una comunità digitale, può essere più facile esprimersi quando si ha la possibilità di esprimersi per iscritto e in modo anonimo, e non si viene guardati quando si parla. L'ambiente digitale manca anche di una certa urgenza; quando l'incontro non è limitato da tempo o luogo.

4.4 Il Metodo di Rafforzamento della Cooperativa Il Grande Carro in Italia

Servizi di salute mentale e Ricerca sulle Competenze Trasversali

In Italia, il funzionamento dei centri di salute mentale è definito dal “Piano d’Azione per la Salute Mentale”, basato sulla Legge 180/1978 dopo la chiusura degli ospedali psichiatrici. Secondo il piano, attraverso progetti di terapia riabilitativa, i pazienti imparano a prendersi cura di sé nella vita quotidiana, nelle relazioni interpersonali e nelle attività di gruppo. Partecipano anche ad attività di formazione legate alla preparazione professionale e ad attività di sostegno rispetto all’accesso ed all’esperienza lavorativa in particolare attraverso la rete delle strutture dei Centri Diurni

L’importanza dei Centri Diurni

I centri diurni sono servizi essenziali per supportare le persone con disagio mentale e con forme di disabilità. Offrono trattamento, riabilitazione e prevenzione del ricovero ospedaliero. I centri fungono da tappe intermedie tra i diversi servizi e interventi, permettendo l’integrazione tra gli individui e i contesti.

L’esperienza de „Il Grande Carro“

La cooperativa Il Grande Carro supporta l’inclusione economica e sociale delle persone con disagio mentale con il supporto delle istituzioni pubbliche locali. Promuove attività comuni e integrazione sociale nel mondo del lavoro attraverso lo sviluppo della cooperazione tra pubblico e privato sociale. Le attività dei centri diurni hanno prodotto risultati positivi, tra cui una riduzione dei ricoveri ospedalieri e dei trattamenti farmacologici, e un aumento dell’autoefficacia dei pazienti.

L’importanza delle Competenze trasversali

Il Grande Carro è stato coinvolto negli scorsi anni in una ricerca approfondita e in attività di sensibilizzazione focalizzate sullo sviluppo delle competenze trasversali nei servizi di salute mentale. La ricerca ha portato alla pubblicazione del libro “Le Competenze trasversali delle Équipe di Salute Mentale” nel 2013. Le competenze trasversali individuate come il lavoro di squadra, l’apprendimento, la comunicazione, la consapevolezza di sé, l’empatia, l’adattabilità, la creatività, la crescita e

l’orientamento ai risultati appaiono fondamentali nel lavoro degli operatori.

Competenze trasversali

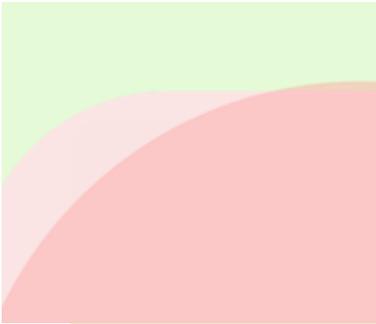
- Lavoro di squadra: Collaborare come gruppo, condividere obiettivi e promuovere un progetto comune.
- Imparare a imparare: Apertura al dialogo e alle nuove idee.
- Comunicazione: Uso di diversi strumenti e tecniche di comunicazione per costruire relazioni positive.
- Consapevolezza di sé: Autogestirsi e interagire efficacemente sotto pressione.
- Empatia: Ascoltare e comprendere i sentimenti e i pensieri dell’altra persona.
- Adattabilità: Flessibilità e capacità di lavorare in situazioni e con persone diverse.
- Creatività: Trovare soluzioni originali ed efficaci ai problemi.
- Permettere alle persone di crescere: Supportare e guidare un individuo a raggiungere il proprio potenziale.
- Orientamento ai risultati: Motivazione e pazienza per raggiungere gli obiettivi.

Metodo di Empowerment

Il metodo di empowerment della Cooperativa sociale Il Grande Carro si basa sullo sviluppo di queste competenze e sulla loro applicazione pratica nella vita quotidiana. Questo metodo consente agli individui e ai gruppi di crescere, integrarsi e avere successo sia a livello personale che professionale. Lo sviluppo delle competenze avviene attraverso l’apprendimento collaborativo, che enfatizza l’importanza del lavoro di squadra e contrasta i modelli iper-specializzati.

Il metodo di empowerment della Cooperativa Il Grande Carro in Italia si concentra sullo sviluppo delle competenze trasversali e sulla loro applicazione pratica, migliorando l’inclusione e il successo degli individui e dei gruppi. Questo metodo enfatizza l’apprendimento collaborativo e il lavoro di squadra, aiutando a superare i modelli iper-specializzati e neo-corporativisti.





CASE STORY: La storia di un italiano di 26 anni

Sono coinvolto nel centro diurno da sei mesi. Sono cresciuto nei sobborghi di Catania, prima di trasferirci a Roma. Mio padre, che mi ha adottato quando avevo 4 anni, era siciliano. Era venuto a lavorare a Roma, ma dopo aver incontrato mia madre, ci siamo trasferiti tutti in Sicilia. Tuttavia, mio nonno lavorava per la mafia e ha combinato un tale pasticcio che abbiamo dovuto trasferirci di nuovo a Roma. Quando siamo tornati, avevo 10 anni.

Ho esperienza lavorativa a Roma e ho lavorato in hotel, ad esempio. Prima di ciò, ho studiato a Secondigliano presso l'Istituto Voltaire e ho ottenuto un certificato, ma non un diploma completo. Non sono mai stato un grande studente, non mi piaceva la scuola, anche se andavo d'accordo con gli altri studenti. Tuttavia, mia madre mi ha detto di continuare gli studi, anche se era faticoso, poiché il viaggio in treno per la scuola richiedeva un'ora e mezza in una direzione. Alla fine, ho completato un corso da sommelier e una scuola alberghiera, e ho ottenuto il mio diploma.

Tuttavia, mio padre è diventato malato, e dato che ero già coinvolto in certe attività, ho finito per continuare il suo lavoro. Mandavamo chili di cocaina dalla Sicilia... Ho commesso errori e ne ho pagato le conseguenze: mi sono ammalato e ho iniziato a fare uso di droghe, e dopo tre anni sono stato incarcerato. Sono stato in carcere per due anni e quasi cinque anni in servizio comunitario. A un certo punto, spero che si capisca che è stato un errore di gioventù.

Ho affrontato due sfide fondamentali nella mia vita: la morte di mio padre e le droghe. Ho usato marijuana, hashish, alcol e cocaina. Oggi frequento una clinica psichiatrica rivolta agli utenti di droghe e, in aggiunta, visito il centro diurno Il Grande Carro.

Partecipare alle attività del centro diurno mi ha dato motivazione e mi ha fornito persone che mi aiutano con i miei problemi. Ho bisogno soprattutto di aiuto per l'occupazione. Dovrei aggiornare le mie competenze, quelle che ho acquisito nella scuola alberghiera. Mi piaceva molto fare caffè: espresso, latte e cappuccini — facevo dei cappuccini eccellenti!

Mi sento di far parte di un gruppo, anche se è diverso da un gruppo di amici. È un gruppo di riabilitazione. In questo, ognuno ha i propri problemi, ma insieme ci sforziamo di crescere. È importante per me essere parte di questo gruppo perché dimostra che ho quasi completato certi obiettivi. Un senso di appartenenza al gruppo deriva dal raccontarsi le esperienze e i cambiamenti della vita. Tuttavia, stare semplicemente insieme e non fare nulla non basta. Fare le cose ci porterà all'obiettivo che stiamo cercando di raggiungere. È importante per me ripristinare le competenze tecniche.

Spero che i professionisti che lavorano con i giovani sappiano come motivare e aiutare i giovani a non fare errori.



5. Appartenenza a una comunità significa
accettazione e inclusione per i giovani:
i risultati dell'indagine.



Durante il progetto MPOW, da gennaio 2024 ad aprile 2024, sono state effettuate due indagini nei quattro paesi partecipanti al progetto: Italia, Repubblica Ceca, Finlandia e Portogallo. Una indagine si è rivolta ai giovani e l'altra ai professionisti che lavorano con loro. Lo studio ha esaminato come l'appartenenza a una comunità influisca sulle vite dei giovani in situazioni di vita difficili e cosa pensano i giovani delle comunità in generale. L'indagine ha raccolto 382 questionari tra i giovani e 278 tra i professionisti. Di seguito si presentano alcuni dei risultati più interessanti delle indagini. I risultati complessivi dell'indagine sono stati pubblicati in un rapporto separato intitolato "Risultati dell'indagine per Giovani e Professionisti", che può essere consultato su "Survey Results for Young People and Professionals", che può essere consultato sul sito **del progetto** .

I giovani sono stati invitati a condividere liberamente le loro opinioni sull'importanza di appartenere a una comunità. I risultati ottenuti confermano sostanzialmente gli elementi già emersi nelle storie di caso. Tra gli elementi che spiccano maggiormente rilevanti sono „l'essere accettati e inclusi, di essere ascoltati, di valorizzare i pensieri del giovane, di solitudine e individualità“. Molti hanno sottolineato, nel sentirsi parte di una comunità, l'importanza di socializzare, condividere cose e stare insieme, ma anche la possibilità di scegliere quando e come essere con gli altri.

In molte risposte i ragazzi riconoscono che la comunità o il servizio presso cui il giovane è impegnato gioca un ruolo significativo nell'aiutare il giovane a trovare significato nella propria vita quotidiana, nonché supporto nei momenti difficili. Inoltre, appartenere a una comunità è associato all'idea di cambiamento, poiché le risposte includono lavorare insieme per migliorare le cose, essere in grado di influenzare scelte e decisioni e partecipare attivamente. Più raramente vengono citati fattori legati all'umore e alle emozioni, come felicità, amicizia e intimità.

Non sembra esserci una differenza significativa nelle risposte dei quattro diversi paesi, sebbene ci sia stata una leggera variazione nei pesi attribuiti. La risposta più comune in Finlandia è stata il termine „accettazione“, con circa il 30% dei rispondenti che lo ha menzionato come significato di appartenere alla comunità. In Repubblica Ceca, il termine più comunemente usato è stato „inclusione“ (20%), „partecipazione“ e „solidarietà“. In Portogallo e Italia, il significato di „Comunità“ si riferisce ai termini „inclusione e accettazione“, ma la „cooperazione“ e il „lavoro insieme“ sono enfatizzati in modo più significativo rispetto agli altri due paesi.

Alcuni esempi di risposte dei giovani: “La comunità può essere un'altra famiglia che aiuta e supporta”, “Come esseri umani, come esseri sociali, abbiamo bisogno di vivere in comunità per sentirci completi”, così come “Senza comunità e senza supporto emotivo, siamo molto più inclini a problemi di salute mentale legati alla solitudine.”

Le risposte su cosa i giovani pensano di aver raggiunto sentendosi parte di una comunità sono abbastanza coerenti tra i paesi (Finlandia, Italia, Repubblica Ceca e

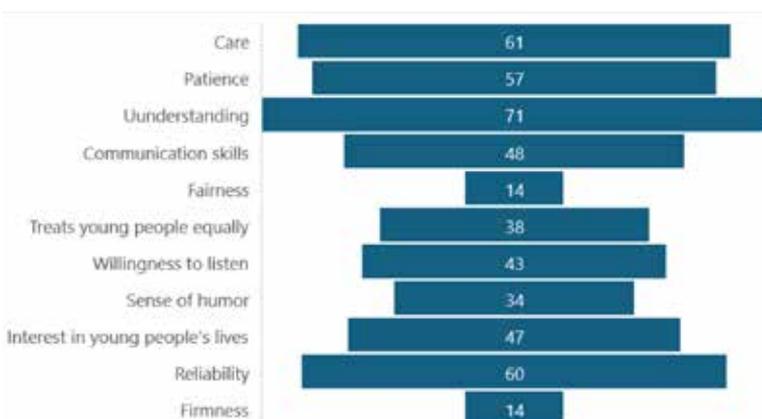
Portogallo). In realtà, le parole chiave che sembrano ricorrere sono, soprattutto, accettazione e inclusione, espresse in modi diversi. Tuttavia, l'analisi dei contenuti delle risposte evidenzia più chiaramente l'importanza della comunità nel fornire supporto e protezione: le risposte spesso menzionano amicizia, sostegno reciproco, la possibilità di aumentare l'auto-efficacia, cooperazione e lavoro di squadra.

Nei giovani, una scuola o istituzione educativa rappresenta spesso una comunità importante, e in tal senso è stato interessante vedere cosa segnalano i giovani come motivi per aver interrotto il percorso scolastico. Ci sono numerose risposte in cui i giovani hanno evidenziato le carenze dell'istituzione educativa, come "perché la scuola non era attraente", "non ho imparato nulla", "non mi è stata utile" o un rapporto scomodo con insegnanti e altri studenti. Alcuni citano la discriminazione e l'isolamento come motivo per abbandonare gli studi (ad esempio, "ho lasciato la scuola perché non mi sentivo accettato"), ovvero i giovani non si sono sentiti accolti nella comunità educativa.

Tuttavia, è degno di nota che quando un giovane ha risposto che non aveva risorse mentali come motivo per l'abbandono degli studi, sembra prevalere l'opinione tra i rispondenti finlandesi secondo cui i giovani si sentono inadeguati per la scuola e non viceversa, mentre in altri paesi (Italia, Portogallo e Repubblica Ceca) i giovani percepiscono la mancanza di un'istituzione educativa. Secondo i ragazzi italiani, portoghesi e cechi, l'istituzione educativa non offre né supporto adeguato né significato ("la scuola non era attraente"). Tuttavia, le risposte sono ancora troppo poche per permetterci di

Life condition	Country					Total
	CZ	FI	IT	PT		
I work full time	31	2	9	35		77
I work part-time	13	8	19	15		55
Studying or going to school	20	12	30	40		102
I am unemployed	8	34	19	5		66
I am on parental leave	9					9
I am on sick leave	2	9				11
I am undergoing rehabilitation	6	26	3			35
I am retired	1	9	1			11
Other	6	10	4			20
Total	96	110	85	95		387

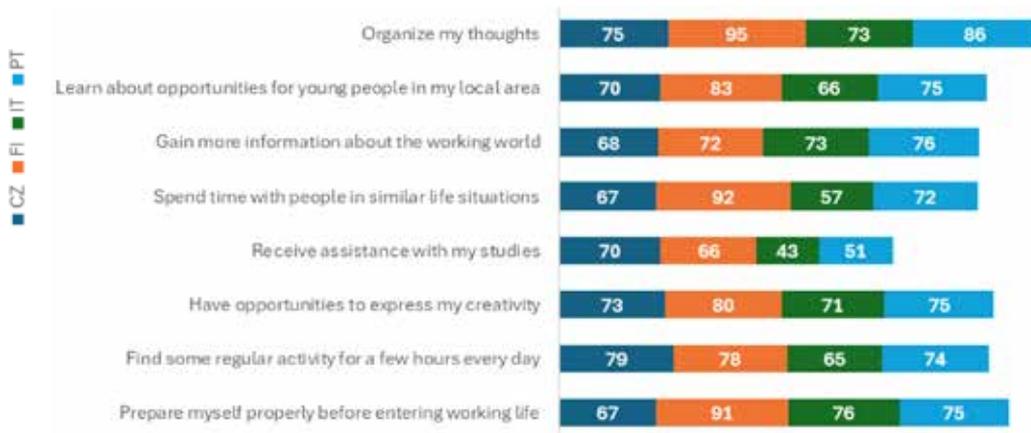
Come vivono i giovani che hanno risposto al sondaggio per Paese (valori assoluti).



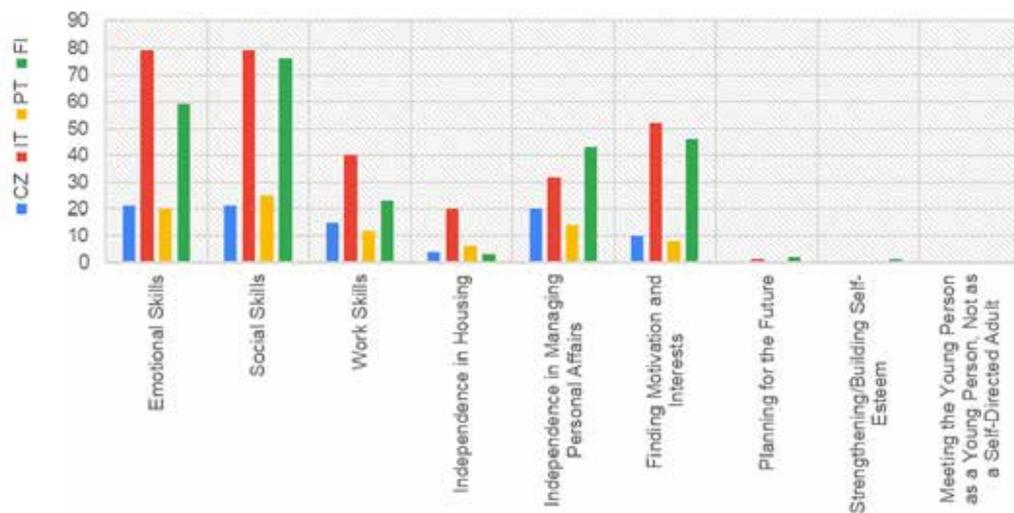
La figura che segue riporta le risposte alla domanda che è stata rivolta ai giovani: "Pensa ai professionisti che lavorano con i giovani, ad esempio nei passatempi, a scuola, nel lavoro sociale o nell'assistenza sanitaria. Quali qualità pensi siano le più importanti?"

trarre conclusioni definitive sulle differenze tra i paesi. La ricerca ha certamente evidenziato l'esistenza di diversi punti di vista.

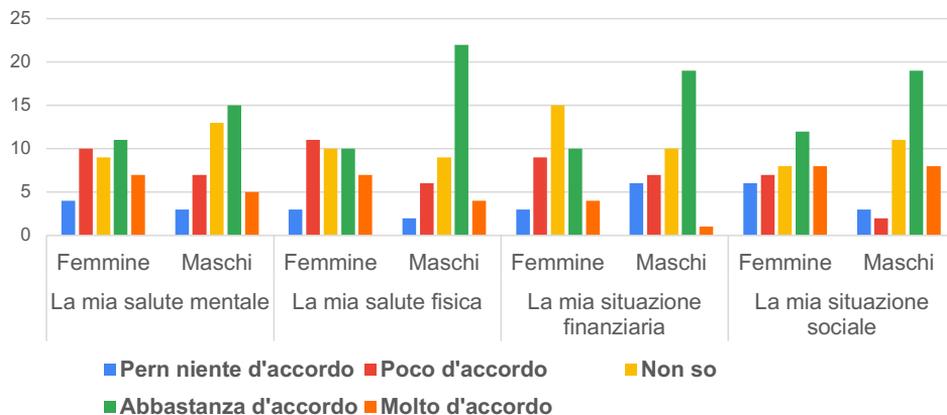
Ai giovani è stato chiesto delle loro prospettive future, e la stessa questione è stata posta ai professionisti in merito alle future sfide dei servizi rivolti ai ragazzi. La risposta più comune degli adolescenti sul loro futuro è stata "ordinare i propri pensieri", che probabilmente riguarda prendere decisioni, delineare obiettivi, prepararsi o semplicemente comprendere questioni complesse. L'opinione dei professionisti su cosa potrebbe aiutare la situazione degli adolescenti NEET è stata unanime: le competenze emotive e sociali dei giovani dovrebbero essere potenziate.



Risposte dei giovani alla domanda „quando penso al mio futuro prossimo, io vorrei...“ (Valori assoluti)



In Italia inoltre è stata fatta una ulteriore domanda relativa alla percezione tra i giovani della loro condizione. Il grafico che segue riporta i risultati ottenuti divisi per genere. Ai ragazzi e alle ragazze è stato chiesto di valutare alcuni aspetti della loro vita, utilizzando la scala di Likert.



In generale è possibile notare una situazione di benessere percepita come abbastanza buona (la barra verde del grafico) certamente con differenze di genere molto marcate. Le ragazze hanno una percezione certamente più negativa dei loro coetanei maschi. Ciò probabilmente si spiega con lo sviluppo di una consapevolezza maggiore tra di loro rispetto al gruppo dei ragazzi.



La figura che segue riporta le risposte alla domanda che è stata rivolta ai giovani: “Pensa ai professionisti che lavorano con i giovani, ad esempio nei passatempi, a scuola, nel lavoro sociale o nell’assistenza sanitaria. Quali qualità pensi siano le più importanti?”



6. Creazione della Comunità

Avviare una comunità non è un compito da poco: richiede sia tempo che impegno. D'altra parte, c'è una grande necessità di creare una comunità responsabilizzante intorno ai giovani e questo è stato il terzo importante elemento che ha contraddistinto il progetto MPOW. Questa comunità è specificamente concepita come una comunità basata sul volontariato, e si presuppone che la comunità abbia alcuni attori chiave che organizzano e avviano diverse attività.

Avviare e sostenere una comunità che favorisce l'empowerment è un processo che può essere suddiviso in nove fasi:

1. **Pianificazione:** Definire chiaramente gli obiettivi e la missione della comunità, stabilendo un piano di azione dettagliato.
2. **Preparazione Iniziale:** Preparare le risorse necessarie, includendo la selezione dei membri chiave e la preparazione dei materiali.
3. **Definizione dei Ruoli degli Attori:** Assegnare ruoli e responsabilità ai membri chiave, chiarendo le loro funzioni e aspettative.
4. **Reclutamento dei Partecipanti:** Cercare e reclutare nuovi membri per la comunità, utilizzando diverse strategie per attrarre persone interessate.
5. **Coinvolgimento dei Nuovi Membri:** Integrare i nuovi membri nella comunità, assicurandosi che si sentano benvenuti e coinvolti nelle attività.
6. **Avvio delle Attività:** Iniziare le attività previste dalla comunità, assicurandosi che siano coerenti con la missione e gli obiettivi.
7. **Mantenimento del Senso di Comunità:** Favorire un ambiente positivo e inclusivo, promuovendo la coesione tra i membri e il senso di appartenenza.
8. **Valutazione e Sviluppo:** Monitorare e valutare regolarmente il progresso della comunità, apportando miglioramenti e sviluppando nuove strategie se necessario.
9. **Riconoscimento dei Volontari (e degli Altri Attori):** Riconoscere e premiare il contributo dei volontari e degli altri membri chiave per mantenere alta la motivazione e l'impegno.

6.1 Pianificazione della Comunità

Realizzare una comunità inizia con la pianificazione. Spesso potrebbe già esistere un'idea del fine della comunità e del pubblico target. Tuttavia, in questa fase, è utile riflettere in modo più ampio sugli obiettivi, la missione, i valori e i principi della comunità. È essenziale trovare il fattore unificante che attragga e coinvolga coloro che sono potenzialmente interessati all'iniziativa e li faccia rimanere fedeli ad essa.

Ad esempio, l'esperienza della Culture House (Kulttuuripaja Virta in Finlandese) definisce il suo scopo come segue: "Le attività di Kulttuuripaja Virta sono rivolte a giovani di età compresa tra i 18 e i 35 anni che affrontano sfide relative alla salute mentale o situazioni di vita particolarmente difficili. Le attività offrono ai partecipanti esperienze significative, interazioni sociali e un ritmo quotidiano. L'obiettivo principale del Cultura House è migliorare il benessere e il funzionamento sociale dei partecipanti." Ed inoltre: "La base dell'attività si fonda sul modello del Cultural House e sulla pedagogia sociale. Si tratta di un'attività a bassa soglia nel terzo settore, basata su un approccio volontario e orientato alle risorse, con il supporto di pari guidato e funzionale."

La comunità ha bisogno di almeno una certa quantità di fondi per funzionare, quindi è saggio considerare anche prevedere un budget finanziario dell'attività durante la fase di pianificazione, ad esempio attraverso quote associative, sovvenzioni, sponsor o la vendita di servizi.

6.2 Preparazione iniziale

Una comunità necessita di uno spazio o di un'area per il suo funzionamento: anche se la comunità opera all'aperto, di solito ha un'area di attività specifica. Idealmente, la comunità avrà uno spazio proprio, che può trasformare in una base autosufficiente e operativa. Quando si cerca uno spazio per una comunità di giovani NEET, è importante considerare l'accessibilità, sia fisica che psicologica. Il gruppo target può raggiungere facilmente la destinazione, ad esempio con i mezzi pubblici? È possibile accedere allo spazio con una sedia a rotelle? Come è stata presa in considerazione la differenza di genere nei locali? È possibile mettere un cartello vicino all'ingresso che indichi lo status non discriminatorio?

Dal punto di vista dell'aumento del senso di comunità, è essenziale che sia possibile per gruppi di diverse dimensioni riunirsi. Gruppi di tavoli o divani possono essere invitanti per sedersi insieme in modo discreto. C'è una stanza abbastanza grande da permettere a tutta la comu-

STEPS OF CREATING A COMMUNITY



nità di riunirsi? È anche importante per lo sviluppo di un senso di comunità che il maggior numero possibile di persone consideri lo spazio come proprio. Questo può essere facilmente realizzato invitando tutti coloro che sono interessati a decorare a partecipare insieme alla progettazione e alla ristrutturazione dello spazio.

I preparativi iniziali includono anche la pianificazione del marketing, ovvero considerare come il pubblico target possa trovare la comunità. Quando si fa marketing, è importante decidere se si vuole raggiungere direttamente il pubblico target o, ad esempio, i professionisti che lavorano con il pubblico target — per esempio, scegliere i canali di social media di conseguenza. Inoltre, i materiali di marketing tradizionali stampati possono essere utili, come brochure, manifesti, adesivi, ecc.

In questa fase, è anche utile riflettere sul proprio atteggiamento, ovvero su come affrontare la creazione di una comunità. Questo può essere testato utilizzando le domande di auto-riflessione generate dal progetto (che si trovano alla fine del libro), che servono anche come una buona base per discussioni tra gli iniziatori dell'azione — e successivamente come promemoria e base per la valutazione personale.

6.3 Definizione dei ruoli

Esistono diversi ruoli all'interno della comunità; la loro definizione è particolarmente importante se parte del lavoro è retribuito e il resto è svolto su base volontaria. In generale, le persone che non hanno una responsabilità specifica sono comunque coinvolte nelle attività della

comunità. È una buona idea iniziare pensando e elencando i compiti nella comunità, i tipi di responsabilità e le funzioni associate ai compiti; incarichi di lavoro più dettagliati possono essere sviluppati successivamente.

In una comunità che promuove l'empowerment, c'è bisogno di persone responsabili del coordinamento delle attività e della considerazione dei volontari. Questi possono essere dipendenti o, ad esempio, membri del consiglio di un'associazione, e il loro ruolo rispetto agli altri volontari e partecipanti merita una riflessione attenta. Come sono divisi potere e responsabilità? In una comunità volta all'empowerment giovanile, i giovani dovrebbero giocare un ruolo significativo nelle decisioni prese all'interno della comunità. Ad esempio, i ruoli di un laboratorio culturale possono essere definiti come segue — più si va avanti, più chiaro è il livello di responsabilità della persona: visitatore, partecipante, consigliere, dipendente. Inoltre, possono esserci responsabilità designate, come il responsabile della sicurezza. Ciò che è importante per una buona atmosfera è che, sebbene i compiti siano diversi, ogni individuo si senta uguale agli altri.

È anche importante considerare come definire quanto tempo i volontari dedicano alle attività comunitarie. I compiti possono richiedere quantità di tempo diverse, ma se ci sono abbastanza volontari, ciascuno può decidere autonomamente quanto lavoro volontario desidera fare. Definire il proprio ruolo è di per sé un atto di empowerment.

6.4 Marketing

Per avviare una comunità, ovviamente, sono necessari i partecipanti alla comunità — e qui entra in gioco il

marketing. Quando si fa marketing, bisogna pensare a chi si vuole raggiungere e dove è possibile trovare questi gruppi target. Se si desidera raggiungere i giovani, è opportuno promuovere l'attività sui social media adatti ai giovani. Naturalmente, questo è facilitato se chi si occupa del marketing è familiare con queste piattaforme (forse si potrebbe chiedere a un giovane interessato all'attività di occuparsi del marketing?) A volte è più facile raggiungere il vero pubblico target attraverso alcuni intermediari, come i professionisti che lavorano con i giovani.

Quando si avvia una comunità, è importante riflettere e scoprire quale tipo di rete di cooperazione potrebbe idealmente formarsi per la comunità; cioè, chi potrebbe essere interessato alle attività della comunità, direttamente o per conto di un vicino o utente. La rete di comunità per i giovani NEET potrebbe includere, ad esempio, operatori giovanili, professionisti della salute sociale, impiegati degli uffici pubblici, consulenti, psicologi scolastici, coach, e altri interlocutori che lavorano con i giovani. È utile parlare con queste parti e discutere delle proprie attività, poiché una volta che le attività e gli attori sono diventati familiari, la comunicazione elettronica e altre attività di cooperazione saranno più efficienti ed efficaci in futuro.

Un buon modo per attrarre nuovi partecipanti è organizzare formazione per i volontari e promuovere la formazione attraverso diversi canali. Attraverso l'educazione, è facile per i nuovi individui entrare a far parte della comunità, e specialmente all'inizio, la comunità ha bisogno di persone che si impegnino a produrre attività. È anche cruciale che, fin dall'inizio, la comunità offra ai nuovi arrivati una gamma di attività e opportunità per partecipare e trovare il loro posto nella comunità. Questo può includere la progettazione e la ristrutturazione di uno spazio comunitario, l'organizzazione di eventi a porte aperte, il marketing o l'organizzazione di vari workshop temporanei. Tutti questi eventi possono essere promossi al pubblico target e così raggiungere coloro che sono interessati all'attività.

6.5 Coinvolgere nuove persone

Una volta avviato il marketing della comunità, il passo successivo è accogliere i partecipanti interessati nella comunità. Questa fase tipicamente prosegue finché la comunità è attiva, il che significa che nuovi partecipanti vengono inclusi continuamente o a determinati intervalli durante l'esistenza della comunità. Tuttavia, coinvolgere nuove persone è un passo cruciale nella creazione di una comunità, poiché il primo incontro getta le basi per tutte le attività future: se fallisce, può portare all'esclusione del

nuovo arrivato dalla comunità. Ogni nuovo partecipante desidera sentirsi accettato nella comunità di suo interesse. Più vulnerabile è il background del partecipante, più spesso ha bisogno di rassicurazioni sul fatto che verrà accettato come tale.

Un adeguato ricambio dei partecipanti mantiene la comunità sana, quindi non solo durante la fase di avvio, ma anche successivamente, è importante avere un percorso chiaro, cioè un modo per essere coinvolti. Coinvolgere qualcuno può avvenire attraverso qualsiasi attività che venga percepita come riconoscimento sociale e come una forma di benvenuto nella comunità. Può essere una conversazione introduttiva, una sessione introduttiva, o qualcosa di informale come sedersi a prendere un caffè. Anche se non è necessario nulla di speciale per unirsi alla comunità, l'inclusione di una nuova persona è sempre un momento di valutazione reciproca per capire se l'avvicinamento sia adatto alla comunità e se la comunità è adatta al nuovo arrivato.

Coinvolgere qualcuno di nuovo aiuta anche gli altri membri della comunità ad avere una chiara comprensione di chi appartiene alla comunità. Significa che questa nuova conoscenza continuerà a far parte di "noi", il che implica che il nuovo arrivato abbia accettato i valori e le pratiche della comunità. Un modo efficace è avere una sorta di conversazione introduttiva con il nuovo arrivato, che discute le politiche, i valori e le regole della comunità. Una conversazione introduttiva è un'ottima opportunità per iniziare a costruire un rapporto di fiducia, per conoscere un po' la situazione di vita del nuovo arrivato e i desideri che ha per la comunità.

Senza un'inclusione chiara, può essere difficile per un nuovo arrivato sapere come o quando diventerà parte della comunità. Se è iscritto alla mailing list, può partecipare a tutte le attività? Oppure, se partecipa a un evento della comunità, è già parte della comunità? È essenziale tenere conto di questo, in particolare quando i principi della Comunità prevedono attività a bassa soglia. In questo caso, la comunità può annunciare che "tutti sono benvenuti a partecipare all'azione". In realtà questo è praticamente mai vero: sono benvenuti solo coloro che accettano i valori e le pratiche della comunità. D'altra parte, una procedura di iniziazione troppo burocratica o gerarchica può essere problematica, soprattutto nelle comunità giovanili.

Specialmente nei gruppi giovanili, è comune che un nuovo partecipante possa sentirsi come se non appartenesse, anche se, dal punto di vista della comunità, è stato "normalmente" incluso nelle attività. In tali casi, il

Coinvolgere il nuovo "in poche parole"

1. Saluta. Presentati. Sorprendi positivamente il nuovo arrivato! Un sorriso non guasta mai! :)
2. Di che è bello avere un nuovo partecipante. Se possibile, usa il nome del partecipante, se lo ricordi.
3. Sintonizzati sulla conversazione pensando alla familiarità. Chiedi al nuovo partecipante qualcosa che potreste avere in comune. Ad esempio: "Hai disegnato molto?" o "Che tipo di musica ascolti?"
4. Coinvolgiti nell'attività del momento. Ad esempio: "Vuoi provare a suonare il basso?" oppure "Oggi faremo acchiappasogni. Vuoi iniziare a farlo?"
5. Quando vai via, ringrazia per la partecipazione e trova qualcosa su cui dare un feedback positivo o un incoraggiamento. Puoi anche dire: "Ci sarai la prossima settimana?"

Vinkki: Toimii draamaharjoituksena!

Esempio: il marketing della Cultural House Finlandese (Kulttuurpaja Virta)

Kulttuurpaja Virra dispone di un sito web tradizionale e di due canali sui social media: Instagram e Facebook. Instagram è destinato a raggiungere direttamente i giovani, mentre Facebook è più orientato ai professionisti della rete di collaborazione e ad altri interessati all'attività. Inoltre, il Laboratorio Culturale utilizza la piattaforma Discord per la comunicazione interna, che funge da piattaforma informativa e di discussione per la comunità. Inoltre, Virra ha delle brochure stampate delle dimensioni di una cartolina, che descrivono brevemente cosa sia un Laboratorio Culturale e come partecipare alle attività. Queste schede sono state distribuite ai professionisti che lavorano con i giovani per essere inoltrate. Tuttavia, nonostante il tempo trascorso, il canale di comunicazione che continua a raggiungere il meglio è la mailing list; una per i professionisti che lavorano con i giovani e l'altra per i partecipanti al Laboratorio. Le mailing list vengono utilizzate regolarmente per comunicare le attività.

gruppo diventa, nel peggiore dei casi, un gruppo di individui, ognuno dei quali si sente solo e convinto di non appartenere, e non può nascere un senso di comunità. Il modo più semplice per garantire un senso di appartenenza ai nuovi è prestare particolare attenzione all'inizio dell'attività e invitarli a partecipare a varie attività. Questo funziona particolarmente bene se il nuovo arrivato viene accolto da coloro che percepisce come pari. Pertanto, nelle comunità orientate ai giovani che coinvolgono lavoratori adulti, l'accettazione degli altri giovani è fondamentale.

Se riuscito, coinvolgere una persona nuova, può essere un buon inizio per costruire una relazione di fiducia e conoscersi meglio, fornire una sensazione di sicurezza e un interesse sufficiente a far sì che il partecipante osi e desideri partecipare, oltre a chiarire di cosa si occupa la comunità. L'inclusione di un nuovo partecipante può anche ridurre potenziali conflitti in futuro, avendo già esaminato le principali politiche della comunità all'inizio. Se necessario, i dati di contatto dei futuri partecipanti possono essere raccolti in questo contesto per fornire informazioni sulle attività della comunità.

6.6 Operazioni di lancio

Le azioni verranno intraprese con le risorse disponibili. All'inizio possono essere piccole: laboratori individuali, incontri, eventi. È importante coinvolgere nella pianificazione e nell'implementazione coloro a cui sono destinate le attività — e soprattutto ispirare i volontari a creare attività che a loro piacciono e per le quali sono entusiasti. Ad esempio, se un volontario ama gli animali, può essere incoraggiato a pianificare attività che coinvolgono gli animali. L'idea potrebbe essere, ad esempio, un gruppo di animali domestici dove ogni volta si visita un animale diverso. Il proprietario può iniziare raccontando un po' sulla cura dell'animale, e poi chi lo desidera potrà conoscerlo più da vicino. Oppure si potrebbe passeggiare con un cane in un gruppo di camminata per cani — si può partecipare con o senza cane. O, per chi è interessato alla musica, un gruppo "Colonna sonora della propria vita", dove ogni membro del gruppo sceglie una canzone che gli piace per un tema specifico (cosa ascoltata quando vuoi energia/autunno/nella tristezza, la miglior canzone per ballare, ecc.) da ascoltare insieme durante

l'incontro. Le canzoni non vengono criticate in alcun modo, ma possono essere discusse dopo l'ascolto.

Fin dall'inizio, l'obiettivo è coinvolgere tutti gli interessati nella pianificazione e realizzazione delle attività, così come nelle decisioni su questioni comuni. La comunità ha bisogno di un nome, e una buona idea è lasciare che tutti gli interessati propongano delle idee per il nome, che poi verranno votate insieme per scegliere il vincitore. Allo stesso modo, è utile coinvolgere tutti nella fase iniziale della creazione delle regole della comunità — ciò potrebbe avvenire, ad esempio, come parte della formazione iniziale dei volontari. In seguito, queste linee guida o regole potranno essere riviste insieme per verificare se ci sia bisogno di modifiche. Una buona base potrebbero essere considerate varie linee guida per un ambiente più sicuro.

È anche consigliabile chiedere a tutti i potenziali partecipanti di contribuire alla progettazione e decorazione degli spazi della comunità. Tuttavia, durante la progettazione, bisogna tenere a mente i bisogni futuri della comunità: con un grande tavolo per gli incontri, divani o altre sedute confortevoli che permettono una permanenza libera, spazio sulle pareti, i partecipanti possono essere invitati a creare la propria arte. L'importante è che sentano fin dall'inizio di poter fare la differenza nelle questioni della comunità e di poter prendere possesso dello spazio.

Gli attori volontari — e naturalmente i dipendenti — necessitano di momenti di pianificazione delle attività, in cui pensano insieme a che tipo di attività vogliono organizzare. È stato stabilito con successo che tutte le attività, comprese le attività di gruppo, siano pianificate per un

periodo di tempo specifico, durante il quale i direttori dei gruppi volontari si impegnano a guidare il proprio gruppo. Nei laboratori culturali sperimentati, questo ciclo è stato di appena cinque settimane, dopodiché si è sempre svolta una nuova giornata di progettazione. Un intero semestre (circa 5 mesi) è infatti troppo lungo per molti; è difficile pianificare a lungo termine e l'impegno in un compito può sembrare opprimente. Momenti di pianificazione regolari sono importanti per mantenere le attività attuali, e forniscono una struttura alle attività della comunità. I momenti di progettazione sono anche eccellenti per rivedere i successi e identificare eventuali aree di sviluppo, fornire supporto reciproco, aiuto con le idee e ringraziare gli attori.

Ci sono anche molte altre attività di supporto associate all'avvio e alla gestione dell'operazione: l'acquisto di materiali, l'organizzazione e la decorazione dello spazio in base alle attività e agli attori coinvolti. Inoltre, è utile e necessario iniziare il lavoro statistico fin dall'inizio, per monitorare in seguito lo sviluppo del numero di partecipanti e informare i potenziali donatori a riguardo. Allo stesso modo, sono importanti vari sondaggi tra i partecipanti, soprattutto durante il periodo di lancio delle attività. Anche se negli incontri di persona c'è lo spazio e il tempo per condividere opinioni e punti di vista, non tutti sono in grado o disposti a esprimerli di persona. Anche sondaggi rapidi online possono essere di aiuto.

6.7 Costruire un senso di comunità

Il senso di comunità non nasce né si mantiene da solo, ma deve essere costantemente coltivato. Questo è uno dei



principali compiti delle figure centrali della comunità. Una comunità può essere paragonata a un falò: prima si prepara il terreno, si accumulano i tronchi e si accende la scintilla; la preparazione della comunità è stata descritta in precedenza. Allo stesso modo, l'avvio dell'azione comunitaria può essere paragonato all'accensione del falò. Proprio come il fuoco viene alimentato aggiungendo legna e curando il falò nel tempo, anche il senso di comunità si mantiene attraverso piccoli gesti quotidiani.

Il senso di comunità viene mantenuto e rafforzato attraverso una serie di politiche che rispettano i valori della comunità e consolidano i legami sociali. Le politiche basate sui valori includono il trattamento equo, la considerazione e l'accettazione di tutti così come sono, e l'interazione con ogni individuo. Un esempio concreto nella comunità potrebbe essere quello di concordare una prassi in cui tutti i membri vengano salutati all'arrivo e alla partenza. Concentrarsi su speranza, opportunità e risorse è una scelta consapevole. Le figure centrali della comunità possono essere supportate con domande appropriate o guidando le discussioni in una direzione positiva.

La comunicazione aperta su questioni legate alla comunità aumenta l'uguaglianza, l'inclusione e dimostra apprezzamento per tutti i membri. Un'assemblea comunitaria è un'opportunità in cui tutti i membri interessati possono partecipare per discutere e decidere questioni comuni.

I legami sociali possono essere rafforzati in vari modi, come conoscersi meglio, trovare interessi comuni, imparare di più l'uno sull'altro, e fare o vivere esperienze

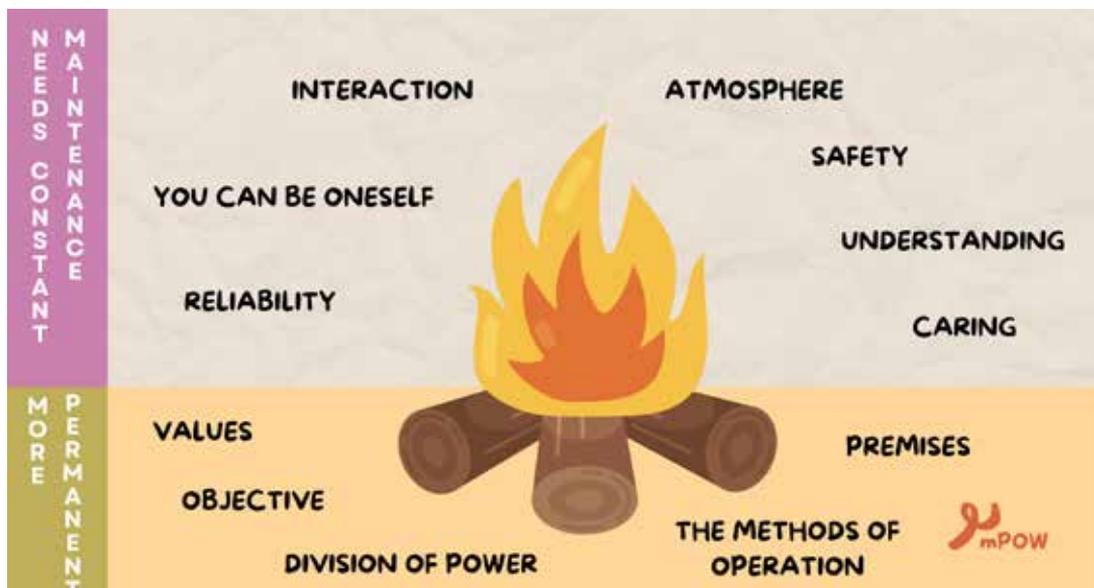
insieme. In una situazione ideale, i membri della comunità si ricordano i nomi reciproci. Un modo concreto e semplice per mantenere un senso di comunità è fare un giro di presentazioni durante tutti gli incontri, in cui ogni partecipante può condividere il proprio nome e, ad esempio, le proprie riflessioni sul tema del giorno.

Il mantenimento e lo sviluppo del senso di comunità vengono discussi più dettagliatamente nel Capitolo 7.

6.8 Valutazione e sviluppo

Di tanto in tanto, è utile valutare le attività della comunità. Il modello di pensiero che funziona nella creazione di una comunità è infatti basato su una cultura della sperimentazione, ovvero testare diverse attività con una soglia bassa di ingresso, capire se un approccio funziona o meno e apportare le modifiche necessarie. Inoltre, una comunità non può mai considerarsi "completata", nel senso che c'è sempre qualcosa da sviluppare.

La valutazione può essere effettuata osservando le attività quotidiane, conversando con i membri della comunità e attraverso vari sondaggi, valutazioni e interviste. Gli aspetti da valutare includono almeno tre elementi: a) dove si sono ottenuti successi, b) cosa i partecipanti hanno guadagnato dall'attività e, naturalmente, c) come migliorare in futuro. Se la valutazione viene effettuata tramite interviste, è consigliabile, se possibile, coinvolgere una persona esterna alla comunità, neutrale, per condurre le interviste, in modo che l'intervistato possa esprimere liberamente le proprie opinioni senza sentirsi condizionato da ciò che pensa l'intervistatore.





6.9 Dare riconoscimento ai volontari

I volontari spesso svolgono un ruolo fondamentale nelle attività comunitarie, e il riconoscimento e la gratificazione per il loro lavoro devono essere presi in considerazione nelle attività della comunità. Il riconoscimento del volontariato può essere suddiviso in due tipologie: il riconoscimento continuo, quotidiano, e quello occasionale, più formale. La consapevolezza quotidiana consiste nel ringraziare, incoraggiare e riconoscere i buoni gesti e le buone azioni, esprimendoli apertamente. È importante che gli attori della comunità notino e apprezzino ciò che di buono fanno gli altri e lo comunichino.

Un ringraziamento più formale può assumere la forma di un premio, un certificato o una celebrazione. Per questo tipo di gratificazione, spesso vengono investiti tempo, impegno e risorse economiche. Tuttavia, il ringraziamento formale avviene solitamente raramente, una o due volte all'anno, quindi la considerazione quotidiana è cruciale. In una buona comunità, entrambi i metodi vengono utilizzati per riconoscere il lavoro svolto, specialmente dai volontari, ma anche, naturalmente, dai lavoratori assunti.

6.10 Entrare ed uscire

In una comunità sana, c'è un ricambio sufficiente tra i membri: se le stesse persone restano nella comunità

per troppo tempo, spesso si formano sottogruppi indesiderati che influenzano l'atmosfera e possono ostacolare l'inclusione di nuove conoscenze. La modalità di ingresso, ossia come partecipare, dovrebbe essere ben ponderata e spiegata nel modo più chiaro possibile nei materiali di comunicazione della comunità. Quando una nuova persona è interessata a un'attività, ha bisogno di informazioni: a chi rivolgersi o se può semplicemente presentarsi. Cosa succede quando arriva una nuova persona? Come diventa membro della comunità?

È altrettanto importante fornire una via d'uscita, affinché il partecipante possa essere realmente coinvolto nelle attività della comunità solo quando sente che queste contribuiscono al suo benessere e ai suoi obiettivi. Questo aspetto è spesso trascurato nelle comunità che si concentrano sull'aumento del numero di partecipanti o membri, anche se l'attività è pensata per sostenere una fase specifica della vita. La modalità di uscita va riflettuta in base al fine della comunità e al target di riferimento. Per i giovani NEET, una via d'uscita adeguata potrebbe essere una sorta di "scambio di accompagnamento", ovvero una guida chiara verso altre attività, come studi, iniziative per favorire l'occupazione o lavoro. All'interno della comunità, potremmo chiederci insieme se c'è un momento in cui sarebbe opportuno passare oltre.





7. Mantenere e sviluppare un
senso di Comunità

Il senso di comunità è una sensazione di appartenenza strettamente legata a sentimenti di fiducia, sicurezza e rilevanza. È la sensazione di far parte di un gruppo in cui l'individuo viene considerato e sostenuto. Il senso di comunità si riferisce alla percezione degli individui di appartenere, ai valori condivisi e alla responsabilità reciproca. Esso pone l'accento sull'interazione, sulla partecipazione e sul legame tra i membri della comunità. Il senso di comunità può essere sviluppato consapevolmente attraverso i seguenti sette principi.

7.1 Il fattore unificante

Una comunità è un gruppo di persone unite intorno a qualcosa che esse stesse reputano importante. Ad esempio, può essere un hobby, come un club di nuoto. Le persone interessate al nuoto si sono unite principalmente per questa passione: i nuotatori e, eventualmente, i loro cari. Pertanto, l'interesse per il nuoto rappresenta il confine tra la comunità dei nuotatori e altre persone. Allo stesso modo, una comunità può formarsi anche attorno a un genere musicale: persone che amano lo stesso tipo di musica si incontrano ai concerti di una band in tutto il paese (o nel mondo), e possono conoscersi e diventare amici. Questo gruppo di persone è unito dall'amore per un determinato tipo di musica. D'altra parte, il fattore unificante può provenire dal passato, come spesso accade con diversi gruppi di amici: amici d'infanzia o compagni di università con cui il legame si è formato anni o decenni fa. Può essere difficile per nuove persone entrare in questi gruppi.

Le organizzazioni ideologiche accolgono persone disposte a impegnarsi nei valori dell'organizzazione. Queste possono essere, ad esempio, partiti politici, organizzazioni ambientaliste o comunità spirituali. Alcune associazioni affermano che "tutti sono i benvenuti" alle loro attività, ma generalmente, anche in questi casi, l'associazione si aspetta l'adozione di determinati modelli operativi.

MAINTAINING A SENSE OF COMMUNITY

The basic principles of belonging, which should be considered in every community.

1	2	3	4	5	6	7
Things that unite members of the community compared to people from outside.	Activities to welcome newcomers to the community. Newcomers will then know that they are participants of the community.	Things that have a special meaning for the participants and that are repeated in the same way from one year to the next.	A place where the community gathers. The comfort of the space contributes to empowerment.	The better people know each other, the easier it is for them to feel a sense of belonging. Different ways of interacting deepen the bonds.	Powerful tools for community building, because they represent values and ideas.	A path to growth as we participate. For example, in Culture Houses, peer tutors are given more responsibility than other participants.
Unifying factor	Initiation	Rituals	Premises	Interaction	Symbols	Roles

CHARLES VOGL 2016

mPOW

Un fattore unificante può anche essere qualcosa su cui l'opinione individuale non influisce. Tale fattore può essere la famiglia, il legame di parentela o la cultura in cui una persona è nata, o la località o il quartiere in cui vive. Diversi gruppi minoritari possono formare comunità e, in questo caso, il fattore unificante è l'appartenenza alla minoranza o almeno il desiderio di difendere gli interessi della minoranza.

Un confine chiaro aiuta a formare un senso di comunità, perché in questo modo tutti all'interno della comunità sanno cosa unisce quel particolare gruppo di persone. Più importante è la causa comune per i membri della comunità, maggiore sarà la loro disponibilità a lavorare per essa. Alcune entità commerciali possono cercare di promuovere i loro prodotti o servizi come rivolti alla "loro tribù", ma raramente i clienti di tali aziende avvertono un vero senso di comunità o coesione.

7.2 Per iniziare

Unirsi a una comunità è una fase cruciale per determinare quanto un nuovo arrivato si senta parte di essa. L'iniziazione è un'attività o una serie di attività attraverso le quali un nuovo membro sa di appartenere alla comunità, oppure tramite cui la comunità accoglie il nuovo arrivato. Un inizio di successo attira il nuovo arrivato verso la comunità: saluti, considerazione, trattamento equo e un interesse genuino per la persona sono elementi fondamentali.

Le attività a bassa soglia cercano consapevolmente di rendere la partecipazione il più facile possibile. Questo è importante, ad esempio, quando la comunità è destinata a persone in situazioni di vita difficili, come i giovani NEET. Minore è lo sforzo richiesto per unirsi alla comunità, maggiore diventa l'importanza di un benvenuto esplicito e di gesti accoglienti, affinché il nuovo partecipante si senta davvero il benvenuto.

Al contrario, unirsi ad altre comunità può essere notevolmente più difficile. Ad esempio, nelle attività di ricerca con cani, c'è prima un test di idoneità che valuta la cooperazione e l'affinità tra il cane e il conduttore. Dopo aver superato il test, inizia un corso elementare, durante il quale i nuovi arrivati possono essere ulteriormente selezionati. Al termine del corso, i partecipanti hanno la possibilità di diventare membri in prova. Il percorso per diventare membri effettivi della comunità può richiedere fino a un anno. Un inizio così strutturato è giustificato quando si cerca un forte impegno a

lungo termine, definito da regole precise e metodi di azione stabiliti dalle autorità.

7.3 Rituali

I rituali sono attività della comunità che hanno un significato specifico e vengono ripetute nello stesso modo di anno in anno. Spesso tali attività fanno parte di celebrazioni, ma possono anche essere gesti molto quotidiani. Un esempio di rituale è il giro dei nomi all'inizio di un gruppo per vedere chi è presente. Anche salutare quando si entra o si esce da un luogo è un rituale. Gli scout, ad esempio, hanno diversi rituali, come salutare con la mano sinistra, formare un cerchio fraterno alla fine di una riunione o di un campo, iniziare la giornata di campo con l'alzabandiera, o radunarsi attorno a un falò la sera. Quando i rituali vengono ripetuti più e più volte, iniziano a acquisire un proprio significato all'interno della comunità e creano un senso di appartenenza.

Uno dei rituali più belli, adatto alle celebrazioni, è il "cerchio delle candele", in cui ci si dispone in cerchio e ogni partecipante tiene in mano una candela. Il primo accende la sua candela e poi passa la fiamma al successivo. Alla fine, tutte le candele del cerchio sono accese. La comunità di giovani NEET potrebbe celebrare vari successi, come rientrare in un percorso scolastico, magari con una semplice festa a base di caffè e torta. Anche sedersi in cerchio durante eventi comunitari, come riunioni o formazioni, è un tipo di rituale che mostra che siamo insieme in quel momento e che tutti sono uguali. Tenersi per mano o abbracciarsi in situazioni appropriate sono potenti rituali che rafforzano il senso di unità.

7.4 Spazi e atmosfera

Una comunità di solito si riunisce in uno spazio specifico, adatto all'uso esclusivo della comunità o a un utilizzo comune. Anche se le sedi cambiano, come nel caso di una sala concerti, l'attività è generalmente simile a quella svolta in altri luoghi simili. È essenziale che le strutture soddisfino le esigenze funzionali della comunità. Se le sedi cambiano o non ci sono spazi fisici, un senso di comunità può essere creato anche attraverso elementi legati alle attività della comunità che trasmettono sicurezza e benessere, come farebbero gli spazi. Ad esempio, si può portare una bandiera con il logo della comunità o altro materiale nello spazio.

Affinché i membri della comunità sentano gli spazi come propri, è importante che possano influenzare il modo in cui tali spazi vengono configurati. La situazione ideale è quando i membri della comunità sono coinvolti non solo nella progettazione degli spazi, ma anche nella loro ristrutturazione o decorazione.

Il comfort degli ambienti influisce su come ci si sente nello spazio. Più lo spazio è accogliente, più i partecipanti si sentono valorizzati. Strutture ben mantenute dimostrano anche rispetto per chi le utilizza. L'accoglienza degli ambienti deriva dalla loro funzionalità, pulizia ed estetica. A influenzare l'accoglienza contribuiscono, ad esempio, i colori, i materiali, i mobili e l'illuminazione. Quando si progettano spazi per i giovani NEET, è consigliabile tenere conto delle sensibilità sensoriali ogni volta che è possibile, ad esempio con un'illuminazione indiretta, una buona acustica e schemi di colori adeguati. L'accessibilità, come l'assenza di soglie e la presenza di rampe, dimostra che anche le persone in sedia a rotelle sono benvenute. L'accessibilità psicologica può essere promossa rendendo gli spazi accoglienti, offrendo la possibilità di ritirarsi per stare da soli e introducendo bagni unisex. L'interazione sociale dovrebbe essere facilitata nella progettazione degli spazi comu-



nitari. Questo può essere incentivato con sedute e tavoli adeguati. È stato dimostrato che gli elementi naturali rilassano e accelerano il recupero, quindi piante, immagini della natura, materiali naturali e, naturalmente, finestre migliorano l'effetto rigenerante degli spazi.

.5 Interazione

Più i membri di una comunità si conoscono, più è facile per loro sentirsi parte integrante del gruppo. L'interazione avviene sia in situazioni formali che informali. Un esempio di situazione formale potrebbe essere una riunione della comunità che si tiene a un orario specifico e discute argomenti concordati in precedenza. L'interazione informale avviene invece durante momenti di svago, ad esempio davanti a una tazza di caffè. Una forma intermedia può essere considerata l'interazione che avviene durante un'attività di gruppo, che di solito è spontanea, ma legata all'attività che si svolge all'interno del gruppo. L'interazione nelle comunità può avvenire sia in presenza che nel mondo digitale.

Una buona interazione aiuta i partecipanti a sentirsi visti e ascoltati. Inoltre, facilita la comprensione dei valori condivisi all'interno della comunità. Vale la pena incoraggiare l'interazione e la conoscenza reciproca dei partecipanti in modi diversi. Oltre al parlare e all'ascoltare, è utile ricordare altri mezzi di interazione, come attività artistiche (arti visive, musica, teatro), che possono approfondire il livello di scambio.

Come parte del mantenimento di un'atmosfera comunitaria, è importante includere anche la risoluzione di conflitti e controversie. Più l'atmosfera è aperta e sicura, più sarà facile affrontare i contrasti che possono sorgere. Sarebbe utile stabilire politiche chiare per la risoluzione dei conflitti. Un codice di condotta per gli attori della comunità potrebbe seguire questa formula: 1) risolvere prima il conflitto da soli, 2) se questo non funziona, informare gli attori rilevanti della comunità, 3) tenere una discussione tra le parti coinvolte nel conflitto e cercare di trovare un accordo, 4) se non si raggiunge un accordo, la decisione finale sarà presa, ad esempio, dall'organo centrale della comunità o durante una riunione della comunità. Per mantenere il senso di comunità, in situazioni di conflitto l'interesse della collettività deve prevalere su quello individuale, se necessario.



7.6 Simboli

I simboli sono strumenti potenti nella costruzione di una comunità, poiché sono rapidi promemoria dei valori, dell'identità e del senso di appartenenza a una comunità. L'uso dei simboli è un modo per rafforzare la comunità. I simboli possono descrivere un insieme ampio di idee e valori, rappresentando spesso molte cose contemporaneamente. Un'immagine vale più di mille parole.

I simboli includono segni, oggetti, abbigliamento, gesti e altre forme di comunicazione non verbale. Un simbolo conosciuto a livello globale è, ad esempio, il foulard scout: quasi tutti possono associare un foulard intorno al collo a un'attività scoutistica. Quasi tutte le associazioni e comunità hanno una sorta di logo che rafforza il senso di appartenenza.

Chiediti quali simboli utilizza la tua comunità? Se una comunità non ha un proprio simbolo, quali elementi potrebbe contenere il simbolo della tua comunità?

7.7 Ruoli

Una buona comunità tratta tutti i partecipanti in modo equo. Tuttavia, le comunità prevedono ruoli diversi a seconda dei compiti dei loro membri. Questi ruoli offrono anche l'opportunità di crescere all'interno della comunità, poiché assumersi responsabilità può portare a un ruolo più rilevante. Ad esempio, nella Culture House, i ruoli più importanti sono quelli dei partecipanti e dei leader tra pari - questi ultimi sono spesso prima partecipanti, poi seguono una formazione per diventare leader e infine assumono nuove responsabilità iniziando a guidare il proprio gruppo. I ruoli della Culture House possono essere suddivisi in visitatori, nuovi arrivati, partecipanti, leader tra pari, tirocinanti e dipendenti.



8 Formazione per gli attori della comunità





8.1 Educazione dei giovani: "Io come membro valorizzato della comunità"

L'obiettivo della formazione è aumentare la comprensione di cosa sia una comunità che promuove l'empowerment e come mantenere un senso di comunità. La finalità del corso che è stato sperimentato nel corso del progetto MPOW è stato quello di fornire al partecipante le conoscenze, le competenze e il coraggio necessari per diventare un attore della comunità (ad esempio, consulente tra pari, volontario). Il contenuto della formazione che si presenta in questo manuale è suddiviso in due parti: a) come mantenere il senso di comunità e b) la crescita personale come volontario. Durante il percorso formativo, il partecipante acquisisce una maggiore consapevolezza dei propri interessi e punti di forza, comprendendo anche quanto può offrire agli altri.

SEZIONI DELLA FORMAZIONE:

Parte 1: Conoscersi, Introduzione all'Argomento e Interessi Personali

- Esercizio: Etichette con nomi, dimostrazioni, carte illustrate
- Teoria: Esplorazione dei concetti chiave
- Esercizio: Identificare gli interessi personali: una lista delle gioie
- Esercizio: Pittura collettiva

Parte 2: Comunità e Interazione Sociale

- Riscaldamento: "Io sono un albero..."
- Discussioni di gruppo: Fattori che promuovono il senso di appartenenza alla comunità
- Booster di Energia: "In fila"

Parte 3: Cosa posso offrire alla comunità e identificare i punti di forza personali

- Esercizio: PowerPoint dal video: Fight back
- Esercizio: 100 punti di forza
- Esercizio: Come posso sfruttare i miei punti di forza nella mia comunità

Parte 4: Le mie speranze per il futuro

- Esercizio: Comunità dei Sogni (Carte di Autoriflessione)
- Esercizio: Dove sono, dove vorrei essere, quali sono i primi passi
- Feedback per gli altri partecipanti: "mani sulle spalle"
- Feedback sul programma di formazione

CONTENUTI DELLA FORMAZIONE IN DETTAGLIO:

Parte 1 di 4: Introduzione tra i partecipanti e all'argomento

Obiettivo Generale

Iniziare a formare gruppi e creare uno spazio sicuro. Inoltre, familiarizzare con i temi dell'educazione.

Obiettivi Specifici

Conoscere gli altri partecipanti alla formazione. Introdurre i concetti chiave della formazione. Identificare i propri interessi personali.

Numero di Partecipanti

Adatto per gruppi di dimensioni diverse, numero ottimale di partecipanti: 10-20 persone.

Tempo

Questa parte della formazione dura 2-2.5 ore ed è suddivisa nelle seguenti attività:

Produzione delle Etichette con i Nomi: 10 minuti

Auto-controllo con Carte Illustrate:

Tempo: In base al numero di partecipanti, 5 minuti per scegliere una carta e poi circa 1 minuto per partecipante. Per un gruppo di 10 persone circa 15 minuti, per un gruppo di 20 persone circa 25 minuti.

Definizione dei Concetti Chiave: 10-15 minuti

Pausa: 10 minuti

Lista delle Gioie: 45 minuti

Attività di Gruppo: Progettiamo la Nostra Comunità! 30 minuti

Conclusione

Alla fine di questa sezione, è previsto un momento di discussione congiunta per condividere e riflettere sulle comunità che i vari piccoli gruppi hanno deciso di creare. L'educatore spiega che la prossima sezione proseguirà nello stesso gruppo ristretto e si concentrerà maggiormente sul tema di come si forma un senso di comunità.

Elenco delle fonti/materiali consigliati per i partecipanti

Concetti Chiave:

Una comunità è un gruppo di persone unite da qualcosa di importante per loro.

Il senso di comunità è un legame emotivo all'interno di tale gruppo.

L'empowerment significa un crescente senso di forza interiore.

Un peer counselor ha esperienze e interessi simili a quelli della persona che guida.

Comunità Empowering: Le attività e l'atmosfera di una comunità empowering sono tali da permettere la crescita (cioè, l'empowerment) del senso di forza interiore del partecipante.

Materiali/Logistica

Materiali necessari per questa mattina:

Cartoncino

Penne

Pennarelli

Carte illustrate / immagini

Carta (A4 o quaderno)

Proiettore dati

Attività e Esercizi: Descrizione

Questa sezione comprende diverse piccole attività, esercizi e discussioni.

Creazione delle Etichette con i Nomi:

Descrizione: Carta e penne sono disponibili per ogni partecipante, che scrive il proprio nome. Le etichette vengono poi fissate in un luogo ben visibile sul petto del partecipante.

Auto-controllo con Carte Illustrate:

Descrizione: Un gran numero di carte illustrate viene sparso sul tavolo. I partecipanti devono scegliere una carta che rappresenta ciò che li fa sentire autorevoli. Tutti poi si siedono (le sedie sono disposte in cerchio) e a turno pronunciano il loro nome, mostrano la carta scelta e spiegano perché e come l'immagine della carta conferisce loro forza.

Principi Importanti: Prima che i partecipanti si presentino e mostrino la carta scelta, è utile rivedere i principi fondamentali della formazione: rispettare tutti per come sono, dare spazio a tutti per dire ciò che vogliono dire, chiedere pause se necessario e fare in modo che la partecipazione sia volontaria. Se qualcosa non sembra giusto, non è obbligatorio partecipare.

Tempo e Attenzione: È importante che tutti ricevano circa lo stesso tempo e l'attenzione del resto del gruppo.

Definizione dei Concetti Chiave:

Descrizione: L'educatore introduce i concetti chiave: empowerment, comunità e senso di comunità, e comunità che promuove l'empowerment. Questi concetti possono essere discussi per garantire che tutti comprendano i termini nella maniera più uniforme possibile.

Pausa:

Descrizione: È importante garantire una pausa adeguata durante la formazione per evitare di sovraccaricare i partecipanti. Se possibile, offrire una bevanda e uno spuntino.

Lista delle Gioie:

Descrizione: Ogni partecipante elenca su carta le cose che gli portano gioia (o che sono importanti per loro), grandi o piccole, come l'amore o il gelato preferito. L'obiettivo è elencare il maggior numero possibile di cose che portano gioia. L'educatore può facilitare il pensiero suggerendo categorie come cultura e arte, natura e ambiente, tecnologia e scienza, turismo e internazionalismo, cibo e bevande, relazioni sociali, hobby, media, sport e benessere, ecc.

Condivisione: Una volta compilate le liste, l'educatore chiede ai volontari di leggere la loro lista (o una parte di essa) agli altri. È importante che il relatore abbia uno spazio rispettoso e la libertà di condividere ciò che è importante per lui.

Progettiamo la Nostra Comunità!

Descrizione: I partecipanti vengono divisi in piccoli gruppi di circa quattro persone per l'esercizio.

Compito: Condividete i vostri interessi (lista delle gioie) nel vostro gruppo. Trovate un argomento che interessa a tutti nel gruppo. Decidete che tipo di comunità potreste avviare! Qual è lo scopo della vostra comunità?

Attività e
Esercizi:
Descrizione

Domande Aggiuntive:

La vostra comunità si concentra su una specifica attività o hobby?
La vostra comunità cerca di influenzare un tema specifico?
La vostra comunità rappresenta un'idea o un'ideologia?
Volete aiutare, ad esempio, un gruppo specifico di persone/animali/natura?

Obiettivo
generale

Comprendere l'importanza delle comunità e perché le comunità sono particolarmente importanti per il benessere dei giovani NEET.

Obiettivi
specifici

Apprendere i sette principi di appartenenza e capire come vengono utilizzati per costruire un senso di comunità. Allo stesso tempo, le competenze di interazione vengono sviluppate attraverso vari esercizi.

Numero di
partecipanti

Adatto per gruppi di dimensioni diverse, numero ottimale di partecipanti 10-20 persone. I partecipanti vengono suddivisi in piccoli gruppi di circa quattro persone.

Tempo

Questa parte del training dura dalle 2,5 alle 3 ore ed è suddivisa nelle seguenti attività:

Energy Booster: "Sono un albero...": 10 minuti

Sezione teorica e discussioni: Fattori che contribuiscono al senso di comunità: 90-120 minuti

Esercizio di interazione: Opzioni multiple, un esercizio: 5-10 minuti

Pratica artistica: Pittura di gruppo: 30-40 minuti

Conclusioni

È naturale concludere il primo giorno di formazione osservando il quadro della pittura di gruppo e discutendone (come sarebbe una comunità dei sogni). Il formatore può anche informare i partecipanti che il giorno successivo si concentrerà maggiormente sui punti di forza personali di ciascuno come attori della comunità. Questo aiuta i partecipanti a orientarsi verso il secondo giorno di formazione.

Elenco delle
fonti/materiali
consigliati per i
partecipanti

Libro: Art of community, Charles Vogl, 2006

Materiali/
Logistica

Penne, Carta (A4 o quaderno), Carta grande comune, Colori acrilici o gouache Pennelli, Bicchieri per acqua, Acqua, Altoparlante, Bluetooth

Attività ed esercizi: descrizione

1) Energy Booster: “Sono un albero...”

Esercizio di improvvisazione in cui si crea un'immagine condivisa di tutti i partecipanti. Una persona si pone al centro del cerchio e inizia con un'azione e una dichiarazione, ad esempio, mettendo le braccia a cerchio sopra la testa e dicendo “Sono un albero”. L'esercizio prosegue con ogni partecipante che, a turno, aggiunge qualcosa all'immagine, si pone al centro del cerchio, assume una posa e dichiara cosa rappresenta. Per esempio, dopo l'albero, la persona successiva può avvicinarsi all'albero e dire: “Sono un uccello che si posa su un ramo”. Questo continua finché tutti hanno avuto l'opportunità di partecipare a questa immagine condivisa.

Di cosa è fatto il senso di comunità?

L'educatore introduce brevemente sette principi che contribuiscono ad accrescere il senso di comunità. Dopo ogni principio, piccoli gruppi ricevono un compito di discussione, che poi viene condiviso con tutti. I sette principi vengono trattati in questo modo, con una pausa intermedia consigliata.

Principi base dell'appartenenza:

Fattore unificante: Quello che unisce tutti i membri della comunità e, d'altra parte, li separa dagli esterni. Il fattore unificante può essere tangibile, come l'età o il luogo di residenza, o astratto, come valori e interessi.

Discussione di gruppo: Quali obiettivi o valori ha la vostra comunità? **Quale tipo di confine separa i membri della vostra comunità dagli altri?**

Inizio: Azioni per accogliere i nuovi membri nella comunità. I nuovi membri devono sapere di essere parte della comunità.

Discussione di gruppo: Iniziate condividendo le vostre esperienze su come siete stati accolti in una delle comunità a cui avete partecipato. Poi, riflettete insieme su come accogliere calorosamente i nuovi membri nella vostra comunità.

Rituali: Attività che hanno un significato speciale per i partecipanti e che vengono ripetute nello stesso modo di anno in anno.

Discussione di gruppo: Pensate a quali rituali sarebbero adatti alla vostra comunità. Quali pratiche potrebbero rafforzare il senso di comunità?

Spazi: Luoghi dove la comunità si riunisce. La comodità dello spazio contribuisce all'empowerment.

Discussione di gruppo: Immaginate uno spazio che favorisca l'empowerment. Com'è questo spazio?

Attività ed esercizi: descrizione

Interazione: Più le persone si conoscono, più facile è per loro sentirsi coesi. Diversi modi di interagire approfondiscono il rapporto.

Discussione di gruppo: Quali sfide possono sorgere nell'interazione sociale? Come potrebbero essere risolte? Pensate a un modo per aumentare l'interazione!

Simboli: Strumenti potenti per costruire comunità perché rappresentano valori e idee.

Discussione di gruppo: Quali simboli conoscete di diverse comunità o altri attori? Quale simbolo rappresenterebbe meglio la vostra comunità?

Ruoli: I diversi ruoli sono un modo per crescere come membro della comunità. Ad esempio, nei Laboratori Culturali, i tutor tra pari hanno maggiori responsabilità rispetto agli altri partecipanti.

Discussione di gruppo: Che tipi di ruoli esistono in diverse comunità? Quali ruoli potreste ricoprire nella vostra comunità?

Esercizi di interazione appropriati:

Formare una fila: Si formano due (o più) squadre della stessa dimensione, il cui compito è formare una fila il più rapidamente possibile seguendo le istruzioni (una cosa alla volta). Tuttavia, i partecipanti non possono comunicare verbalmente. Quando la fila è completa, la squadra grida "fatto". La squadra più veloce vince. Una fila si forma in base ai seguenti fattori: lunghezza, colore dei capelli, numero di scarpe, numero di fratelli, cibo preferito (per lettera iniziale).

Contare fino a tre: Esercizio in coppia. Le coppie si fronteggiano e iniziano a contare alternativamente fino a tre. Il primo inizia dicendo "uno", il secondo continua dicendo "due" e il primo di nuovo dicendo "tre". Proseguite in questo modo per un po'. L'istruttore interrompe il conteggio e dà una nuova istruzione: il conteggio continua, ma ora "uno" viene sostituito con un battito di mani. Quindi il conteggio diventa: mani unite - due - tre. Provate a contare in questo modo. L'istruttore interrompe di nuovo, e ora invece del numero "due", si battono le dita. Quindi mani unite - dita battute - tre. Provate a contare in questo modo. Infine, la parola "tre" viene sostituita con un battito di mani delle coppie nel mezzo, quindi non si parla più durante il conteggio.

Co-pittura

Dipingeremo su un grande foglio di carta un lavoro collaborativo chiamato "Comunità dei Sogni". Non si parla durante il processo; il lavoro viene dipinto in silenzio o con della musica di sottofondo. La linea guida è osservare ciò che fanno gli altri e interagire con gli altri attraverso la propria pittura. Infine, osserviamo insieme il dipinto e discutiamo i pensieri che evoca.

Parte 3 di 4: Cosa posso offrire alla comunità? Identificare i punti di forza personali

Obiettivo generale

L'obiettivo è che ogni partecipante comprenda che lui (e tutti) ha qualcosa da contribuire alla comunità, oltre ad aumentare la consapevolezza di sé del partecipante. ~~Diventare più consapevoli dei punti di forza del carattere e di come utilizzarli.~~

Obiettivi specifici

Diventare più consapevoli dei punti di forza del carattere e di come utilizzarli.

Numero di partecipanti

Gruppi di dimensioni diverse, numero ottimale di partecipanti 10-20 persone. I partecipanti sono divisi in piccoli gruppi di circa quattro persone.

Tempo

Questa parte della formazione dura 2-2,5 ore e si divide in diverse attività come segue:

Rilevazione dei punti di forza da video: Fight Back – 25 min

Esercizio: 100 punti di forza – 20 min

Pausa – 10 min

Energy Booster: “Mi piace...” – 10-15 min

Esercizio: Come posso sfruttare i miei punti di forza nella comunità – 35 min

Attività artistica: Io come membro della comunità – 30 min

Conclusioni

Nella discussione finale, puoi considerare quanto ciascuno conoscesse bene i propri punti di forza prima dell'inizio della formazione e cosa hanno imparato su se stessi o, in generale, sui punti di forza. Inoltre, è possibile discutere i benefici di avere diverse personalità nella comunità.

Lista di fonti/materiali consigliati per i partecipanti

100 Punti di Forza: 100 Character Traits - PDF Stampabile Gratuito

<https://www.teacherspayteachers.com/Product/100-Character-Traits-Free-Printable-PDF-List-5679288>

Materiali/Logistica

Materiali necessari per questa sezione: proiettore, lista dei 100 punti di forza, carta, forbici, matite, colori gouache o acrilici, pennelli, bicchieri d'acqua, acqua.

Attività ed esercizi. Descrizione.

In questa sezione, approfondiremo i punti di forza del carattere. Parte del lavoro è individuale, mentre parte viene svolta in piccoli gruppi.

Rilevazione dei punti di forza dal video

Iniziamo la formazione guardando un video e il compito è scoprire i punti di forza del protagonista del video.

Un video molto adatto è un mini-documentario di 15 minuti su Pekka Hyysalo, un finlandese che era uno sciatore professionista freestyle ma è stato gravemente infortunato al punto che i medici erano certi che non avrebbe mai più camminato. Nel

Attività ed esercizi. Descrizione.

video, Pekka parla della sua guarigione e della sua esperienza di recupero. Il video è in inglese e può essere trovato su Vimeo: <https://vimeo.com/78405837>
Dopo aver guardato il video, discutiamo insieme i punti di forza del protagonista.

Esercizio: 100 punti di forza

Dopo il video, a ciascun partecipante viene dato un foglio su cui sono elencati 100 diversi punti di forza del carattere. Il compito è passare in rassegna la lista due volte: la prima volta, è possibile segnare tutti i punti di forza che si riscontrano in sé stessi in una giornata positiva. La seconda volta, il compito è scegliere i cinque punti di forza che possono essere trovati nel partecipante anche in una giornata negativa e che lo descrivono meglio. Questi sono i punti di forza fondamentali di ciascuno.

Una volta che tutti hanno identificato i loro cinque punti di forza fondamentali, i volontari possono a turno parlare dei propri punti di forza. In un gruppo più piccolo, è possibile passare in rassegna i punti di forza di ciascuna persona a turno. È importante dare spazio alla persona che condivide i propri punti di forza.

Energy Booster: “Mi piace...”

Questo esercizio aumenta l'energia nel gruppo. I partecipanti formano un cerchio, e uno va al centro del cerchio. La persona al centro dice qualcosa che le piace, ad esempio “Mi piacciono i gatti”, e tutti coloro che sono d'accordo con la persona al centro cambiano posto. La persona al centro cerca di prendere un posto sul perimetro, ma in questo caso qualcuno rimane senza posto e si ritrova al centro. Poi è il suo turno di dire cosa gli piace, e il gioco continua. L'istruttore conclude il gioco al momento opportuno, ma è bene assicurarsi che tutti abbiano avuto la possibilità di essere al centro almeno una volta.

Esercizio: Come posso sfruttare i miei punti di forza nella comunità

Dividi il gruppo in gruppi più piccoli di circa quattro persone e siediti attorno al tavolo. A ciascun partecipante vengono dati 5 fogli su cui scrivere uno dei propri punti di forza fondamentali (1 punto di forza per foglio). I fogli vengono posti sul tavolo in modo che ogni punto di forza sia visibile agli altri membri del gruppo.

I partecipanti poi a turno giustificano i benefici dei diversi punti di forza. La domanda è: “Qual è il vantaggio di avere una persona con il punto di forza X nella comunità?” (ad esempio, quale beneficio porta avere una persona nella comunità che è perseverante?). Nessuno giustifica i propri punti di forza, ma sceglie a turno il punto di forza di qualcun altro. Continuiamo fino a quando tutti i punti di forza sono giustificati.

Infine, i partecipanti possono discutere insieme se tutti i punti di forza sono stati facilmente giustificabili e come si sono sentiti quando gli altri hanno condiviso i benefici dei loro punti di forza nella comunità.

Pratica artistica: Io come membro della comunità

Dopo che tutti hanno considerato i propri punti di forza, si realizza un autoritratto. Lo stile è libero: il compito è creare un autoritratto che evidenzia i punti di forza dell'autore. Quando il lavoro è completato, si ritaglia l'immagine dal foglio. L'immagine viene attaccata a una pittura a tema comunità precedentemente realizzata nel punto in cui una persona nella comunità vorrebbe essere. Infine, vediamo insieme che tipo di comunità è stata formata quando gli autoritratti di tutti sono stati aggiunti all'educazione.



Parte 4 di 4: Le mie speranze per il futuro

L'idea è orientare i pensieri verso ciò che ciascuno desidera dalla vita. È anche un momento per ringraziare gli altri che hanno partecipato alla formazione.

L'esercizio riflette sulla situazione attuale, il futuro desiderato e i primi passi verso gli obiettivi. Fornire feedback agli altri partecipanti.

Adatto per gruppi di diverse dimensioni, il numero ottimale di partecipanti è 10-20 persone. I partecipanti vengono suddivisi in piccoli gruppi di circa quattro persone.

Questa parte del training dura dalle 1.5 alle 2 ore e si divide tra le diverse attività come segue:

Energy Booster: Se fossi una città, 15-20 min

Esercizio: Albero dei caratteri: Dove sono, dove vorrei essere, quali sono i primi passi, 30 min

Pausa, 10 min

Energizer: Il mio partner è il mio specchio, 5 min

Esercizio di interazione: Feedback agli altri, "Mani sulle spalle", 15 min

Feedback: Feedback sul programma di training

Poiché questa è l'ultima parte del training, è importante riunire tutti i partecipanti per un momento di conclusione. L'istruttore può ringraziare il gruppo per la partecipazione e dire qualcosa di incoraggiante ai partecipanti. Successivamente, l'istruttore tiene un breve discorso e chiede a ciascun partecipante di esprimere in una sola parola come si sente o di dire qualcosa di bello per il resto del gruppo (ricordiamo anche di incoraggiare la partecipazione volontaria!).

Esempio di discorso finale dell'istruttore:

"Grazie a tutti per la vostra partecipazione e impegno durante questo training. È stato un viaggio davvero arricchente vedere come ognuno di voi ha contribuito e cresciuto.

Obiettivo generale

Obiettivi specifici

Numero di partecipanti

Tempo

Debriefing e conclusioni

Debriefing e conclusioni

Lista di fonti/ materiali consigliati per i partecipanti

Materiali/ Logistica

Attività ed esercizi. Descrizione

Speriamo che quanto appreso vi accompagni nei vostri percorsi futuri e che possiate continuare a sviluppare e applicare le vostre forze personali nella vostra comunità. Ora, per concludere, vi chiedo di esprimere in una sola parola come vi sentite dopo questo training o di condividere qualcosa di positivo con il gruppo. Questo è il vostro momento per riflettere e celebrare il vostro percorso.”

Suggerimenti per il feedback finale:

Chiedere a ciascuno di scegliere una parola che descriva il loro stato d'animo.

Offrire spazio a chi desidera condividere una riflessione o un pensiero positivo.

Ringraziare individualmente e collettivamente il gruppo per l'impegno e la partecipazione.

Concludere con un momento di condivisione personale e positiva aiuterà a consolidare l'esperienza e a lasciare un'impressione duratura sul valore e sull'impatto del training.

Albero dei caratteri:

<https://www.mtkl.fi/uploads/2019/08/024146c9-3hahmopuu.pdf>

https://www.facebook.com/elamansiivet/photos/a.1453797708213499/2941347182791870/?locale=de_DE&paipv=0&eav=AfbxrfqDVOCWnASDaPcN5F-BLWF-D32aBOx0mkRl27tNYHq_ysjcNG-G-hw6feWnFdFE&_rdr

Materiali necessari per questa sezione: Proiettore dati, Albero dei caratteri (da proiettare o distribuire come stampa), Carta, Penne, Altoparlante Bluetooth

1) Energy Booster: Se fossi una città..., 15-20 min

In questo esercizio, i partecipanti iniziano camminando nello spazio di formazione. Quando il conduttore dice un animale, i partecipanti formano un gruppo in base al numero di zampe dell'animale (ad esempio, un formica ha sei zampe, quindi si forma un gruppo di sei persone). Una volta formato il gruppo, l'istruttore pone una domanda e tutti rispondono a turno. Le domande potrebbero includere, ad esempio, se fossi una città/colori/cibo/canzone/animale, quale città saresti e perché.

2) Esercizio: Albero dei caratteri

L'istruttore fornisce un modulo con l'immagine di un albero dei caratteri (l'albero può anche essere proiettato sulla parete con un proiettore di dati): Albero dei caratteri Il primo compito è che ciascuno trovi una figura nell'albero che rappresenti la sua situazione attuale. Una volta che tutti hanno trovato un personaggio adatto, i volontari possono raccontare il personaggio che hanno scelto e spiegare brevemente cosa sta accadendo nell'immagine scelta. Anche in questo caso, è importante che il discorso di ciascuno venga rispettato attraverso il silenzio e l'ascolto.

Successivamente, ciascuno cerca una figura nell'albero che rappresenti il futuro dei propri sogni. Ancora una volta, i volontari possono raccontare cosa hanno scelto e cosa pensano stia accadendo nell'immagine.

Attività ed esercizi. Descrizione

Nella sezione finale, ciascuno riflette su quali potrebbero essere i primi piccoli passi dal presente al futuro. I volontari possono condividere nuovamente i loro pensieri. L'istruttore deve essere attento a incoraggiare ognuno mentre parla, ma specialmente in questa ultima sezione, a sfidare a scomporre il primo passo verso il futuro in piccole e concrete azioni. Il primo passo dovrebbe essere così concreto da poter essere realizzato immediatamente.

Infine, l'istruttore ringrazia tutti per aver avuto il coraggio di condividere le loro questioni personali e sogni.

3) Energy Booster: Il mio partner è il mio specchio

Esercizio a coppie. Le coppie si affrontano e agiscono come "specchi" l'una dell'altra. L'istruttore accende la musica, e uno dei membri della coppia inizia a muoversi mentre l'altro segue il movimento allo stesso modo (come se guardasse in uno specchio). Dopo un po', i ruoli cambiano, e uno dei membri della coppia assume il ruolo di "regista", decidendo come muoversi. Il movimento e il cambio di regista avvengono senza parlare. Infine, si può discutere di come ci si sia sentiti a muoversi in questo modo.

4) Esercizio di interazione: Feedback agli altri, "Mani sulle spalle", 15 min

I partecipanti si alzano e iniziano a camminare per la stanza mentre suona la musica. Quando la musica si ferma, l'istruttore istruisce il gruppo a camminare verso la persona che corrisponde alla descrizione e a mettere una mano sulla sua spalla. Tutti corrono verso la persona di loro scelta e la afferrano per la spalla. Poi la musica continua, inviando i partecipanti a camminare fino a quando la musica si ferma e l'istruttore dice la descrizione successiva. Questo continua fino a quando tutti i punti sono stati trattati. L'istruttore può cercare di assicurarsi che almeno in un momento una mano venga posta sulla spalla di ogni persona.

4) Descrizioni: "Prossimo vai da chi..."

con un bel sorriso
che è gentile
che è divertente
con cui ti piacerebbe prendere un caffè
con cui hai qualcosa in comune
con cui hai avuto una bella conversazione
il cui nome ricordi
da cui hai imparato qualcosa di nuovo
a cui potresti raccontare un segreto
che ti piacerebbe vedere di nuovo

5) Feedback: Feedback sul programma di training

Infine, a tutti viene dato del tempo per fornire feedback anonimo sul training. Il feedback può essere fornito su carta o online. Ecco alcune domande suggerite per il feedback:

Qual è stata la cosa più importante che hai imparato dal training?

Qual è stato l'aspetto migliore del training?

Cosa avresti fatto diversamente e come?

Parola libera

8.2 Formazione dei professionisti:

“L’empowerment come percorso condiviso”

Sezioni della formazione

GIORNO 1: Mattina: Conoscersi e comprendere l’empowerment

- Presentazione dei partecipanti. Breve introduzione di ciascun partecipante per creare un ambiente collaborativo e facilitare la comunicazione.
- Brainstorming online tra i partecipanti e discussione su cosa significa empowerment per noi. Utilizzo di strumenti digitali per raccogliere idee e riflessioni individuali sui concetti di empowerment, seguiti da una discussione collettiva.
- Teoria dell’empowerment e Approcci Terapeutici (Sistemico e Orientato alla Soluzione) e Breve Video. Presentazione delle principali teorie dell’empowerment e degli approcci terapeutici rilevanti, seguita dalla visione di un video esplicativo.
- Discussione in piccoli gruppi su come applicare i principi dell’empowerment nel nostro lavoro con gli utenti. Analisi e condivisione delle esperienze su come implementare i principi dell’empowerment nel contesto professionale, con discussioni focalizzate in gruppi ristretti.
- **Modello:** Interazione utente, dipendente e sistema (relazione utente-dipendente, fattori ambientali). Studio del modello che esplora come le dinamiche tra utente, dipendente e fattori sistemici influenzano l’empowerment.

Possibili ostacoli all’empowerment, ad esempio stigma dell’utente. **Discussione sui potenziali impedimenti all’empowerment**, con un focus particolare sugli ostacoli legati agli stereotipi e allo stigma.

Pomeriggio: Empowerment come trasferimento di potere

Allenamento Personale: Il Gioco delle Stelle
Tecnica: Colloqui Motivazionali in Teoria
Tecnica: Colloqui Motivazionali in Pratica
Conclusione della giornata e del tema

GIORNO 2: Mattina: Empowerment nella Costruzione della Fiducia

- Brainstorming e discussione: Qual è il ruolo della comunità nel percorso di empowerment dell’utente?
- Definizione del ruolo della comunità: convalida, incoraggiamento, feedback, consigli, raccomandazioni, opportunità, risorse, influenza.
- Coinvolgere il cliente nella comunità, identificare punti di forza, sviluppare competenze di comunicazione e costruzione di relazioni.
- Funzione: Tavoli di Ricerca delle Forze
- Attività: Scudo dei Punti di Forza del Team

Pomeriggio: E mpowerment nella Comunicazione e Decisione Condivisa

- Tecnica: Praticare le Abilità Sociali in Teoria
- Tecnica: Praticare le Abilità Sociali
- Link Utili, Riassunto
- Feedback sul programma di formazione

Attività di Formazione in Dettaglio:

Brainstorming online — dopo la presentazione dei membri del gruppo.

Obiettivo generale

Inroduzione all'argomento

Obiettivi specifici

Concettualizzazione, definizione del termine empowerment in una discussione di gruppo

Numero di partecipanti

5-10 min, sisältäen yhteyden verkkosivustoon jne.

Tempo

5-10 minuti, inclusa la connessione al sito web, ecc.

Introduzione ed esercizi per rompere il ghiaccio

Questa attività può essere considerata come un'introduzione al tema e anche come un'attività di tipo "rompighiaccio". Può servire anche come modo per misurare l'umore/l'energia del gruppo al mattino o durante il programma.

Descrizione delle attività

I partecipanti accedono a una piattaforma online (ad esempio, Mentimeter o altra) tramite un codice QR o un link che consente loro di inserire idee su un argomento. Insieme, formano una "nuvola di parole" o pensieri corrispondenti al tema in questione. Il relatore proietta tutto simultaneamente sulla lavagna in modo che tutti i partecipanti possano vedere le proprie idee e quelle degli altri. Insieme, possono definire meglio un dato argomento o concetto e proseguire con una discussione di gruppo sul significato.

Inizialmente, online si può porre una semplice domanda fuori tema come "Come stai oggi?" I partecipanti possono così abituarsi all'ambiente della piattaforma online e imparare come inserire idee. Poi, si possono iniziare a porre domande sull'argomento, ad esempio "Cosa significa per te l'empowerment?" oppure "Come applichi i principi dell'empowerment nel tuo lavoro?".

Lista di fonti/materiali consigliati per i partecipanti

Per creare mappe mentali o fare brainstorming, puoi utilizzare, ad esempio, questa piattaforma web: www.mentimeter.com.

Materiali/Logistica

Telefoni cellulari o altri dispositivi con accesso a internet per i partecipanti.
Computer del relatore.
Proiettore e display/Smart board.

Esercizio del Fare

dopo aver definito i potenziali ostacoli che l'utente potrebbe affrontare nel percorso di empowerment, considerare il flare-up come uno di questi possibili ostacoli..

Obiettivo generale

Per creare consapevolezza su come i titoli (cioè, le etichette) influenzano le persone, comprendere le previsioni autoavveranti e capire come viene costruita e come può essere distrutta l'autostima.

Obiettivi specifici

In questa attività pratica, i partecipanti vivranno in prima persona come le persone possono sentirsi quando qualcuno le etichetta, e come a volte possono ricevere reazioni negative o positive dai loro cari senza sapere il motivo.

Numero di partecipanti

Fino a 15 partecipanti - volontari (gli altri possono essere osservatori)

Tempo

30-45 min incluse le istruzioni

Preparazione dell'attività

1) Distribuire a ciascun partecipante una striscia di cartone e un pezzo di nastro adesivo. Chiedi ai partecipanti di avvolgere le strisce di cartone intorno alla testa e di fissarle con il nastro in modo che rimangano in posizione. Ora tutti dovrebbero sembrare di indossare delle fasce per la testa buffe.

2) Chiedi ai partecipanti di disporre le sedie in un cerchio stretto. Le sedie devono essere abbastanza vicine da poter leggere le etichette sulle fasce della testa degli altri partecipanti.

3) Leggi la storia (nella descrizione dell'azione). Apponi le etichette sulle fasce della testa dei partecipanti e dai al gruppo 10 minuti per discutere la situazione che stai presentando. Osserva inizialmente. Se il gruppo parte lentamente, intervieni per avviare la conversazione. Puoi iniziare guardando una persona etichettata come "Leader Naturale" e dire cose come: "Ci aspettiamo di vedere cosa pensi dovremmo fare."

4) Dopo che il gruppo ha parlato per alcuni minuti, interrompi la discussione e chiedi al gruppo di presentare ciascuno un'idea su come i soldi potrebbero essere spesi. Assicurati che tu e il resto del gruppo rispondiate a ciascuna idea in base al "tag" della persona. Dopo che ogni persona ha avuto la parola, chiedi loro di indovinare quale è il loro tag.

I ruoli assegnati possono essere, ad esempio, i seguenti:

Leader Naturale

Molto Intelligente

Molto Creativo

Facoltoso

Proveniente da una zona residenziale povera

Prepotente

Iperattivo

Preparazione dell'attività

Estremamente ostile o arrabbiato
Regina della Bellezza
Invisibile
Venditore di auto usate
Tutto quello che dico è divertente
Zero (facilmente impressionabile)
Molto Timido
Fonte di problemi
Non particolarmente sveglio

Storia e istruzioni per i partecipanti:

Storia: “Adesso vi chiederò di fingere di essere persone che vivono nella nostra piccola città di cui io sono il sindaco. Vi ho invitati qui perché abbiamo ricevuto una sovvenzione di \$100,000 per sviluppare la nostra comunità. Come sindaco, ho bisogno delle opinioni di molti cittadini diversi su come spendere i soldi. Vogliamo discutere su come pensate che i soldi dovrebbero essere spesi e cercheremo di prendere una decisione insieme.”

Istruzioni: “Quando iniziamo, io metterò un ‘titolo’ su ogni fascia per la testa. È importante che tutti capiscano che questi titoli non sono la mia opinione su di voi. I titoli sono già stati preparati e sono stati tradotti in modo che io non possa vederli. Li metto a caso. Non so quale titolo riceverete. Anche voi non potete vedere il vostro stesso nome. I titoli (ossia, etichette) sono quelli che le persone spesso ricevono nella vita, quindi alcuni potrebbero sembrarvi familiari.

Quando discuteremo su come spendere i soldi, dovrete dare agli altri partecipanti suggerimenti sui loro titoli/etichette. Tuttavia, non dite direttamente quale sia il titolo di ciascuno, ma fornite solo degli indizi. Pensate, per esempio, a come qualcuno potrebbe essere trattato se gli altri pensano che sia molto intelligente. Allo stesso tempo, dovete pensare ai messaggi inviati dagli altri, perché anche voi cercate di capire quale sia il vostro titolo.”

Discussione dopo l'esercizio:

Cosa pensate che fosse questo esercizio e come si collega all'argomento?

Come vi è sembrato essere stigmatizzati? Se avete ricevuto un'etichetta positiva, come vi è sembrato l'esercizio?

Il modo in cui gli altri vi hanno trattato ha cambiato il vostro comportamento? (Ad esempio, alcune persone smettono di parlare, altre parlano di più, ecc.)

Quanto è stato difficile trovare la prova del titolo di ciascuna persona?

Molti partecipanti riportano di essere profondamente colpiti da quest'attività. Questo esercizio può essere un ottimo esempio di profezia che si auto-avvera e di come essa possa distruggere la relazione professionale-utente. Inoltre, l'esercizio stimola discussioni sull'importanza dell'autoefficacia e sui danni che possono derivare dagli stigma.

Un pezzo di cartone per partecipante, abbastanza lungo da avvolgersi attorno alla testa
Nastro adesivo

Etichette pre-preparate (che si adattano ai pezzi di cartone) — è meglio prepararle prima dell'attività

Pennarello scuro

Debriefing e conclusioni

Materiali/ logistica

Intervista Motivazionale

Dopo una pratica diretta, i partecipanti possono provare le tecniche di intervista motivazionale nel ruolo di consulente/lavoratore sociale per rafforzare la motivazione dell'utente al cambiamento.

Obiettivi generali

Imparare come aiutare le persone a trovare la motivazione per cambiare comportamenti positivi.

Obiettivi specifici

I partecipanti cercano di esprimere empatia, sviluppare una situazione conflittuale, affrontare la resistenza e sostenere l'autosufficienza intervistando specifici utenti in situazioni simulate.

Numero di partecipanti

Gruppi di tre partecipanti - utente, dipendente e osservatore.

Tempo

20-60 min (a seconda delle opzioni)

Introduzione

Il colloquio motivazionale è un approccio progettato per aiutare le persone a trovare la motivazione per apportare un cambiamento comportamentale positivo. Questo approccio è particolarmente efficace per coloro che hanno sentimenti contrastanti riguardo al cambiamento del proprio comportamento.

È possibile sperimentare desideri contrastanti, come voler cambiare il proprio comportamento, ma allo stesso tempo pensare di non essere pronti per questo cambiamento. Secondo l'approccio del colloquio motivazionale, risolvere questo conflitto può aumentare la motivazione di una persona a cambiare.

Descrizione dell'attività

I partecipanti formano gruppi di tre, di cui uno è un utente, un altro è un consulente e il terzo è un osservatore. L'utente sceglie uno dei suoi argomenti che in qualche modo gli risulta fastidioso o problematico. Può essere, ad esempio, decidere se smettere di bere dieci caffè al giorno, se iniziare a fare esercizio fisico o smettere di lavorare. Per questo esercizio, è più facile se coloro che interpretano il ruolo di utente scelgono argomenti relativamente semplici da risolvere. Il tempo dell'intervista dovrebbe essere di circa 15-20 minuti, seguiti da 5 minuti di discussione e feedback. Dopo di ciò, i partecipanti del gruppo possono scambiarsi i ruoli. L'attività può durare dai 15 ai 60 minuti.

Conclusioni

Dopo questa attività, dovresti riservare qualche minuto per eventuali domande e discussioni. È importante comprendere il ruolo del dipendente più come facilitatore, non come cercatore attivo di soluzioni per l'utente. La tecnica del colloquio motivazionale dovrebbe facilitare il processo decisionale dell'utente, il quale dovrebbe arrivare da solo alla soluzione del suo problema, ossia il consulente non dovrebbe proporre una soluzione pronta. Un colloquio motivazionale di per sé potrebbe non portare subito a una soluzione chiara. Piuttosto, può aiutare l'utente a comprendere i pro e i contro di un potenziale cambiamento rispetto al rimanere nella situazione attuale.

Elenco di fonti/
materiali
consigliati per i
partecipanti

Materiali/
Logistica

Miller, W. R., and Rollnick, S. (2023). *Motivational interviewing: helping people change*. The Guilford Press.

Hohman, M. (2021). *Motivational interview in social work practice*. Guilford Publications.

Fogli di lavoro utili su www.therapistaid.com

- Costruire la differenza
- Fasi del cambiamento
- Piano di prevenzione delle ricadute

Una tabella personalizzata con quattro colonne: due colonne per i pro e i contro dello stato attuale, due colonne per i pro e i contro dell'apportare un cambiamento.

Una ricerca dei punti di forza e uno scudo dei punti di forza

questo esercizio pratico si basa su una discussione precedente riguardo al ruolo della comunità nel rafforzare l'utente.

Obiettivi
generali

La determinazione dei propri punti di forza e del loro impatto. Identificare i propri punti di forza come parte di un percorso di empowerment - incoraggiando l'auto-scoperta e mettendo in evidenza le capacità e i punti di forza di una persona. Questo promuove un senso di autostima e la convinzione che l'individuo possa superare le sfide.

Obiettivi
specifici

I partecipanti hanno lo spazio per riflettere sui propri punti di forza e definire ciò che facilita le loro attività in diversi ambiti della vita (lavoro, tempo libero, famiglia, ecc.).

Numero di
partecipanti

Qualsiasi numero di partecipanti.

Tempo

30 minuti (-> 20 minuti per riflettere e definire i propri punti di forza + 10 minuti per scrivere uno scudo di forza).

Introduzione

I punti di forza personali sono abilità e azioni in cui una persona è particolarmente esperta. Nel lavorare con un utente, ci concentriamo sull'identificazione dei suoi punti di forza, che possono facilitare la socializzazione e l'azione in un gruppo.

Descrizione dell'attività

Distribuisce fogli di lavoro con un elenco di punti di forza ai partecipanti e lascia che riflettano. Chiedi loro di scegliere uno dei propri punti di forza e scriverlo su uno scudo pre-disegnato, che dovrebbe simboleggiare la forza della comunità, unendo i punti di forza di tutti i partecipanti. Discuti quali punti di forza possono essere utili nella vita comunitaria.

Conclusioni

Quando una persona riconosce e utilizza i propri punti di forza, tende ad essere più felice e avere una maggiore autostima. Per coloro che faticano a identificare i propri punti di forza, il rilevamento dei punti di forza può essere una tecnica di coaching efficace. Aiutare gli utenti a identificare e utilizzare i punti di forza già esistenti può migliorare il benessere.

Elenco di fonti/ materiali consigliati per i partecipanti

Fogli di lavoro utili sono disponibili su www.therapistaid.com

- Elenco dei punti di forza
- Piano di utilizzo dei punti di forza

Uno scudo pre-disegnato a immagine della comunità, su cui i partecipanti possono scrivere gradualmente uno dei loro punti di forza.

Forniture per scrivere

Una lavagna a fogli mobili o una lavagna su cui è disegnato un'immagine sufficientemente grande dello scudo

Pennarelli per lavagna a fogli mobili

Formazione sulle Competenze Sociali

Alla fine della formazione per i professionisti, affrontiamo la formazione in comunicazione e competenze sociali come uno strumento che consente a noi professionisti di sviluppare le competenze sociali necessarie agli utenti. Con le competenze sociali, gli utenti sono in grado di esibirsi meglio nella comunità, ma anche al di fuori di essa quando affrontano situazioni ordinarie della vita quotidiana.

Obiettivo generale

La presentazione degli esercizi di competenze sociali come un modo per lavorare con l'utente nello sviluppo delle sue capacità e nel supporto dell'indipendenza nelle attività quotidiane.

Obiettivi specifici

L'obiettivo dell'attività è avvicinare i partecipanti alla possibilità di un allenamento diretto delle competenze sociali sotto forma di gioco di ruolo. Alcuni utenti potrebbero non avere le competenze sociali adeguate per affrontare situazioni quotidiane ordinarie.

Numero di partecipanti

Tutti i partecipanti

Tempo

60 minuti

Introduzione

L'addestramento delle competenze sociali è un tipo di metodo comportamentale utilizzato per migliorare le competenze sociali in persone che hanno esperienza con problemi di salute mentale (più frequentemente ansia sociale). Praticare le competenze sociali può aiutare le persone a sentirsi più a loro agio e a utilizzare le loro abilità comunicative e interpersonali in modo più efficace, il che può essere vantaggioso per funzionare all'interno di una comunità.

Descrizione delle Attività

I partecipanti risolvono varie situazioni sociali quotidiane (problematiche) sotto forma di giochi di ruolo davanti all'intero gruppo.

Esempi di situazioni sociali:

Chiedere di unirsi a un gruppo di amici per andare al cinema.

Rifiutare un lavoro extra quando il capo lo chiede, perché si hanno già altri impegni.

Restituire un pasto al ristorante perché è stato trovato un capello.

Un amico ti ha prestato un libro che non si trova più. Sfortunatamente, l'hai dimenticato sull'autobus e ora è sparito.

Dopo aver chiarito la situazione (non dovrebbe richiedere più di 5-8 minuti), il gruppo può discutere quali competenze sociali sono necessarie per i partecipanti e come sono state applicate, se la situazione è stata risolta correttamente o se avrebbe potuto essere gestita diversamente.

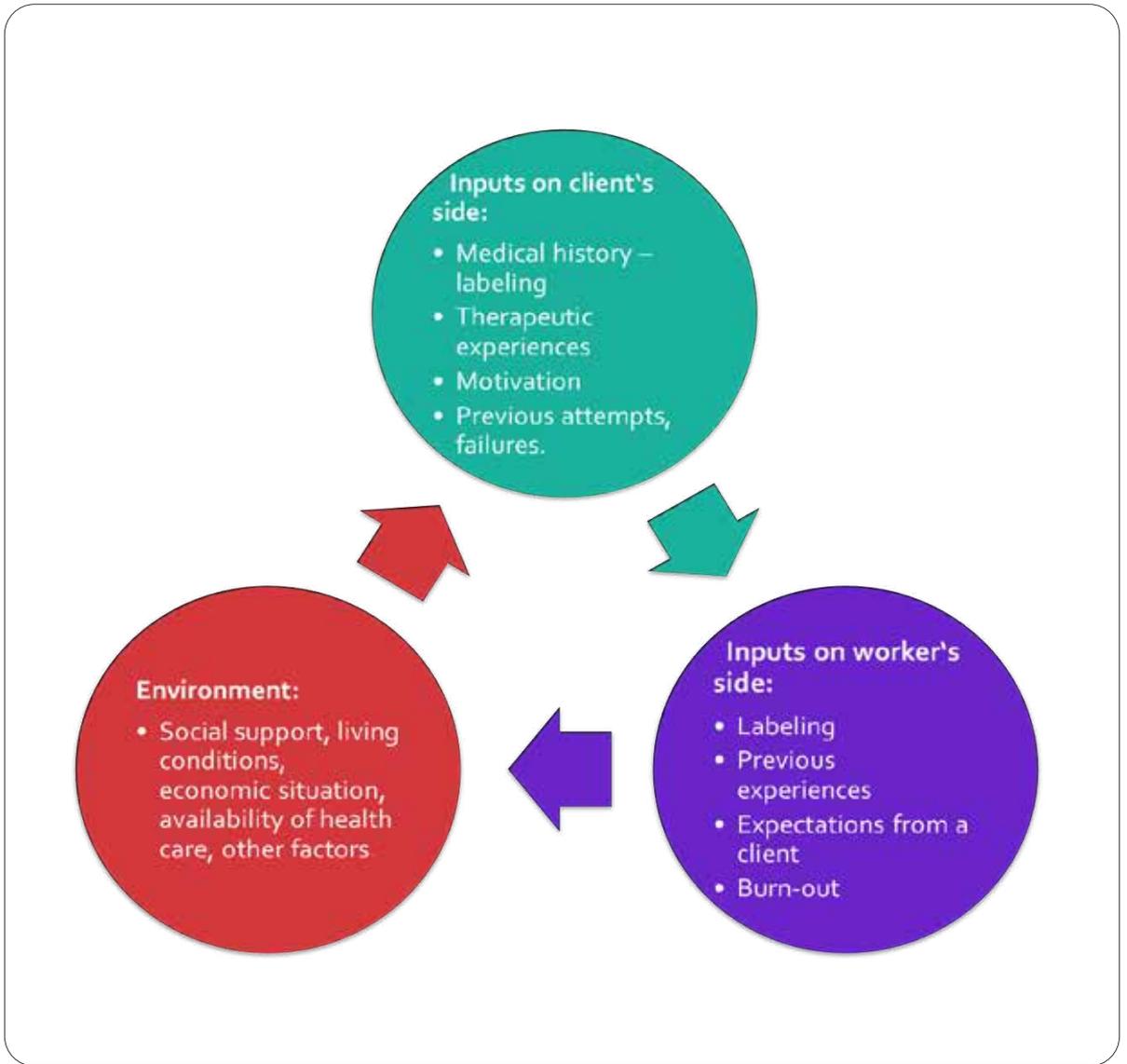
Elenco delle Fonti / Materiali Raccomandati per i Partecipanti

Glick, B., and Gibbs, J. C. (2010). *Aggression Compensation Training: A Comprehensive Intervention for Aggressive Adolescents*. Research Press.

Kelly, A. (2018). *Social skills: Developing effective interpersonal communication*. It's Routledge.

Michelson, L., Sugai, D. P., Wood, R. P. and Kazdin, A. E. (2013). *Social Skills Assessment and Training with Children: An Empirical Handbook*. Springer Science & Business Media.







9. Domande di auto-riflessione per chi è responsabile delle comunità



A) Interazione

Parole chiave

Collaborazione, Comunicazione, Contatto, Discussione, Cooperazione, Dialogo, Coinvolgimento, Scambio, Impatto, Interazione, Relazione Interpersonale, Mediazione, Networking, Partecipazione, Relazione, Reciprocità, Risposta, Socialità, Sinergia

Domande

1. Come possiamo favorire l'interazione positiva tra i giovani nella nostra comunità?
2. Quale ruolo gioca l'interazione sociale nel far fronte a situazioni di vita difficili?
3. Come possiamo migliorare la comunicazione e l'interazione tra professionisti e giovani?
4. Quali sono le barriere all'interazione tra i diversi gruppi sociali nella nostra comunità?
5. In che modo gli eventi comunitari possono aumentare l'interazione tra i giovani in situazioni di vita difficili?
6. In che modo i programmi di mentoring possono migliorare l'interazione e il supporto per i giovani?
7. In che modo l'interazione tra pari influisce sullo sviluppo sociale dei giovani nella nostra comunità?
8. Come influisce l'interazione sui social media sul benessere dei giovani in situazioni di vita difficili?
9. Come possiamo incoraggiare l'interazione faccia a faccia in un mondo dominato dal digitale?
10. Quali risorse abbiamo per favorire l'interazione tra i giovani?
11. In che modo l'interazione con le imprese locali e le organizzazioni beneficia i giovani nella nostra comunità?
12. Quali attività potrebbero essere utilizzate per promuovere l'interazione positiva nelle scuole?
13. Come possiamo misurare l'efficacia delle attività che promuovono l'interazione nella comunità?
14. Quale ruolo gioca l'interazione familiare nel benessere dei giovani?
15. Come possiamo affrontare le interazioni negative, come il bullismo o la discriminazione, all'interno della nostra comunità?
16. Quali tipi di attività ricreative possono migliorare l'interazione sociale dei giovani?
17. Come possono le politiche locali supportare una migliore interazione e integrazione dei giovani?

18. Come influisce la diversità culturale sulle interazioni all'interno della nostra comunità?
19. In che modo le opportunità di volontariato possono migliorare l'interazione e il coinvolgimento tra i giovani?
20. Quali sono i benefici a lungo termine dello sviluppo dell'interazione per i giovani in situazioni di vita difficili?

B) Comunità e Società

Parole chiave

Appartenenza, Cooperazione, Coesione, Connessione, Cultura, Sviluppo, Diversità, Gruppo, Empowerment, Coinvolgimento, Identità, Inclusione, Quartiere, Rete, Partecipazione, Società, Solidarietà, Supporto, Sostenibilità, Unità

Domande

1. Come possiamo rafforzare il senso di comunità tra i giovani in situazioni di vita difficili?
2. Di quali servizi o attività hanno più bisogno i giovani nella nostra zona?
3. Come possono le imprese locali contribuire al benessere dei giovani?
4. Quale ruolo giocano le comunità nel supportare i giovani con problemi sociali?
5. Come possiamo promuovere la partecipazione dei giovani nella comunità?
6. Quali sono i modi più efficaci per affrontare l'isolamento sociale nella nostra comunità?
7. Come possiamo assicurarci che tutti i giovani si sentano coinvolti nelle attività comunitarie?
8. Quali iniziative sociali hanno migliorato con successo le condizioni economiche dei giovani?
9. Come possiamo incoraggiare i giovani a prendere ruoli di leadership nella comunità?
10. Come influiscono le attività extra-scolastiche sui giovani nella comunità?
11. Come può il governo locale supportare i bisogni dei giovani nella nostra comunità?
12. Quali sono le principali barriere sociali che i giovani affrontano nella nostra comunità?

13. Come possiamo creare più opportunità di lavoro per i giovani nella nostra comunità?
14. Quale ruolo giocano le attività sportive e ricreative nella costruzione della comunità?
15. Come possiamo abbassare la soglia di accesso ai servizi per i giovani?
16. Quali sono i benefici di una comunità diversificata per i giovani?
17. Come possiamo misurare l'impatto dei programmi di supporto ai giovani?
18. Cosa possiamo fare per rendere la nostra comunità più sicura per i giovani?
19. In che modo gli eventi culturali e i festival contribuiscono a una comunità più forte?
20. Quali strategie possiamo implementare per ridurre le disparità economiche all'interno della nostra comunità?

C) Empowerment

Parole chiave

Indipendenza, Capacità, Sviluppo delle capacità, Fiducia, Abilitazione, Crescita, Impatto, Iniziativa, Leadership, Liberazione, Motivazione, Opportunità, Risorse, Efficienza, Autostima, Autodeterminazione, Forza, Sviluppo delle competenze, Supporto

Domande

1. Come possiamo dare potere ai giovani della nostra comunità per affrontare diverse sfide?
2. Quali programmi possono essere implementati per rafforzare i giovani nella nostra comunità?
3. In che modo l'istruzione contribuisce all'empowerment dei giovani che affrontano barriere sociali?
4. Quale ruolo gioca un mentore nell'empowerment dei giovani nella nostra comunità?
5. Come possiamo misurare l'empowerment giovanile nella nostra comunità locale?
6. Quali sono i principali ostacoli per l'empowerment dei giovani in situazioni di vita difficili?
7. Come possiamo incoraggiare i giovani a svolgere un ruolo attivo nelle decisioni comunitarie?
8. Quali iniziative locali potrebbero aiutare a potenziare l'autostima e la fiducia dei giovani?

9. In che modo le imprese locali potrebbero contribuire all'empowerment dei giovani in situazioni difficili?
10. Quale ruolo giocano le organizzazioni guidate dai giovani nell'empowerment dei giovani?
11. Come possiamo garantire che i programmi di empowerment raggiungano il maggior numero possibile di giovani?
12. Quali sono i modi più efficaci per dare fiducia ai giovani per candidarsi a studi o lavoro?
13. Come può essere utilizzata la tecnologia per potenziare i giovani?
14. In che modo l'inclusione nella comunità influisce sull'empowerment dei giovani?
15. Come possiamo supportare l'empowerment dei giovani attraverso attività ricreative?
16. Cosa potrebbe dare potere ai giovani per difendere i propri diritti?
17. In che modo il supporto familiare contribuisce all'empowerment dei giovani con barriere sociali?
18. Quale ruolo gioca il coaching finanziario nell'empowerment dei giovani economicamente svantaggiati?
19. Come possono le arti creative e le attività culturali dare potere ai giovani?
20. Quali politiche potrebbero essere adottate dalle autorità locali per dare potere ai giovani in situazioni di vita difficili?

D) Auto-sviluppo

Parole chiave

Adattabilità, Coaching, Disciplina, Formazione, Concentrazione, Obiettivi, Crescita, Abitudini, Sviluppo, Apprendimento, Conoscenza, Mentoring, Mentalità, Motivazione, Flessibilità, Formazione, Personale, Potenziale, Consapevolezza, Cura di sé

Domande

1. In che modo le attività di auto-sviluppo possono aiutare i giovani a superare barriere economiche e sociali?
2. Quali risorse sono necessarie per l'auto-sviluppo dei giovani in situazioni di vita difficili?

3. Come possiamo integrare i programmi di auto-miglioramento nelle scuole e nelle comunità locali?
4. Quale ruolo gioca il mentore nell'auto-sviluppo dei giovani nella nostra comunità?
5. Come possiamo promuovere una mentalità di auto-miglioramento per i giovani economicamente svantaggiati?
6. Quali sono le politiche di auto-sviluppo più efficaci per i giovani con sfide sociali?
7. In che modo le imprese locali potrebbero supportare gli sforzi di auto-sviluppo dei giovani nella nostra comunità?
8. Come influisce l'alfabetizzazione finanziaria sull'auto-sviluppo dei giovani?
9. Come possono la tecnologia e Internet facilitare l'auto-sviluppo dei giovani?
10. Quali attività potremmo implementare per promuovere l'auto-sviluppo giovanile nelle attività extracurricolari?
11. Come possiamo misurare i progressi nell'auto-sviluppo dei giovani in situazioni di vita difficili?
12. Quale ruolo gioca la cura di sé nell'auto-sviluppo dei giovani con sfide sociali?
13. Come possono i gruppi di supporto tra pari promuovere l'auto-sviluppo dei giovani?
14. Quali sono le barriere all'auto-sviluppo per i giovani provenienti da famiglie a basso reddito?
15. Come possono i programmi di arti creative e culturali promuovere l'auto-sviluppo dei giovani con sfide sociali?
16. Come possono i programmi di auto-sviluppo tenere conto delle esigenze specifiche dei giovani con disabilità?
17. Quale ruolo gioca il supporto per la salute mentale nell'auto-sviluppo dei giovani in situazioni di vita difficili?
18. Come possiamo incorporare i principi di auto-sviluppo nei programmi di formazione per la leadership giovanile?
19. Che tipo di cooperazione è necessaria per promuovere l'auto-sviluppo dei giovani?
20. Come possiamo creare un modello sostenibile per le iniziative di auto-miglioramento?

9.1. Utilizzo delle Domande

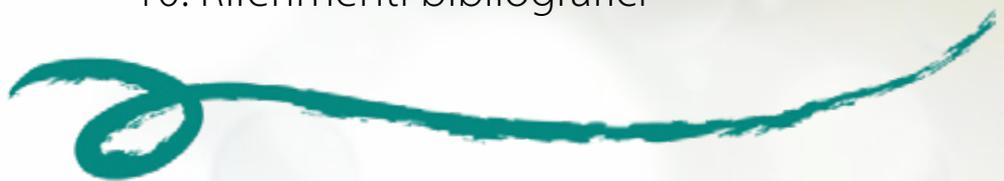
Le domande possono essere utilizzate in diversi modi. La loro funzione principale è quella di fornire un argomento di riflessione, così che l'utente possa analizzare un contesto specifico, concentrandosi su un aspetto definito. Possono anche essere usate per riflessione personale o lavoro di gruppo.

- **Introspezione:** Il facilitatore può proporre diverse domande e poi chiedere a ciascuno di scegliere una domanda. Ogni partecipante ha 10 minuti per riflettere su una parola chiave o una domanda di loro scelta, annotando i propri pensieri.
- **Brainstorming:** Il facilitatore sceglie una parola chiave o una domanda per avviare una sessione di brainstorming alla quale partecipano diversi partecipanti; il facilitatore chiede prima a tutti di riflettere silenziosamente e indipendentemente sull'argomento presentato. I partecipanti annotano le loro idee su post-it (una idea per adesivo). Una volta completato:
 - Nel caso di un grande gruppo (20+), i partecipanti possono dividersi in piccoli gruppi (3 o 5 partecipanti) e condividere i loro pensieri all'interno del gruppo (10 minuti) prima di unirsi all'intero gruppo e condividere alcune delle loro idee;
 - Nel caso di un piccolo gruppo (fino a 10), i partecipanti possono attaccare i loro appunti su una carta/flip chart per facilitare la visione di tutti.
- **Conversazione a coppie:** Il supervisore del gruppo può proporre diverse domande e poi chiedere a ciascuno di scegliere una domanda. Successivamente, il facilitatore fa le coppie e ogni coppia ha 10 minuti per fare una passeggiata e chiacchierare. Ogni coppia cammina e discute la domanda di loro scelta e condivide la risposta con il proprio





10. Riferimenti bibliografici



10. Riferimenti bibliografici

- Alatalo, J., Mähönen, E., Räsänen, H.** (2017). *Working life of young people and young adults and beyond*. TEM Analyses 76/2017. <http://urn.fi/URN:I-SBN:978-952-327-211-8>
- Aro, J.** (2011). *A sense of community and a social bond*. Tampub — The Institutional Repository of the University of Tampere. <https://www.mendeley.com/reference-manager/reader-v2/46a647ff-85d9-38b3-bc89-182a0860751e/331b04b5-948d-4d77-5bf2-2f-435fe948a2>
- Benedetti Saverio** (2022), *Un mondo buono e bello per tutti*, Roma
- Fondazione Labos (Laboratorio per le politiche sociali) - Ministero dell'Interno (1994) , *La gioventù negata*. Osservatorio sul disagio giovanile, T.E.R. ed.
- Frizziero Sandro** (2018), *Confessioni di un neet, Feltrinelli edizioni*
- Gamrasni, M.** (ed.). (2021). *Travel guide to community orientation* (Gamrasni Mirjam, Ed.). Haaga-Helia University of Applied Sciences. <https://www.haaga-helia.fi/sites/default/files/file/2021-04/matkaopas2.pdf>
- Geda Fabio** (2021), *L'esatta sequenza dei gesti*, Einaudi edizioni
- Gissler M., Larja L., Merikukka M., Paananen R., Ristikari T., & Törrökangas L.** (2016, April 27). *The NEET indicator describes the marginalization of young people*. Information&Trends.
- Helakorpi Satu, & Kivimäki Hanne.** (2021). *School Health Survey 2021: A large proportion of children and young people are satisfied with their lives — feelings of loneliness have increased*. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/143063/ktk_tilastoraportti2021_2021-09-09_kuviot_kuvana.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Helfer, A., & Aapola-Kari, S.** (2023). *The involvement of young people must also be remembered in times of crisis*. <https://www.who.int/teams/health-promotion/enhanced-wellbeing/seventh-global-conference/community-empowerment>
- Huhta H., Tourunen J., Kaskela T., Takala J., Helfer A., Jurvanen S., Laine R., Larivaara M., Suurpää L. & Pitkänen T.** (2023). *Low threshold broadly understood in youth services*.
- Isfol** (2013) *Le competenze trasversali nelle équipe della salute mentale, I libri del fondo sociale europeo, Isfol ed.*, - <https://isfolo.isfol.it/xmlui/handle/123456789/1403>
- Isola, A.-M., & Nousiainen, M.** (2020). *Inclusion work as a tool for increasing the power of the vulnerable*. Publications of the Guardian Foundation. <https://www.researchgate.net/publication/347238379>
- ISTAT, *Annual Report 2023* - <https://www.istat.it/it/archivio/285017>
- Istituto Giuseppe Toniolo- AA.VV** (2023) , *La condizione giovanile in Italia. Rapporto giovani 2023*, Il Mulino edizioni.

Kallio, J. (2023). *Lived, Learned, Struggled Citizenship Construction of Youth Becoming Independent in an Institutional System*. University of Tampere Dissertations 883. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-03-3106-1>

Kangaspunta, S. (2011). *Individual sense of community, Keys to understanding change in sense of community*. https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/103157/Kangaspunta_Yksilöllinen_yhteisöllisyys.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Karjalainen, P., Huikko, E., Appelqvist-Schmidlehner, K., Jahnukainen, J., Manninen, M., Eväsuya, M., & Kautto, T. (2022). *Mental health and substance abuse treatment of adolescents and young adults outside of education and work, Recommendations for primary care providers. Department of Health and Welfare, THL*. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-965-8>

Kekkonen, M., Gissler, M., Känkänen, P., & Isola, A.-M. (2022). *Exceptional Youth in the Time of Corona, Youth Living Conditions Yearbook 2022*. Department of Health and Welfare, THL. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-937-5>

Lancini Matteo (2021), *L'età tradita. Oltre i luoghi comuni sugli adolescenti*, Raffaello Cortina edizioni.

Lazzarini G. Bollani L., Rota F.S., Santagati M.(2020), *From neet to need. Il cortocircuito sociale dei giovani che non studiano e non lavorano*, Franco Angeli edizioni.

Mendolicchio L. (2023) *Fragili. I nostri figli, generazione tradita*, RCS s.p.a. edizioni.

Ministero della Salute, Rapporto sulla salute mentale. Analisi dei dati del sistema informativo per la salute mentale (SISM). Anno 2022, Pubblicazioni del Ministero della Salute, 2023 https://salute.gov.it/portale/documentazione/p6_2_2_1.jsp?id=3369

Novara D., (2023), *Nessuno si educa da solo. Una vita da pedagogo*, Sonda Feltrinelli edizioni.

Quarta S., Ruggeri S. (2017) *I Giovani neet in Italia: quali politiche innovative per il contrasto e la prevenzione del fenomeno*, Autonomie locali e servizi sociali, Fascicolo 2/2017

Rappaport, J. (1984). *Studies in empowerment: Steps toward understanding and action*. Haworth Press.

Rosina A. (2015), *NEET. Giovani che non studiano e non lavorano*, Vita e Pensiero edizioni.

Rossi S. (2023), *Lezioni d'amore per un figlio. Accompagnare i ragazzi nei labirinti dell'adolescenza*, Feltrinelli edizioni.

THL. (2023). *The Involvement Promoter's Guide. Department of Health and Welfare (THL)*. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-408-088-0>

Tormulainen, A., Kauppinen, E., University of Applied Sciences, H., School of Applied Sciences, H., & Sciences, H. U. O.A. (2022). *Moving in the present, in a moment for you. Research report on mobile youth work*. Youth Research Network.

Vogl, C. (2016). *Art of community (1st ed.)*. Berrett-Koehler Publishers.

WHO. *Community empowerment*. 7th Global Conference on Health Promotion: Track themes.

