

Progetto di condivisione in gruppo.

Gli ospiti della RSA Lancia hanno potuto mettersi in gioco e condividere una nuova esperienza attraverso un percorso di condivisione in gruppo ideato e condotto dalla psicologa della struttura Cristina La Porta. In ciascuno dei cinque incontri previsti gli ospiti hanno affrontato un tema diverso, pensato appositamente in base alle loro risorse ed esigenze, ma con una struttura fissa, così da favorire una certa familiarità e agio nel corso degli incontri. L'intento di questo percorso è nato dal bisogno di contrastare la solitudine che essi hanno espresso alla psicologa in alcune situazioni. L'obiettivo generale, infatti, è stato quello di creare un'occasione di riflessione per consolidare legami tra persone appartenenti allo stesso ambiente, ma sconosciuti tra loro, e avere la possibilità di scoprirsi simili in storie e vissuti personali. Dall'obiettivo generale si sviluppano numerosi micro-obiettivi che verranno specificati nel dettaglio più avanti. Il gruppo si è consolidato nel corso degli appuntamenti mantenendo una certa costanza dei partecipanti coinvolti. Per favorire una condivisione accogliente è stata curata anche la scelta del setting in termini di tempo e spazio, strutturando gli incontri a cadenza bisettimanale in mattinata, momento maggiormente consono per le loro esigenze, e in una sala ampia ma chiusa per garantire loro la giusta riservatezza.

Nella prima condivisione è stata utilizzata la tecnica dello storytelling per scoprire i vissuti rispetto a temi del loro passato, come ad esempio la scuola o la famiglia d'origine, stimolati attraverso la visione di fotografie in bianco e nero della loro epoca. Attraverso questo semplice esercizio sono emersi ricordi, e ciascuno ha potuto portare il proprio background di tradizioni e abitudini del luogo natale, scoprendo così differenze e similitudini tra le varie esperienze dei partecipanti. L'obiettivo di questa attività è stato iniziare a conoscere i membri del gruppo, poter condividere scene ed episodi del proprio passato in un clima accogliente e potenziare processi mnemonici di recupero delle informazioni della loro storia.

Durante l'incontro successivo, invece, si è voluto tornare bambini e giocare con la fantasia. Divisi in coppie, i partecipanti avevano il compito di inventare una storia dettagliata sulla base di immagini date, condividerle al gruppo, per poi votare i vincitori della sfida. L'obiettivo di questo incontro è stato quello di stimolare la creatività, il pensiero laterale e soprattutto la collaborazione tra i membri della coppia formata.

"Cosa significa vivere in RSA per me?" è stato il titolo del terzo incontro. Gli ospiti della struttura si sono messi in gioco riflettendo sulla scelta o necessità di aver lasciato la propria abitazione per vivere un periodo di vita in RSA. Sono nate considerazioni sul cambio di abitudini, sulle difficoltà e le risorse che questo passo ha comportato per loro e per i familiari. Tutto ciò è stato scritto su un cartellone da cui è emersa una sorta di fotografia complessiva del loro vissuto e benessere. Obiettivo di tale lavoro è stata la condivisione profonda delle emozioni e di ciò che gli ospiti vivono nel loro presente. È stato deciso di inserire questa riflessione dopo due incontri per dare loro il tempo di familiarizzare e di conoscersi.

Nel quarto incontro ci si è focalizzati sulla ricerca dei momenti felici e dei ricordi gioiosi. L'obiettivo è stato quello di cambiare prospettiva rispetto a certi eventi da loro portati e promuovere un'ottica di proazione e responsabilità rispetto a quello che sono in potere di fare

per migliorare e apprezzare il loro quotidiano. Per far immergere gli ospiti nel tema del giorno e da lì partire a riflettere sono stati letti due brani che dipingessero momenti semplici, ma estremamente felici. La psicologa, partendo da questo, ha posto delle domande che guidassero la condivisione in gruppo su eventi del loro quotidiano e che avessero trovato significativi, per poi stimolare la loro consapevolezza sulla responsabilità e potenzialità che ciascuno di loro ha nel rendere felice e accogliere le persone vicine.

Arrivati all'ultimo incontro, dato che gli ospiti avevano preso una certa confidenza con le attività proposte, è stato pensato di offrire l'occasione di condividere in maniera meno guidata alcune interpretazioni e insegnamenti sorti a partire da un mito greco, ossia "Il filo di Arianna e il labirinto del Minotauro". Gli ospiti hanno potuto esprimere al gruppo cosa significasse per loro il labirinto, cosa rappresentasse il filo e ragionare sulla dinamica tra i personaggi della storia. L'obiettivo di questo appuntamento è stato tirare le fila del loro percorso di condivisione, accompagnati dalle intuizioni e dalle interpretazioni suggerite dal brano letto. Da questa riflessione sono emersi insegnamenti per il futuro e visioni critiche sui loro vissuti.

Ciascun incontro è stato concluso con un'attività di feedback sulla loro percezione e valutazione di quello che era stato fatto. Questo è stato utile per orientare meglio il lavoro della psicologa nell'incontro successivo sulla base delle loro esigenze e difficoltà, o viceversa per notare gli aspetti maggiormente graditi.

Dott.ssa Cristina La Porta

