

Siamo fatti così

Sommario

Per favore, maneggiare con cura

Editoriale 1

Andiamo nel mondo
*Bellezza e fragilità delle
relazioni con il territorio* 2

*Costruire e progettare a
partire dalle nostre e altrui
fragilità* 3

L'avventura del fare
*Imane: una molteplice capa-
cità di comunicare* 4

L'angolo del cuore
*La fragile leggerezza della
poesia* 6

L'intervista
*L'esperienza al servizio della
fragilità* 8

Le famiglie parlano
*In equilibrio tra fragilità e
opportunità: quando anche
l'esperienza del lutto può
diventare generativa* 10

Da leccarsi i baffi
In cucina con attenzione 11

Spazio al pensiero
*Può, un buon educatore,
essere fragile?* 12

Sbirciando qua e là
*Raccogliamo da tutti una
nuova voglia di fare e
partecipare* 14



Nelle pagine che seguono abbiamo cercato di sviluppare una riflessione intorno a un tema che oggi appare quanto mai dirompente e attuale: mai come in questo tempo, infatti, le relazioni individuali e sociali, gli equilibri ambientali ed emotivi sono costantemente percepiti come fragili, deboli e transitori. Spesso questo sentimento di fragilità è accompagnato da angoscia, da senso di inadeguatezza e da movimenti di fuga da ruoli che richiedono responsabilità e stabilità. Quando una persona non ha abbastanza mezzi a di-

sposizione per gestire un'emozione e la situazione che la suscita, solitamente tende a nasconderla, cancellarla, fare finta che non esista. Riconoscere e gestire le proprie emozioni, infatti, ci richiede di fare i conti con la nostra e altrui vulnerabilità che accompagna le nostre vite e, spesso, questo ci richiede di sperimentare anche la sofferenza. Purtroppo l'esperienza del dolore, sia fisico che psicologico, ci ritrova oggi più inermi, sopraffatti dalla sensazione di aver perso il controllo e con esso il senso della nostra esistenza.

Aprirsi, allora, alla fragilità nostra e degli altri è ciò che ci permetterebbe di scopirci più forti perché appartenenti a una sorte comune. L'essere umano deve rinunciare alle sue folli speranze di perfezione ed eternità terrestre per dimostrare di essere realmente all'altezza di un compito ben più elevato e sconcertante: quello della verità di una vita che include il lutto, il limite, la malattia, l'incompiutezza insieme a quello della consapevolezza di doversene far carico per diventare più umani.

Monica Guttero

Andiamo nel mondo

Andare all'esterno, esporsi e cercare e trovare visibilità possono sembrare, ad uno sguardo poco attento, un risultato raggiunto una volta per tutte. In realtà, sono il frutto di un processo di inclusione lungo e faticoso che non bisogna dare mai per scontato.

Bellezza e fragilità delle relazioni con il territorio



Qui sopra Dario e Ivan durante la Fiera di S. Orso

Dalla fine degli anni '80 fino al 2020 i Centri Educativo Assistenziali si sono spesi attraverso mille strategie affinché le persone con disabilità, frequentanti le strutture, trovassero all'interno del tessuto sociale visibilità e valore.

Negli anni si sono avviate diverse attività aventi come scopo l'inclusività e la socializzazione: dalle attività occupazionali all'interno di alcune aziende, ai lavori nell'ambito di organizzazioni quali ad esempio la Caritas o il Comune, ai progetti in collaborazione con le scuole, ai mercatini all'interno dei quali proporre le produzioni dei laboratori... Insomma, a seconda del momento storico, in virtù dell'esperienza che man mano si è acquisita anche con la pratica e soprattutto grazie ad una puntuale verifica e valutazione delle diverse proposte, nel tempo si è arrivati ad ottenere una buona integrazione con il territorio ed alcuni utenti hanno acquisito un vero e proprio ruolo in diversi ambiti.

In più di una realtà infatti i ragazzi del C.E.A. sono diventati un riferimento, una certezza, persone sulle quali poter contare, al punto di affidare loro piccoli lavori e/o mansioni

in autonomia, avendo la garanzia di ottenere un buon risultato.

Ci si era poi appassionati al fatto di poter organizzare escursioni sul nostro territorio, scampagnate e gite di interesse culturale in piccoli gruppi, offrendo in primo luogo la possibilità agli utenti di sperimentarsi in ambiti diversi, permettendo loro di allargare la conoscenza e acquisendo inoltre pratica nelle relazioni sociali; in secondo luogo veniva raggiunto l'obiettivo di fare "cultura della diversità" cioè tentare di costruire rapporti di reciprocità con la nostra società.

A far cultura ed integrazione ci eravamo anche riusciti bene: ci siamo spinti al punto di organizzare un *tour teatrale* all'interno del territorio valdostano; siamo stati richiesti per alcuni eventi importanti con i "giochi giganti"; siamo stati chiamati per il servizio di "catering" per l'apertura di mostre o vernissage; siamo riferimento importante per le vetrine in alcuni borghi.

Insomma ci sembrava di aver raggiunto un buon risultato, mai avremmo messo in dubbio quanto ottenuto, fino a quando è arrivata l'emergenza Covid-19!

Nel marzo 2020, infatti, il mondo si è fermato e ci siamo dovuti fermare anche noi, riprendendo solo dopo diversi mesi un po' di routine legata al funzionamento dei C.E.A., ma rimanendo ancora fermi su tante attività rivolte all'esterno.

Non avremmo mai pensato che ciò che abbiamo costruito in trent'anni di lavoro sul territorio fosse talmente fragile da diventare incerto, spazzato via da una pandemia che nessuno poteva prevedere e che ancora ci insidia.

La fragilità che emerge da questo periodo storico ha molte sfaccettature:

re:

- sicuramente siamo diventati più fragili tutti noi, che, pur avendo capito i comportamenti da adottare viviamo comunque con il timore di poterci "contaminare";

- più di tutti sono fragili le persone con disabilità, poiché chi ha gravi compromissioni ha un rischio più alto di ammalarsi, e per di più qualcuno non riesce o non può adottare le misure di protezione e distanza consigliate o viceversa non riesce a capire perché e come adottarle in modo corretto;

- sono fragili le "certezze" e le "conoscenze" che avevamo e quelle che abbiamo ora "mutano": se con il vaccino pensavamo di poterci immunizzare, abbiamo presto capito che non è così e quindi dobbiamo rimanere in allerta;

- sono fragili i rapporti umani, minati ormai dalla paura della convivialità.

Di tutti i punti che ho elencato quello che maggiormente desta preoccupazione è l'ultimo. Sì, perché è il punto sul quale abbiamo lavorato di più come educatori in questi anni ed è quello che rappresenta la fragilità maggiore.

Nell'arco di due anni le persone sono cambiate, la pandemia ha fatto emergere paure arcaiche forse mai espresse e che in questo momento vengono agite e a volte anche in modi "poco eleganti".

La paura dell'estraneo e della diversità che nell'uomo è insita, in questo momento allontana le persone e ancor di più le persone in difficoltà: la gente tiene le distanze anche quando sarebbe necessaria la prossimità e l'aiuto.

Occorre pensare come sia possibile riprendere quanto è stato interrotto e occorre pensare ad un piano di recupero della reciprocità nei rapporti, soprattutto per le persone maggior-



Paola ritorna alla biblioteca di Gressan

mente compromesse.

Il futuro ci riserva dunque la prova di riuscire a recuperare quanto fatto in

Costruire e progettare a partire dalle nostre e altrui fragilità

La relazione con l'altro è sempre influenzata dalle nostre piccole o grandi fragilità che ci caratterizzano all'interno dei vari contesti di vita.

La fragilità emotiva riduce la capacità di mantenere il controllo emotivo e fisico, ma se riusciamo a mantenerci integri possiamo continuare a emozionarci.

Quando, invece, si è in balia delle proprie emozioni possiamo avere la sensazione di perdere il controllo di noi stessi e entrando in relazione con il mondo e provando sensazioni di forte vulnerabilità siamo spinti ad essere intolleranti verso le ingiustizie. I comportamenti così cambiano e si possono accentuare i nostri atteggiamenti di ostilità e aggressività perdendo quell'equilibrio tra realtà e vissuto. Si vedono le cose in modo distorto e si vive in modo sbagliato la realtà che ci circonda.

Alla base della fragilità emotiva vi è una fragilità psicologica che distorce

passato e di arrivare a riportare la prossimità verso le persone più deboli.

Dobbiamo pian piano ripercorrere strade che non pensavamo fossero così facili da minare, affinché si arrivi nuovamente a poter riproporre con semplicità ed entusiasmo attività di carattere inclusivo che sono ferme ormai da due anni.

Forse da ciò che è successo l'insegnamento che possiamo trarre è che purtroppo nei rapporti umani la fragilità, appunto, è una costante: non ci sono certezze e garanzie acquisite, tutto va sempre costruito e seguito con attenzione ai particolari, va valutato e verificato puntualmente; la fiducia che avevamo conquistato negli anni va riconsolidata.

Non che dessimo tutto per scontato, ma avevamo ormai conquistato una certa "disinvoltura" di "scambio" con il tessuto sociale, rapporto che sicuramente attraverso il lavoro puntuale,

l'entusiasmo e la determinazione, che portiamo avanti da sempre, riusciremo con pazienza a ricostruire, potendo poi ripartire con progettualità tessute ed integrate con il territorio.

Manuela Costale



Nel quotidiano prendersi cura delle fragilità vuol anche dire attenzione all'altro: qui Arnaldo con Lorella e Mariangela

la realtà e ci fa percepire in modo soggettivo il mondo circostante.

Chi consapevolmente lavora sulle proprie e altrui fragilità cerca di vivere in modo equilibrato le relazioni con l'esterno. Quando l'educatore programma e predisponde interventi rivolti all'esterno cerca di modificare quei pregiudizi culturali disfunzionali per sostituirli con azioni corrette e aderenti alla realtà. La semplicità dell'intervento e la fattibilità possono garantire l'attività.

La consapevolezza dei ruoli, delle caratteristiche e delle diversità di ognuno ci permette di essere più autentici e liberi nell'interazione con gli altri recuperando così la certezza di essere accettati dall'altro anche nelle proprie fragilità. Poter interagire all'esterno liberi dalle nostre paure rinforza la consapevolezza del nostro agire e vivere nel mondo.

Ogni intervento educativo che rivol-

giamo all'esterno deve contenere un atteggiamento di positività e oggettività. Un'osservazione mirata delle interazioni emotive può aiutarci a modificare atteggiamenti scorretti e a sostituirli con atteggiamenti di scoperta, di integrità e di dignità. La voglia e la curiosità di ritrovare e rimettere insieme i nostri pezzi faranno da garanti alla riuscita dell'intervento.

Carola Felappi

Nella fragilità si nascondono valori di sensibilità e di delicatezza, di gentilezza estenuata e di dignità, di intuizione dell'indicibile e dell'invisibile che sono nella vita, e che consentono di immedesimarci con più facilità e con più passione negli stati d'animo e nelle emozioni, nei modi di essere esistenziali, degli altri da noi.
Eugenio Borgna

L'avventura del fare

Imane: una molteplice capacità di comunicare

Nella lettura dell'articolo che segue recuperiamo, attraverso la testimonianza di Imane e dell'educatrice che la segue al C.E.A. di Aosta, un esempio di come si possano mettere in campo risorse molteplici, caratteristiche personali, ausili, strategie per sostenere e, in parte, superare la fragilità comunicativa in risposta al bisogno espressivo e relazionale della stessa Imane.



Qui sopra Imane lavora con il suo software

Quando c'è una fragilità comunicativa si vivono quotidiane difficoltà nel fare presente i propri bisogni e necessità ("ho sete; ho caldo"), nel raccontare la propria storia ("ieri sono andata al mercato; parto per il Marocco venerdì"), nell'esprimere i propri gusti ("questo cuore blu non mi piace, lo preferisco rosso; voglio suonare le clessidre d'acqua") e nell'interagire socialmente all'interno del proprio contesto di vita ("ciao, ci vediamo domani; buon compleanno").

Ognuno mette in atto in maniera naturale strategie personali per cercare di superare almeno in parte queste situazioni critiche e limitare la frustrazione data dal non riuscire a

farsi capire.

Imane, per esempio, è bravissima a comunicare con la mimica del viso. Se vuole dire che qualcosa le piace o che la risposta è "sì", le si illuminano gli occhi e riempie la stanza con un bellissimo sorriso. Se, al contrario, vuol dire "no", le si rabbuia lo sguardo e fa una smorfia scrollando la testa.

Ma, ovviamente, potersi fare capire solo con un assenso o negazioni non può essere sufficiente nella vita di una persona, soprattutto quando si ha un mondo interiore da esprimere, delle potenzialità, un entusiasmo e una voglia di socializzare come quella di Imane. All'interno del C.E.A., Imane usa un computer con un pro-

gramma per la comunicazione interpersonale chiamato "The Grid3". Si tratta di un software molto sofisticato che utilizza parole collegate ad immagini suddivise in aree semantiche (griglie) che possono essere personalizzate con i termini utilizzati dall'utente e collegate con altre griglie per poter formare frasi di senso compiuto.

Le scelte possono essere fatte tramite touch screen, attraverso un puntatore oculare o un caschetto con puntatore stilo come quello che Imane indossa nella foto.

Per Imane la formazione delle frasi non è la stessa utilizzata dalle persone verbalizzate poiché segue una costruzione del pensiero diverso.

Al momento, per l'addestramento, vengono costruite frasi-parole che comunicano azione/luogo/persona (con chi) in situazioni conosciute dall'educatore, in modo da non creare frustrazioni e fraintendimenti in caso di eventuali incomprensioni.

Per esempio: palestra - Deborah - ginnastica significa "Ho fatto ginnastica in palestra con Deborah".

Le griglie sono studiate in modo da essere aderenti al vocabolario utile ad Imane.

L'obiettivo è permettere agli interlocutori di comprendere quanto viene espresso da Imane rispetto ai suoi bisogni, le sue scelte, la sua storia, le sue esperienze e tutto quanto può essere per lei interessante comunicare.

The Grid3, con il suo tablet e il tre-

spolo di supporto snodabile, non è uno strumento che permette sempre un utilizzo immediato e veloce, per cui è indispensabile sviluppare anche altre forme di comunicazione più agili, come una minima comunicazione verbale e la CAA con pecs cartacee.

Imane, inoltre, è bilingue. Comprende perfettamente l'arabo, che è la sua lingua madre, e ha un'ottima comprensione orale dell'italiano. Sulla tabella con la sua programmazione settimanale in pecs è stato inserito anche il suo nome e cognome scritto in arabo dalla mamma.

Per potenziare la comprensione della nostra lingua, Imane guarda dei film (al momento affronta la saga di Harry Potter) con un gruppo di compagni. Con cadenza regolare, l'educatore blocca la visione, riprende la storia e spiega la sequenza vista. Al termine della visione, somministra sotto forma di gioco un breve questionario a risposte multiple, per verificare che tutti abbiano colto gli aspetti principali della storia.

Ugualmente, è importante che Imane possa comunicare il più possibile verbalmente, anche soltanto con le persone che conosce bene.

Il lavoro che viene fatto su questo fronte è quello di eseguire esercizi per la muscolatura facciale e linguale consigliati dalla logopedista per riuscire ad emettere suoni che possano essere associati ai concetti "sì", "no", "acqua", "ancora/basta", "ho freddo/caldo".

Trattando la fragilità comunicativa da diverse angolazioni è possibile quindi migliorare la qualità della vita di una persona permettendole di inserirsi e interagire in modo più ricco nel suo contesto di vita.

Deborah Monica Scanavino



Diceva la filosofa francese Simone Weil: "Come il vetro, l'essere umano è fragile. L'estrema nostra esposizione alla precarietà e contingenza dell'esistenza è evidente nell'evento stesso del nascere, ma è importante riconoscere e mostrare come nella fragilità stia la forza intrinseca della vita umana."

Tuttavia l'uomo della modernità sembra aver associato alla propria fragilità esclusivamente l'indice di una debolezza che lo spinge sempre più alla forsennata ricerca di una perfezione irraggiungibile e dell'altrettanto irraggiungibile illusione di bastare a sé stesso.

L'idea di doverci affidare, di definire la nostra esistenza ricercando nell'altro la capacità di accoglierci così come siamo, con imperfezioni, difficoltà, zone d'ombra ci fa sentire troppo vulnerabili.

Eppure la vita stessa è tessitura di relazioni che ci connettono agli altri, che ci determinano e ci qualificano. Ma i legami sembrano includere un'ammissione di fallibilità e dipendenza che non sempre siamo disposti ad ammettere e a rischiare.

Questa concessione alla nostra fragilità e alla nostra insufficienza diventano elemento fondante della nostra forza.

L'angolo del cuore

La fragile leggerezza della poesia

Nelle poesie che in questo numero Denise e Claudia ci regalano aleggia una sensazione di delicatezza e di sospensione: l'immagine che ne emerge è un danza eterea che ci avvolge e ci accompagna nei volteggi aerei delle farfalle; i colori sono quelli di una natura che addolcisce la caducità e la fragilità dell'esistenza umana.



Mi chiamo Denise Orsières sono nata il 21 marzo nel 1998. È da quando avevo 15 anni che scrivo poesie in cui parlo di musica, emozioni, natura, sentimenti, temi di attualità. Suono il violoncello e le percussioni in un'orchestra. Questa è la mia prima esperienza di pubblicazione delle mie poesie.

Un'immagine leggera

Che cos' è la leggerezza?
 è come dipingere uno specchio di anime,
 è come ballare e immaginare di essere leggera
 come una piuma.
 È come una danza nel cielo,
 dove si trovano le farfalle più belle.
 La leggerezza è entrare nel regno delle anime e
 volare con la bellezza del mondo.
 È dove ci sono piccole libertà e anche la felicità
 più dolce che si possa conoscere.
 La leggerezza per pronunciare parole e suonare
 musiche che arrivano al cuore.
 La leggerezza non si sa spiegare,
 è qualcosa di unico e bello da poter provare.

sabato 5 marzo 2022

La bellezza del silenzio

Nel silenzio ci sono voci
 che sussurrano all'anima parole dolci,
 delicate e sensibili.
 Come se sembrassero piume che volano,
 farfalle che danzano,
 sono come uno scambio di parole sottili,
 quasi come se non venissero pronunciate.
 Ma in realtà solo le orecchie dell'anima
 possono sentire
 parole che si rincorrono
 e scorrono come un fiume in piena.
 Nel silenzio del bosco
 quando tutto l'inverno è calmo e si riposa;
 sembra che non ci sia più niente,
 ma la verità è quella magia
 di un passaggio bianco o che non ci sia,
 forse una voce che pare quasi invisibile e lei parla
 all'anima sensibile di un sognatore.

giovedì 6 gennaio 2022

La leggerezza

La libertà è come volare.
 La libertà è essere se stessi.
 La libertà è sentirsi leggeri come farfalle.
 La leggerezza della libertà è come una danza nel cuore.

venerdì 26 giugno 2020

Oh! Mondo

*Oh! mondo, pietre che cadono nello spazio,
caduche separano terra e mare.*

*Stelle di fuoco,
scintille incendiano il cratere,
fragilità del mondo che nasce e muore.*

Il tempo

Il tempo che passa, scalfisce come pietra calcarea, usurata dal tempo,

Il dolore lenisce, l'animo mio perverso.

*La vita, inizia e finisce, tutto trema nella terra,
le zolle, sotto l'asfalto delle strade con vigor le crepe.*

La fragilità

*La fragilità del battito d'ali d'uccello,
La friabilità delle foglie gialle, secche sono innesto di un suggello,
Il connubio fra un amore giovane, tenero,
E gli amanti, per cui si inscena con le luci all'alba un duello.
E la neve candida, scende lenta nel paesaggio immacolato,
Il mio cuore non è selvaggio
Nel giardino, fuori sì! Intono ai fiori son i reticolati.
Immagini soavi, paghe, oh! Non troppo,
Nella mente tu sognavi!
Fragile è l'amore,
Come la brezza del mare, in un giorno di folata di vento.
Io fragile nel cuore, sospeso a tratti verso il cielo,
sento della bella giornata il suo tepore.*

Camedda Rita Claudia, nata a Torino il 9 giugno 1961, scrive poesie da ormai numerosi anni. Le sue opere trattano dell'amore, dei temi esistenziali dell'individuo e della solitudine.

Ha scritto recensioni di libri di scrittori valdostani e di spettacoli teatrali della Saison Culturelle.



L'intervista

L'esperienza al servizio della fragilità

Abbiamo intervistato il dott. Alfredo Mattioni in una saletta della biblioteca regionale di Aosta con l'intento di farci raccontare quale sia stata, durante l'esercizio della professione di psicoterapeuta e supervisore di gruppi, la sua interpretazione della fragilità umana.



Nella foto il dott. Mattioni con Dario e Fabrizio

Dott. Mattioni, di che cosa si occupa e si è occupato nel tempo?

Oltre a proseguire la mia attività psicoterapeutica, con più incisività mi occupo di supervisione agli operatori che lavorano nell'ambito sociosanitario e ai terapeuti; sono infatti docente di una scuola di formazione di psicanalisi, a Milano e Foggia, inoltre leggo e scrivo e partecipo a seminari. Dico tutto questo perché per me ha senso trasmettere alle persone, ai terapeuti, agli operatori che lavorano nell'ambito della sofferenza umana tutto ciò che ho imparato nella mia vita. Mi sembrava un po' sciocco uscire di scena senza svolgere questo ruolo e buttare nel cestino la mia esperienza umana e professionale impedendo la trasmissione intergenerazionale.

Ho avuto la fortuna, infatti, nel tempo, di conoscere e di attorniarmi di persone che mi hanno aiutato nel mio lavoro e credo di avere accumulato una buona

e ricca esperienza: mi sono arricchito di competenze, pratiche e consapevolezza che adesso mi piace tentare di raccontare e trasmettere. Credo così di poter aiutare delle persone che stanno facendo il mio stesso lavoro e che possono trovarsi in difficoltà o hanno la necessità di imparare il mestiere partendo dall'essere allievi di una scuola di formazione.

Ho intrapreso la mia carriera lavorativa ad Aosta presso il servizio di Psichiatria come psicologo del Servizio di diagnosi e cura, a contatto con le innumerevoli problematiche della fragilità umana, con persone che hanno difficoltà a vivere bene la loro vita. Ho avuto la possibilità di dirigere anche dei Servizi; ho lavorato in ospedale, nel reparto di nefrologia, con persone che fanno la dialisi tutti i giorni; mi sono occupato anche di bambini, di minori, di persone traumatizzate, di famiglie toccate dal disagio; ho operato nelle comunità per ex tossicodipendenti e ex malati psichiatrici.

Insomma, mi sembra di avere una ricca esperienza e mi piace, in questo momento, fare questo tipo di lavoro: cercare di trasmettere tutto ciò che ho imparato, come facevano, del resto, i vecchi di una volta trasmettendo la loro saggezza... anche se oggi abbiamo perso questa consuetudine.

Cosa vuol dire fragilità?

“Fragilità” è un termine interessantissimo: è molto importante e molto attuale. Questo è un momento in cui ci sentiamo tutti un po' più fragili sia per ciò che stiamo vivendo in questi ultimi anni con il Covid, sia per questi venti di guerra che sembrano sempre più vicini a noi.

Proprio perché è un tema che ci tocca da vicino vale la pena spendere qualche riflessione su questo argomento.

Il termine fragilità indica generalmente la tendenza degli oggetti a rompersi, a sgretolarsi. Se prendiamo un vocabolario quello che dice è proprio questo: è fragile qualcosa che facilmente si decompone, sia dal punto di vista materiale, sia riferendoci al nostro corpo, ma anche alla psiche e alle emozioni. Se noi questo significato lo spostiamo sulla persona assume la connotazione di essere umano fragile, facile a cadere nell'errore, nell'ozio. Ma a me non è piaciuta questa netta distinzione tra fragilità fisica e mentale perché si perde di vista l'essenza della nostra attività dal momento che noi lavoriamo con le persone nella loro complessità, nella loro globalità, nella loro fragilità. Noi siamo essenzialmente delle persone e la fragilità, nell'immaginario comune, è quasi un difetto. Potremmo chiederci: “Ma allora, la fragilità è una mancanza o è un valore?”

Dipende molto dalla prospettiva con cui noi approcciamo il significato di questo termine: se ci accostiamo ad esso con un atteggiamento di valutazione e di giudizio siamo “fregati” perché entriamo in una logica dicotomica - forte/debole, fragile/resistente, sano/malato, in questo modo, perdiamo di vista l’ulteriore accezione di questo termine cioè quello di delicatezza, di vulnerabilità, di sensibilità. La fragilità non è solo qualcosa di fastidioso e di negativo nell’essere umano, ma fa parte della sua vicenda esistenziale, di cui noi tutti siamo coscienti, e di cui facciamo esperienza fin dalla nascita.

Facciamo i conti con la fragilità, ad esempio, ogni volta che passiamo da una condizione umana, sociale, affettiva, relazionale ad un’altra, quando perdiamo le nostre certezze a partire dalla nascita e forse anche prima fino ad arrivare a dover fare i conti con la vecchiaia. Sono infatti tutti passaggi importanti in cui ci sentiamo insicuri quelli in cui da bambini diventiamo adolescenti, da lavoratori andiamo in pensione, da una professione passiamo ad un’altra e ci poniamo delle domande sulla nostra vita.

Io uso spesso questa metafora: quando camminiamo c’è un momento in cui mentre noi appoggiamo un piede l’altro si sta alzando da terra e siamo in disequilibrio; questo è un momento di fragilità, però senza quel passaggio noi resteremmo fermi, non riusciremmo a procedere. Se noi ci pensiamo bene il camminare è formato da questo movimento in sospensione; è un momento in cui possiamo cadere più facilmente, ma necessario per progredire nella nostra vita, nella nostra crescita umana.

Cosa ce ne facciamo della fragilità? Ci aiuta a capire meglio gli altri, a sintonizzarci con loro e a migliorare la nostra consapevolezza perché non esistono forti o deboli, fragili o resistenti: siamo tutti sia fragili che resistenti.

Quali sono, secondo la sua esperienza, le fragilità di oggi?

Se ci guardiamo intorno vediamo una società falsa con dei valori che ci allontanano dall’essenza dell’uomo; rincorriamo il successo, il denaro e siamo bombardati da questi ideali effimeri e legati alla materia, dai quali sembra dipendere la felicità, la serenità, il nostro benessere.

Oggi tutto ciò che ci rimanda alla nostra fragilità e finitudine, come la morte, è allontanato dai discorsi comuni e quasi negato: sempre più spesso oggi si muore in ospedale, lontano dai propri cari mentre prima si rimaneva in famiglia. A questo proposito mi sono imbattuto nella visione di un film, “Il ritratto del duca”, che racconta la storia di una famiglia inglese; in una parte del film il nonno muore e rimane in casa; la presenza del defunto riaccende tra i familiari ricordi e sentimenti legati al nonno e alla sua perdita ... è molto toccante e ve lo consiglio.

La nostra società, invece, ci porta su di una strada differente: materiale ed egoistica e questo ci allontanava dalla consapevolezza della nostra fragilità. La stessa realtà virtuale che sperimentano i nostri giovani attraverso lo schermo del cellulare e in cui noi tutti siamo coinvolti non aiuta e ancor di più ci fa perdere di vista quello che a me sembra, l’essenza della vita, il contatto con le persone, la comunità...

Con il Covid e con le guerre: siamo tornati a renderci conto di quanto sia precaria la nostra vita, di come la morte sia più vicina di quel che pensiamo, di quanto la sofferenza umana e la fragilità siano dietro l’angolo.

Quali sono le fragilità tipiche delle professioni di aiuto?

È molto difficile lavorare nella disabilità, nell’invalidità, nella sofferenza umana. Pur diventando professionisti rimaniamo persone ed

in quanto tali, come si diceva precedentemente siamo fragili. Le fragilità tipiche delle professioni di aiuto sono le medesime che vivono le persone di cui ci si prende cura, emozioni che sono difficili da gestire, solitudine e sofferenza; la differenza sta nel fatto che coloro che aiutiamo possono non sentirsi più in grado di affrontarle, accettarle o risolverle. Possono sentirsi inutili. Gli operatori sociosanitari e educativi, tutti, possono, di fronte a situazioni di grave disagio, sentirsi impotenti oppure, al contrario, onnipotenti fino a pensare di poter risolvere ogni problema, comunque al di fuori o soffocati dalla relazione con l’utente.

Nelle professioni di aiuto esiste anche il rischio di una fragilità legata alla perdita di fiducia e di senso rispetto a quello che si sta facendo: tutto diventa routinario e anche gli operatori si accorgono che possono star male. Infatti, per poter stare vicini alle fragilità altrui è necessario mantenere alte le competenze professionali e soprattutto quelle umane e relazionali.

Come si possono fronteggiare?

Le fragilità delle professioni di aiuto si fronteggiano in spazi e contesti di supervisione, di riflessione, di

segue a pag. 13

L'anima deve aprirsi all'invasione di ciò che le è estraneo, rinunciare a difendersi, favorire il nemico, affinché il nostro essere autentico sorga e si mostri, non come una fragile costruzione protetta dalla nostra timidezza, ma come la nostra rocca, il nostro granito incorruttibile.

Le famiglie parlano

In equilibrio tra fragilità e opportunità: quando l'esperienza del lutto può diventare generativa

Dario si è offerto con slancio, in collaborazione con la cognata Maura, di condividere con noi attraverso un testo la sua esperienza di lutto per la morte della mamma Luigina; ne emerge una grande capacità di trasformare anche una prova difficile in una occasione comunque ricca di possibilità.



Sopra Dario con la cognata Maura, il fratello Ivo e il nipote Alessio

Il Punto di vista di Dario

Quando ho saputo che mia mamma non c'era più io ero tanto triste ma Ivo, Maura, Alessio e tutti i miei parenti mi hanno consolato e mi sono stati vicini.

Adesso che non c'è più la mia mamma è Maura che si occupa della casa e si prende cura di noi; anch'io però collaboro nella gestione familiare: mi occupo della raccolta differenziata, di rifare il letto e accompagno Maura durante la spesa per aiutarla. Trovo che Maura è molto brava a cucinare.

Con mio nipote Alessio vado molto d'accordo: lui studia all'università e nel tempo libero gioca a tsan e io

cerco di assistere a tutte le partite e faccio tifo per la sua squadra. Spesso nel week end con mio fratello andiamo a fare colazione al bar solo io e lui.

Io sono molto affezionato alla mia famiglia: Ivo, Alessio, Maura i miei zii e cugini.

Il Punto di vista di Maura

Durante lo scorso anno purtroppo Dario e il fratello Ivo (che è mio marito) hanno improvvisamente perso la loro cara mamma. Dopo lo smarrimento iniziale ci siamo riorganizzati e dal momento che Dario sarebbe rimasto a vivere da solo abbiamo unito le nostre due famiglie. Adesso vivia-

mo con Dario io, Ivo e nostro figlio Alessio.

Con il tempo siamo riusciti ad organizzare una routine che ora sembra funzionare in cui ciascuno collabora come può secondo le sue capacità e i suoi impegni alla gestione della casa.

Ma la famiglia di Dario non si limita a noi che viviamo sotto il suo stesso tetto, ci sono anche gli zii e i cugini che spesso lo invitano da loro per un pranzo o una cena e lo coccolano un po'.

Inoltre io collaboro nell'azienda agricola di mia sorella per cui spesso siamo tutti in azienda con mia sorella anche per i pasti e a noi si uniscono anche la figlia di mia sorella con il compagno e la figlioletta Claire con cui Dario spesso passa il tempo e mi aiuta ad occuparmi di lei.

Fortunatamente Dario si è trovato al centro di una famiglia numerosa che credo e spero riesca a non farlo sentire solo.

Dario Cerise e Maura Bonichon



Da leccarsi i baffi

In cucina con attenzione



Nelle foto Ioan al lavoro in cucina

All'interno del C.E.A. di Châtillon nel 2021 abbiamo iniziato un'attività di cucina con l'obiettivo di incrementare le abilità manuali, dare importanza a una corretta igiene personale, stimolare la creatività e l'auto-stima.

Ovviamente le pietanze preparate vengono da noi proposte anche alle altre persone presenti all'interno del servizio come spuntino nel giorno di svolgimento dell'attività. Stimolati dalla ricerca di ricette che potessero

essere apprezzate dai compagni, ci siamo resi conto della difficoltà di trovare delle preparazioni che possano essere condivise da tutti. Naturalmente, a parte i gusti personali di ognuno (stiamo alternando i sapori proposti in quanto c'è chi preferisce il dolce, chi il salato, chi vorrebbe sempre e solo il cioccolato...) partiamo dal presupposto che sia piacevole condividere lo stesso piatto intorno allo stesso tavolo e teniamo conto anche di chi ha difficoltà nell'alimentarsi e di chi presenta delle patologie o intolleranze alimentari.

Cerchiamo quindi di preparare delle pietanze che, con determinate accortezze, possano adattarsi anche alle diverse esigenze dei singoli: ad esempio, un paté può essere consumato spalmato sul crostino oppure al cucchiaino in caso di eventuale disfagia; utilizziamo farine senza glutine in caso di celiachia o intolleranza al glutine; preferiamo usare i dolcificanti e ingredienti a basso indice glicemico per chi soffre di diabete; limitiamo l'uso del sale e degli alimenti che lo contengono per

chi soffre di ipertensione e, in generale, moderare l'uso di zucchero, grassi saturi e idrogenati.

Il timballo di ricotta da noi proposto è uno spuntino morbido, senza glutine, con ingredienti a basso indice glicemico, a cui si può evitare di aggiungere sale, e che, a piacere, può essere arricchito con decorazioni diverse e in caso di pic-nic anche inserito in un guscio di pasta sfoglia o brisé.

Ioan e Dorinne



TORTINO DI RICOTTA E ZUCCHINE

Ingredienti:

500 gr. di ricotta
2 uova
50 gr. di parmigiano grattugiato
1 zuccina grattugiata
Abbondante basilico tagliuzzato
Sale e pepe



Procedimento

Amalgamare in una ciotola la ricotta con le uova, il parmigiano, la zuccina, il basilico, sale e pepe.

Aiutandosi con un cucchiaino suddividere l'impasto in 12 stampini da muffin unti leggermente di olio.

Decorare a piacere con il pomodorino tagliato a metà e/o l'oliva.

Cuocere in forno a 200° C per 20 minuti e sfornare. Sono buoni sia tiepidi che freddi.



Spazio al pensiero

Può, un buon educatore, essere fragile?



La fragilità nel senso comune è vista come una caratteristica di debolezza da rifuggire per riuscire a sostenere le richieste di performance sempre più esigenti della nostra società. Il sociologo polacco Zygmunt Bauman sostiene che la società in cui viviamo sia basata sul consumo dell'oggetto, dove ogni desiderio deve essere soddisfatto nel più breve tempo possibile e subito sostituito da uno più all'avanguardia. Si potrebbe quindi affermare che viviamo oggi in una società fragile. Infatti, se nella modernità tardo novecentesca vi era la possibilità di poter costruire un proprio progetto di esistenza realizzata - una casa, un lavoro, una famiglia, dei figli, il tempo libero, la possibilità di poter produrre e consumare, la sicurezza di un sistema previdenziale sperimentato - oggi, sempre più spesso, constatiamo che quel filo conduttore conduce i giovani verso la disoccupazione, la forzata flessibilità, l'emigrazione, la precarietà di lavoro e verso un quotidiano che

non permette, come gratificazione ai propri sforzi, l'attuazione del proprio progetto di vita.

E' importante quindi ripensare al concetto di fragilità come appartenente non solo a quelle forme dell'umano stigmatizzate e non conformi a un modello egemone, ma anche all'intera società. Non risulta difficile pensare che nel contesto fragile sopra descritto vi abitino soggetti angosciati, incerti, paurosi. E' urgente allora riorientare la nostra società nella direzione dell'umano, della solidarietà e della valorizzazione della differenza.

In un TED Talk del 2010 la Dott.ssa Brené Brown va in questa direzione, rileggendo il concetto di vulnerabilità sotto una nuova luce. La Brown invita a concedere a noi stessi la possibilità di essere vulnerabili. La vulnerabilità infatti non è sinonimo di debolezza e sintomatico di un mito profondamente pericoloso. La vulnerabilità è un rischio emozionale: coincide in parte con l'esporsi, con un'incertezza

dichiarata. E' dunque, la misura più accurata del coraggio. La vulnerabilità è generatrice di innovazione, creatività e cambiamento.

Se proviamo a pensare alle persone delle nostre vite e perché no, a noi stessi, mettendoci un po' in discussione, ci accorgiamo quanto sia frequente la tendenza a radicarsi in posizioni ritenute certe, aggrapparsi a pensieri precostituiti ed evitare di farsi toccare da ciò che è Altro da noi. In contrapposizione, la FORZA della persona FRAGILE risiede proprio nella sua sensibilità e capacità di accogliere l'Altro da sé come occasione di crescita personale.

A questo proposito lo psichiatra Vittorio Andreoli dice: *"L'educazione è una relazione tra due persone. Un buon educatore deve essere fragile. La fragilità è la forza della relazione"*

Questa frase, ad un primo ascolto, potrebbe evocare qualcosa che stride con l'immaginario comune dell'educatore: il professionista che analizza i bisogni, progetta e realizza percorsi e interventi educativi, fornisce consulenze, "detiene il sapere" ...Ma quello che spesso si sottovaluta è che il lavoro avviene CON le PERSONE. Ci viene chiesto di essere *facilitatori*, di fare da ponte tra le persone e la società, l'ambiente in cui vivono. La responsabilità di questo ruolo ci fa ragionare su quanta attenzione bisogna porre sul senso degli interventi che facciamo e, ancora prima, sulla modalità con cui li mettiamo in atto. C'è sempre un grande rischio nel nostro lavoro: quello di proiettare, inconsciamente, sull'altro le proprie idee e aspettative, di lasciarsi condizionare dal giudizio, da rigidi schemi e preconcetti tanto che spesso diventiamo ciechi davanti a questa corazza di invulnerabilità che possiamo scambiare erroneamente per profes-

sionalità. Questo implica un lavoro costante e profondo da parte dell'educatore, di ascolto dell'altro, ma soprattutto di sé.

Lavorare con le persone vuol dire entrare in relazione con loro, accettare il rischio di mescolare i propri valori con quelli dell'altro, di contaminarsi, con la possibilità che riaffiorino paure, sentimenti nascosti o dimenticati, contrasti emotivi con cui fare i conti; solo se riusciamo a riconoscere una forza in questa vulnerabilità riusciremo a metterci in contatto con il mondo dell'altro.

Rudolf Steiner diceva che *"ci sono tre modi efficaci di educare: con la paura, con l'ambizione, con l'amore. Noi rinunciamo ai primi due"*. Non lasciamoci quindi intimorire da quella fragilità che potremmo sentire risuonare in noi, perché non è debolezza, ma consapevolezza e ci permetterà giorno dopo giorno, tra piccoli passi, grandi salti, momenti d'arresto e ripartenze di costruire una relazione sincera che è alla base del nostro lavoro.

Possiamo quindi rinominare

"claudicante" il sapere dell'educatore. Incertezza, disequilibrio, spaesamento, provvisorietà, divenire, intermittenza, fragilità... sono doni preziosi perché vicinissimi alla mutevole e complessa forma della vita di ciascuno di noi e delle persone con cui lavoriamo. E' necessario, quindi, assumere una postura educativa che accetti e accolga la vertigine di un sapere vacillante, mai definitivo e abitare una fragilità che non si affida a *belle* progettualità dal sapore moralistico e autoreferenziale.

E' ancora molto diffusa l'immagine dell'educatore legata ai concetti di "oggettività dello sguardo", coinvolgimento emotivo visto come rischioso per la professione, ma se analizziamo bene queste espressioni ci accorgiamo che rivelano quella "retorica del controllo" che vede le emozioni come intralcio e come fastidio da tenere a bada. Bisogna quindi diventare irrazionali? No. Si tratta di provare a cambiare lente, di cercare un modo per usare le nostre emozioni e il nostro corpo, senza doverle per forza

controllare, ma camminandoci accanto. Il nostro corpo vibra di emozioni tanto quanto di pensiero e non è che uno strumento attraverso il quale siamo al mondo ed entriamo in relazione con l'altro.

Ecco quindi che arriverà il momento, per l'educatore, di fare i conti non solo con le fragilità della persona con cui lavora, ma anche con le proprie. Un lavoro faticoso che possiamo trasformare in risorsa preziosa se pensiamo che: *"Cadere può essere salire. Fallire, soffrire, spaccarsi hanno bellezze collaterali, allo sguardo di chi non le riconosce mortali"*. Prendiamoci cura di ciò che osserviamo, di ciò che sentiamo, generiamo nuove idee e possibilità, facciamolo con attenzione, curiosità, umiltà e voglia di cercare. Forse così riusciremo ad essere *ricercatori di bellezze* e promuovere un reale processo di cura per continuare, con il maggior benessere di tutti, il lavoro educativo che si sta facendo insieme.

*Alessia Fantato, Gabriella Manghisi,
Cristina Yeuillaz*

prosegue da pag. 9

ascolto delle problematiche relazionali e di gruppo professionale che possono permettere di interrogarsi sulle fragilità personali senza esserne spaventati. L'esperienza della fragilità è fisiologica e la conosciamo ogni volta che andiamo in crisi o in cui siamo in difficoltà: non è un fatto bizzarro e anomalo... più la affrontiamo e più ci arricchisce da un punto di vista umano.

L'esperienza di chi lavora in questi ambiti, per quanto mi riguarda, è da ascoltare e rileggere ma a posteriori, in una sede opportuna, al di fuori del momento di lavoro; io stesso, svolgendo questo lavoro non mi pento

della scelta che ho fatto perché ogni volta ne esco arricchito. Mi sento arricchito come uomo e come persona e proprio per questo insegno prima di tutto ai miei studenti di occuparsi degli aspetti relazionali e umani oltre a quelli tecnici. Se perdiamo di vista questo contenuto perdiamo di vista il significato di quel che facciamo. Lavorare su sentimenti, sui pensieri, anche dolorosi, che incontriamo nel nostro lavoro, può diventare una pratica arricchente, è inevitabile ed è l'unico modo per affrontare e accettare le nostre fragilità.

a cura della redazione

"Che cos'è l'uomo, questo semidio così vantato: le sue forze non gli vengono forse a mancare proprio quando gli sono più necessarie? E quando spicca il volo verso la gioia, o si inabissa nel dolore, non è forse in qualche modo arrestato e riportato al piatto e freddo senso di sé stesso, proprio nel momento in cui aspirava alla pienezza dell'infinito?"

Goethe, I dolori del giovane Werther

Sbirciando qua e là

Raccogliamo da tutti una nuova voglia di fare e di partecipare....



C.E.A. di Châtillon

Da sinistra: Ioan in occupazionale al mercato di Châtillon; Ivan e Ioan al Forte di Bard per vedere la mostra fotografica.

Sotto: Silvana durante l'attività di giardinaggio e finalmente, ad aprile, si torna all'edizione straordinaria della Fiera di S. Orso.

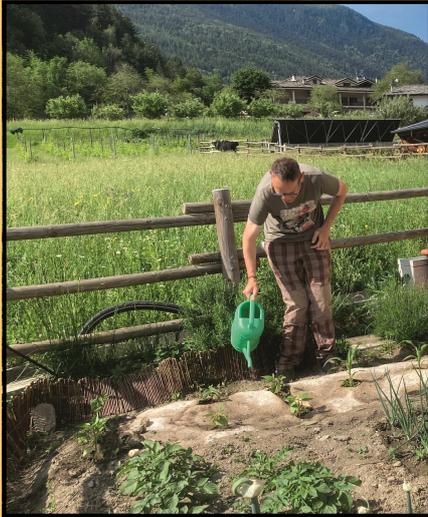


C.E.A. di Aosta



Nelle foto, a partire da sinistra, Giovanna e Luca preparano un sontuoso aperitivo; Giorgia esibisce con orgoglio la borsa per l'attività di portlettere che svolge per il liceo artistico; Emma si rilassa al C.E.A. mentre legge un libro e Barbara si gusta un gelato in centro città.

C.E.A. di Gressan



Sopra, a partire da destra: Dario e Erminia si curano dell'orto e di invasare i gerani del C.E.A

Sotto Roby, insieme agli altri compagni di avventure, al Teatro di paglia della collina morenica di Gargantua a Gressan dove è andato in scena, alle 9.30 per le scuole e alle 14.30 per tutti, "L'anima sonora degli alberi" un viaggio nei sensi condotto da Renato Poletto.

C.E.A. di Hône



Di fianco, a sinistra, Enrico con Cristina al carnevale con la scuola dell'infanzia di Hône; una bella squadra per lo sci a Brusson e, di lato a destra, le sorelle Juglair complici in cucina.



Arrivederci al prossimo giornalino!

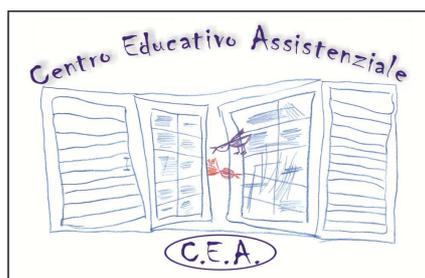
La redazione:

*Giuliana Preyet, Lara Andriolo,
Monica Guttero*

*Hanno collaborato alla realizzazione di
questo numero*

*i colleghi dei C.E.A. Manuela
Costale, Carola Felappi, Deborah
Scanavino, Dorinne Coquillard,
Cristina Yeullaz, Alessia Fantato,
Gabriella Manghisi,
nonché Dario Cerise con Maura
Bonichon, Ioan Lakatos.*

*Un ringraziamento particolare a
Alfredo Mattioni, Claudia Camed-
da e Denise Orsières.*



C.E.A. di Aosta, via Cerise n. 3

C.E.A. di Châtillon, via Chanoux n. 181

C.E.A. di Hône, via Ronc n. 28

C.E.A. di Gressan, Fz. Taxel, 30/A

per contatti:

C.E.A. di Gressan

tel. 0165/251756

E-mail:

cea.gressan@regione.vda.it