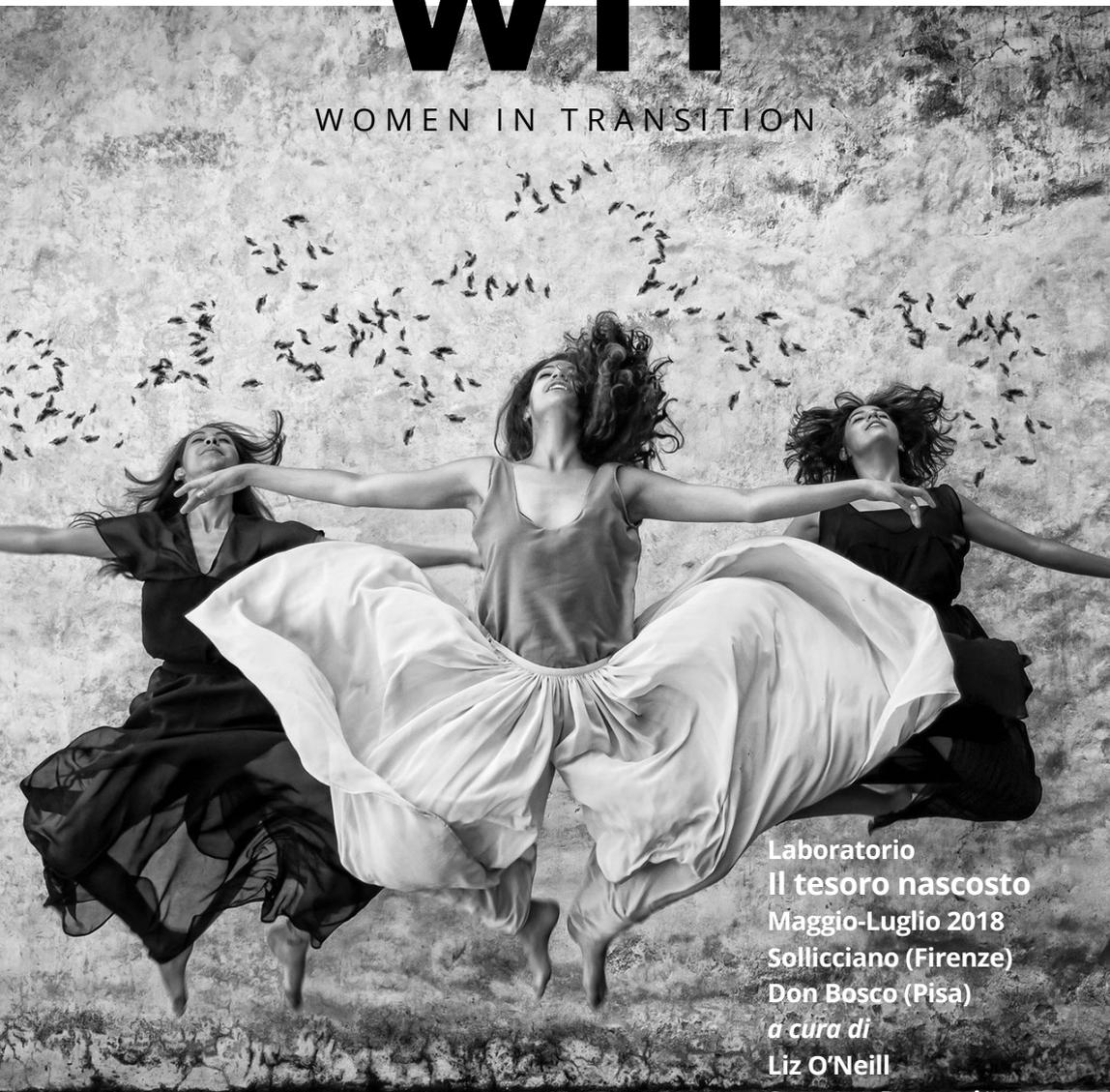


DONNE IN TRANSIZIONE

WIT

WOMEN IN TRANSITION



Laboratorio
Il tesoro nascosto
Maggio-Luglio 2018
Sollicciano (Firenze)
Don Bosco (Pisa)
a cura di
Liz O'Neill
Susanna Ronconi

PROGETTO

Il Laboratorio "Il tesoro nascosto" è una iniziativa del progetto **WIT (Women in Transition - Donne in Transizione)**, promosso da **la Società della Ragione ONLUS**, associazione impegnata sui temi della giustizia e del carcere, che promuove in Italia ricerca, cultura e interventi per i diritti dei cittadini e delle cittadine.

E' sostenuto e finanziato dalla **Chiesa Evangelica Valdese**, tramite l'Otto per mille.

Il progetto è realizzato grazie al consenso e alla collaborazione del Dipartimento dell'Amministrazione Penitenziaria, del Provveditorato della Toscana, delle direzioni dei carceri di Firenze-Sollicciano e di Pisa-Don Bosco.

E' un progetto di ricerca-azione che ha come scopo quello di sostenere le donne detenute nel loro sforzo quotidiano di alleviare gli aspetti di "ordinaria sofferenza" legati al carcere.

Si svolge in tre parti: una ricerca con le donne detenute e, in una seconda parte, con alcuni operatori penitenziari e volontari; il laboratorio; e infine un confronto pubblico e aperto sul carcere femminile tra donne detenute, operatori, volontari e istituzioni.



LABORATORIO ANTIDEPRESSIVO

IO SONO CAPACE

IO MI RAPPRESENTO UN CERVO

Tutte noi, nel corso della nostra vita, abbiamo accumulato un **tesoro nascosto** di esperienza, di conoscenza, di capacità che ci permette di fare fronte e di reagire alle difficoltà e alle sofferenze, e di lavorare per il nostro futuro. Il fatto è che spesso, soprattutto nei momenti più duri, ci dimentichiamo di queste nostre capacità. Oppure non sappiamo come usarle al meglio, quando la situazione è difficile o ostile. Il carcere è un'esperienza dura, per affrontarla cercando di non smarrirci e perdere noi stesse è importante partire dai nostri **punti di forza**, da quel tesoro nascosto.

Vi abbiamo proposto un laboratorio che vi sostenesse nella ricerca del tesoro nascosto di ognuna, nel riscoprirlo e capirlo, e insieme permettesse un confronto tra voi, tra donne, in un clima di scambio e solidarietà. Perché siamo convinte che nessuna è davvero forte da sola, e le relazioni tra donne possono fare la differenza.

Vi abbiamo proposto anche una **piccola ribellione**: di solito si dice "impariamo dagli errori". È vero, fare tesoro degli errori è importante, da ogni esperienza, anche la più dolorosa, si può imparare. Lo avete detto spesso, durante i nostri incontri. Ma con voi abbiamo cercato di rovesciare il punto di vista: impariamo dai successi, dalle sfide che abbiamo affrontato, dalle capacità che abbiamo espresso. **Impariamo da quella volta che ce l'abbiamo fatta**. E da tutte quelle volte che abbiamo saputo trovare attorno a noi qualcuno o qualcosa che ci sostenesse, e ne abbiamo fatto esperienza.

Avete partecipato in tante: 50 tra Sollicciano a Firenze e Don Bosco a Pisa. Alcune hanno compiuto tutto il percorso del laboratorio (10-12 partecipanti in media), altre lo hanno attraversato per uno o più incontri. Arrivate da tanti paesi: Italia, Romania, Nigeria, Cina, Sierra Leone, Perù, Brasile, Bulgaria, Bosnia, Polonia, Santo Domingo. Avete portato storie personali ed esperienze di vita molto diverse.

Siete state partecipi, generose nel raccontarvi, attente nel riflettere insieme, capaci di emozionarvi.

Noi abbiamo cercato di creare con voi un luogo accogliente, riservato e sicuro, dove le parole di ognuna avessero un valore e fossero ascoltate, dove si promuovesse rispetto e solidarietà e dove il tesoro nascosto venisse alla luce. È stato un tempo speso per voi stesse – e per noi, che abbiamo con voi avuto una esperienza bellissima e coinvolgente – nonostante i ritmi, le interruzioni, i tempi e i rumori del carcere non ci abbiano mai abbandonate. Un tempo speriamo per voi positivo e fruttuoso, che vi abbia aiutate a ricordare che, pur dietro le sbarre, voi siete voi stesse.

Liz e Susanna



COME ABBIAMO LAVORATO

Ogni incontro ha previsto:

 un gioco "rompighiaccio", per presentarsi o "scaldare la memoria" o liberare emozioni e mettersi in contatto con il gruppo.

 Un gioco autobiografico individuale, per esplorare le esperienze di vita in relazione al tema dell'incontro.

 Osservazioni e scambio in gruppo attorno al gioco autobiografico.

 Una scrittura individuale, il racconto di una esperienza vissuta in relazione al tema.

 Osservazioni e scambio in gruppo attorno ad ogni scrittura condivisa, in cui ognuna ha potuto essere ascoltata, compresa e ha ricevuto dal gruppo sostegno e riflessioni. La lettura in gruppo del proprio scritto è stata su base volontaria.

 Qualche considerazione finale sul lavoro svolto e ciò che insieme abbiamo appreso.

Il laboratorio si è svolto in sei incontri settimanali di 2, 2 ore e mezza ciascuno, da fine maggio ai primi di luglio 2018

Nel laboratorio si è fatto un lavoro di formazione e di autoeducazione (imparare dalla propria vita), che ha utilizzato diversi metodi e strumenti

"IO SONO TANTE"

A mi me gusta ser alegre ayudar a la persona que necesita trabajar duro. Tambien me gusta limpiar y sobre todo bailar y escuchar musica. Despues estar en el parque o en el cine con mis negritos y verlos como juegan pero a la vez tambien se pelean. Me gusta escuchar a las personas y darle consejos, poner las cosas en ordenes

IO SONO TANTE

È il primo incontro, cominciamo con una breve introduzione di Liz e Susanna: perché siamo qui? Per trovare i nostri **punti di forza**, la nostra capacità di far fronte alla vita e alle sue difficoltà. Sarà un percorso in cui ognuna, insieme al gruppo, andrà alla ricerca del "tesoro nascosto" della propria forza, ricordando, scrivendo, riflettendo e scambiando con le altre. Voi siete le protagoniste, noi vi aiutiamo a lavorare per voi stesse e tra voi tutte.

Perché cominciamo da questo titolo, **io sono tante**? Perché è importante essere consapevoli che noi non siamo una "cosa sola", un solo ruolo, una sola caratteristica personale, una sola capacità, ma nel corso della nostra vita abbiamo espresso "tanti io" diversi, e ogni io può essere una risorsa. Una forza. Allora, impariamo a vederli, questi io. Così ci ricordiamo anche che non dobbiamo accettare che qualcuno ci metta addosso delle etichette (detenuta, tossica, straniera, trans...): noi siamo molto di più!



È il primo incontro, ci presentiamo. Voi vi conoscete già, ma magari con questo primo gioco "rompighiaccio" scoprite qualcosa delle altre che non sapete. **Il mio nome, il mio simbolo, io sono..., io vorrei...** Un piccolo gioco, ma già vi porta a pensare e a scegliere: cosa dico di me in così poche parole?

★	ME STESSA	LA
♡	MADRE	17.0
♡	LEONE	Fel
♀	FEMMINA	PA
∞	RECLUSA	C

SIMBOLO	IO SONO	V
	Neo Zelandese	Can
	TESTA DI CAZZO	LIV
	CALMA	PI
	MADRE	V



Il gioco autobiografico individuale è **L'arcipelago degli io**: tutti questi io che siamo li pensiamo e li elenchiamo. Disegniamo un arcipelago dove isole e scogli rappresentano questi diversi aspetti di noi, una mappa della nostra complessità e pluralità.

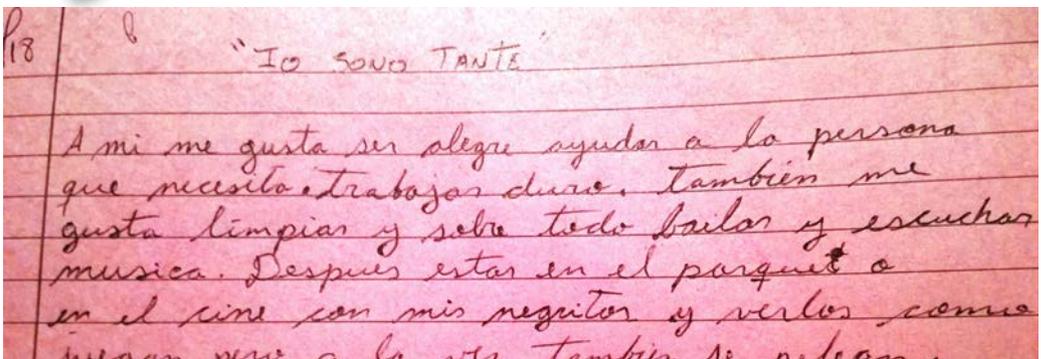


Esponiamo gli arcipelaghi come in una mostra, e commentiamo: c'è un immenso tesoro di ruoli sociali, capacità nella vita e nel lavoro, caratteri, pregi, sentimenti!

- **Madre • Figlia • Sorella • Buona amica • Lavoratrice • Moglie**
 - **La mia forza • La mia voglia di andare avanti • Ribelle**
 - **Il mio io dentro di me • Le mia radici**
- **Gli incontri che ho fatto • La mia rabbia • I miei gesti di sfida**
- **Me stessa • Reclusa • Forte • Viaggiatrice • Triste • Femmina**
 - **Corretta • Sensibile • Soddisfatta davanti allo specchio**
- **Lettrice • Impulsiva • Parrucchiera • Infermiera • Altruista**
- **Speranzosa • Malinconica • Solare • Una che si prende cura**
 - **Una che non vuole odiare • Donna • Cool • Testa di cazzo**
 - **Una che non sa piangere • Onesta**



La scrittura autobiografica: Quella me che mi piace. Alla ricerca di un io che ci soddisfa, ci piace, vogliamo coltivare.





Osservazioni e scambio in gruppo. Gli "io" positivi che emergono dalle storie di vita sono tanti e diversi:

- **Essere buone madri • Sapersi prendere cura • Essere buone amiche, solidali, affidabili, vicine • Essere lavoratrici competenti**
- **Avere delle qualità personali: la forza, essere solari, saper ascoltare, essere tenaci • Sapersi ribellare quando è il caso (anche al maschilismo) • Saper amare, non voler odiare • Essere le proprie radici, avere un legame forte con la famiglia di origine • Saper coltivare le relazioni, essere gli incontri che si sono avuti nella vita**

Tra gli io che più ci piacciono molti riguardano l'essere madre: una buona madre, con limiti e difetti magari, ma che è stata capace di crescere bene i propri figli, amarli, dare loro una educazione. Nel momento triste della separazione da loro, sappiamo che siamo state madri presenti e possiamo tornare ad esserlo. Ci sono anche molte storie del prendersi cura: di un genitore, di un fratello ma anche di una amica, l'amicizia al femminile è una esperienza ricorrente e positiva. E poi il lavoro: professioni e competenze che ci hanno permesso di avere un posto nella società e che ci hanno dato un reddito, un tesoro da cui si può ricominciare. Ci sono scritte anche che riguardano pregi e qualità positive del nostro carattere: quei nostri modi di essere così preziosi quando dobbiamo relazionarci agli altri, tenere duro, costruire qualcosa di nuovo.



Qualche considerazione finale in gruppo

Leggendo queste mappe dei tanti io che siamo, concludiamo ricordando a noi stesse che abbiamo debolezze e difetti, ma al tempo stesso forza e qualità. Questi opposti convivono in noi. Non è utile partire sempre dai limiti e dagli errori, o concentrarsi su ciò che non siamo riuscite a fare. È più produttivo partire dalle risorse che sappiamo di avere e dalla memoria dei momenti in cui abbiamo saputo farne buon uso.



**Il primo tesoro:
io sono tante,
e ho in me tante risorse**

RESPONSA
BILITÀ
2 X
AMORE

#FAMIGLIA

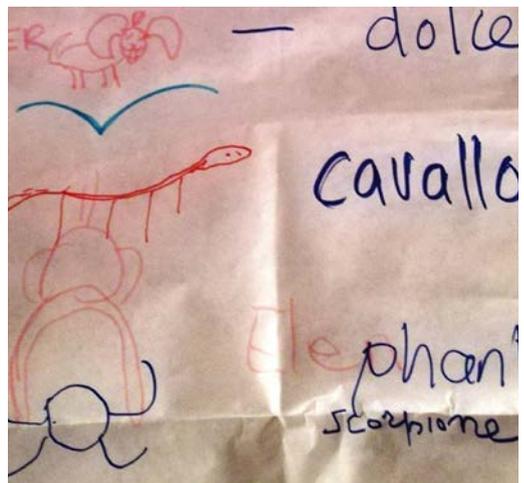
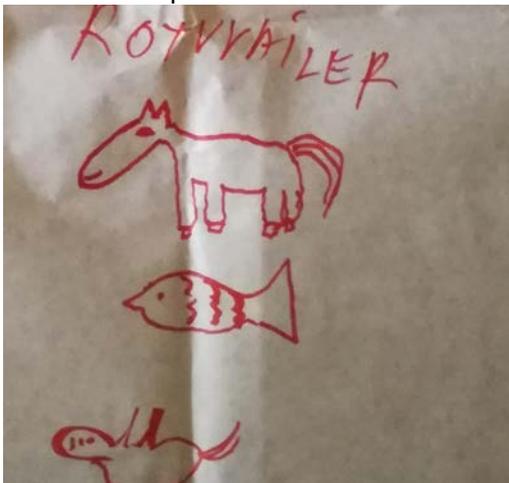
IO SONO CAPACE

Questo incontro è dedicato a riconoscere in noi **le capacità di far fronte alle difficoltà**, superare un ostacolo, insomma “cavarsela” in situazioni dure o rischiose. Magari non ci abbiamo mai pensato, ma ognuna di noi ha sue “strategie” per affrontare la vita, aspetti del suo carattere che l’aiutano, e capacità di trovare attorno a sé sostegno, risorse, persone, strumenti per “farcela”. Andiamo alla ricerca di questo tesoro nascosto ricordando episodi in cui siamo state capaci di superare momenti di sofferenza o cambiamento, e riflettendo insieme sulle risorse che abbiamo in noi e possiamo trovare attorno a noi.



Gioco “rompighiaccio”: l’animale che rappresenta il mio modo di affrontare la vita.

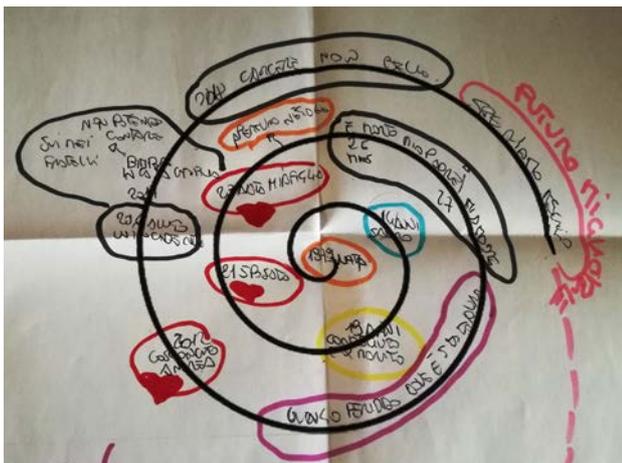
Primo passo per concentrarci sulle nostre strategie personali, attraverso l’immagine di un animale: si può correre più veloci, salvarsi in una tana, ruggire e attaccare, giocare d’astuzia... Un piccolo esercizio, anche divertente, che rivela un aspetto di noi.





Gioco autobiografico individuale: La spirale dei momenti di svolta...

La spirale è un simbolo antichissimo e rappresenta il continuo svolgersi della vita, al centro la nascita e al margine una linea aperta (la vita continua...). È l'immagine della nostra vita (come se la guardassimo dall'alto), ripensando alla nostra esperienza personale ricordiamo, scegliamo e segniamo nella spirale i momenti in cui le cose sono cambiate, c'è stato un avvenimento che ci ha sfidato, un evento che abbiamo dovuto affrontare. Non è facile, lo sappiamo... è uno sforzo di memoria e anche di senso: cosa è stato davvero così importante da "cambiare le cose"?



Osservazioni e scambio in gruppo.

È stato un momento di memoria e riflessione, in parte doloroso (ricordare eventi di sofferenza), in parte di scoperta positiva: abbiamo affrontato tanti momenti duri, nella vita, siamo state capaci di resistere, o di scegliere, o di trovare un nuovo modo di essere. Ci sono anche momenti felici: diventare madre, per esempio, oppure sposarsi, o trovare un nuovo lavoro; esperienze positive ma che in ogni modo ci hanno obbligato a cambiare.

- Perdita di fiducia negli altri • Morte di persone care
- Malattia dei figli o di altre persone care
- Perdita del lavoro e nuovo lavoro • Nascita di un figlio
- Emigrare in Italia • Riprendersi la vita • Sostenere la famiglia
- Affrontare la depressione • Ritrovare i genitori dopo tanti anni



Scrittura individuale, il racconto di **Quella volta che ce l'ho fatta!** Fedeli alla nostra idea, che si impara dai successi e che

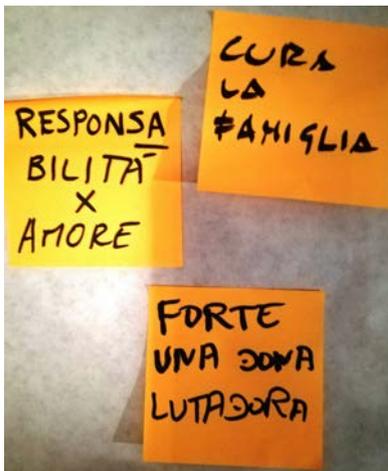
ognuna ha nella vita espresso la capacità di farcela, scriviamo una storia: un episodio della nostra vita in cui siamo state capaci di fronteggiare una difficoltà. E l'abbiamo fatto bene.

Il 2 febbraio 2015 alle 8.30 le collie che un giorno chiamavo che Euro mio marito non si è sentito bene, vedo un ospedale e trovo mio marito vigile, me non parla. d'ictus che ho avuto nei due giorni successivi di trasferte in cui flago delle porte destra per un periodo di lungaggine. Per tutti mesi mi è stato annullato nel'omero mio marito soprattutto per recuperare il massimo recupero possibile da un punto di vista fisico.

quella volta che ci l'ho fatto non è stato mio padre o la mia piccola e devo ammettere da parte dei miei fratelli avuto nessun supporto in se è ammalato mio marito per un anno è stato e il è stato dolente forte! Per un anno e mezzo sono state le difficoltà con la salute e non potevo neanche mettere a mia figlia un'altra ed era un'occasione per rimproverare le nonne e il



Osservazioni e scambio in gruppo. Ogni scrittura letta al gruppo ha ricevuto ascolto, attenzione e un commento. Ognuna ha restituito alcune parole a chi leggeva la sua storia, scritte su post it, in cui si diceva quali erano, in quella storia, i punti di forza, le scelte efficaci, le qualità personali messe in campo. Il gruppo "ha visto" e rinforzato le risorse di ognuna.



- Stare in piedi da sola
- Lavorare duro
- Amore materno
- Appoggio della famiglia
- Essere una che lotta
- Sensibilità
- Coraggio
- Fortificarsi nella sofferenza
- Saper accettare
- Prendersi cura
- Rialzarsi
- Mettere da parte il dolore
- Saper crescere
- Ribellarsi
- La fede in Dio
- Determinazione
- Essere presenti
- Pazienza e tenacia
- Avere iniziativa
- Forza di volontà
- Combattere
- Tirarsi su le maniche
- Avere obiettivi



Qualche considerazione finale in gruppo

Abbiamo provato a fare la “piccola ribellione” di imparare dai successi e non solo dagli errori. Non è sempre facile, spesso siamo noi a non riconoscere il nostro valore, spesso sono gli altri che non ce lo riconoscono, e ci inchiodano alle nostre debolezze. Specialmente da qui, dal carcere, rischiamo di non vedere la nostra forza: siamo in un momento di sofferenza e stiamo facendo i conti con errori o debolezze. Eppure, è importante farlo: non c’è una sola vita che non abbia da dare il ricordo di una capacità personale, di un cambiamento positivo, di una scelta giusta. Le esperienze che avete raccontato ci hanno fatto capire che non c’è il bianco e il nero, donne forti e donne deboli, ma donne che hanno momenti di debolezza e momenti di forza, che soffrono e, insieme, che reagiscono. Infine, per riconoscerci capaci, anche la relazione con gli altri è importante: le donne del gruppo ce lo hanno dimostrato, le parole che hanno restituito a ognuna hanno restituito anche riconoscimento e valore.



**Il secondo tesoro.
Ce la posso fare!
Ho la capacità di far
fronte al cambiamento**

3

*Caro, dolce amore mio, stamo
trovandomi a scriverti una lettera.
Quante notti sono ormai passate
da quella ultima volta che hai
visto il mio sorrido, lo stesso che
mi dicevi, tu davi la forza di*

IO CONTINUO AD IMPARARE

Perché dedicare un incontro al tema dell'**imparare**? Perché il nostro bagaglio di esperienza, capacità e conoscenze è quello che ci permette di essere più forti in situazioni difficili, dandoci strumenti per attraversare la vita con più autonomia, consapevolezza e possibilità.

Inoltre è importante sapere che questo bagaglio non si ferma a quello che abbiamo già imparato da piccole e da giovani, o a quella che si chiama educazione o istruzione scolastica: si continua ad imparare sempre, da adulte e anche da anziane, e si può apprendere da chiunque, **i maestri e le maestre di vita** non hanno bisogno di una laurea o di una cattedra, per lasciarci qualcosa di utile, profondo, nuovo.

Se possiamo sempre continuare ad imparare, possiamo sempre pensare di avere nuovi strumenti e nuove possibilità.

Gioco "rompighiaccio". Per "scaldare la memoria" andiamo all'infanzia, a quando abbiamo cominciato ad imparare.



Scriviamo la **fotografia del primo giorno di scuola**: dov'ero? con chi? com'ero, come mi sentivo?

Abbiamo poi appeso le "fotografie" a un filo, e le abbiamo raccontate. Guardare questa "mostra" è stato come attraversare i continenti, riandare a un altro tempo, ascoltare paure, gioie e scoperte di bambine che si affacciavano alla vita.

Fotografia del primo giorno di scuola



Dov'ero IL PRIMO GIORNO DI SCUOLA
X me e' stato angosciante, per'oi un
tranquillizzato

Chi c'era con me MIA MAMMA

Una mia immagine (com'ero)

MOLTO MOLTO CARINA E MOLTO
BUONA



Dov'ero
A Cellino S. MARCO in Puglia - Salento ☺-

Chi c'era con me
Mi ha accompagnato lo Zio fino in classe
ero in ritardo, erudo, ed ero l'unica
a non piangere. Ero un po' Spaventata

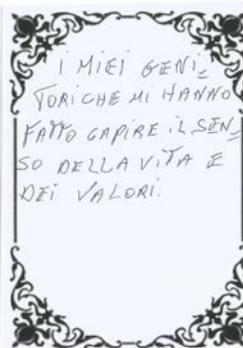
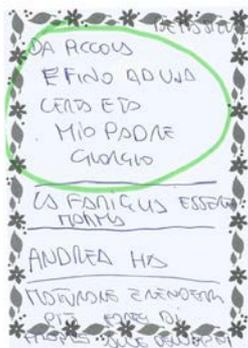
Una mia immagine (com'ero)

Ero SPAESATA, UN PO' IMPAURITA, MA
NON PIANGEVO, MAMMA MI AVEVA
DETO CHE ANDAVO W UN POSTO "FIGHI SPIN
EBIO E' CREDEVO!" 



Gioco autobiografico individuale: Galleria dei ritratti di chi ci ha insegnato qualcosa nella vita.

In ogni "cornice" abbiamo scritto il nome e qualche caratteristica di una persona che, in qualsiasi età della vita, ci ha insegnato qualcosa. Questo gioco ci ha portato a ricordare e a riflettere su quanto sia importante la relazione con le altre, gli altri per accrescere il nostro prezioso bagaglio di saperi, valori, esperienze. A come sia possibile incontrare **maestri e maestre** in ogni luogo (anche in carcere!) e in ogni età.



Osservazioni e scambio in gruppo

Anche questa "mostra" di ritratti ci ha fatto riflettere e anche emozionare, al ricordo: le figure famigliari hanno dato educazione, valori, insegnato ad amare; anche un figlio piccolo può essere "maestro", ci insegna ad essere madri, responsabili, a prenderci cura. Gli amici e le amiche ci hanno insegnato molte cose della vita e anche

ad essere migliori. E non manca chi ha imparato da se stessa, dalla propria esperienza.

- Figli •Padre •Madre •Fratelli e sorelle •La nonna •Il primo amore •Gli uomini della vita •Amiche e amici •Compagno e marito •Me stessa



Scrittura individuale: Lettera a una persona da cui ho imparato.

Uno scritto in cui ci si rivolge alla persona che abbiamo scelto tra i nostri maestri e maestre, si ricordano incontri e episodi, si esprime gratitudine per i loro insegnamenti, si parla di sé.

Caro, dolce amore mio, stamo
 truvandomi a scriverti una lettera.
 Quante volte sono ormai passate
 da quella ultima volta che hai
 visto il mio sorriso, lo stesso che
 mi dicevi, ti dava la forza di

Hola mamita Pamela.
 Espero q' estas bien te escribo para decirte q' te
 amo un monton te soy la persona q' me enseno
 todo lo bueno q' tengo q' hacer en la vida a
 como atender a mis hijos como comportarme
 a los lugares q' me llaman tantas cosas me has
 enseñado q' te doy gracias a DIOS por ser tu mi
 abuela. Pasa me recuerda cuando hablabamos y te
 preguntaba como se hace la comida y tu me decias
 paso a paso como se cocina q' tenia q' hacer.
 Y me decias mi negra q' trabajadora eres siges haci
 hasta hoy mamita linda



Osservazioni e scambio in gruppo. Così come molte sono le

figure dei maestri e delle maestre di vita, così anche le "lezioni apprese" raccontate sono diverse: dai valori fondamentali della vita al viaggio, dall'imparare a controllarsi alla stima di sé. E di nuovo il gruppo si è fatto **custode delle storie** e ne ha **sottolineato significati e valore**.



- I valori della vita
- A essere più riflessiva
- Il senso della vita
- Essere mamma
- Controllare l'ansia
- Imparare dagli errori
- Non arrendermi
- Rialzarmi da sola
- Maturare
- Che sono preziosa
- Essere forte
- La solidarietà
- Superare le difficoltà
- L'amicizia
- L'importanza dell'amore
- Essere responsabile
- Viaggiare



Qualche considerazione finale in gruppo.

Quante volte di fronte a una difficoltà, a un dolore, a una sfida ci succede di dire “non lo so fare”, “non so come fare”? Capita a tutte. Nel nostro bagaglio personale non troviamo la risposta. Però possiamo sempre cercarla attorno a noi: le altre, gli altri ci sono, e possono sostenerci insegnandoci con l'esempio, la parola, la vicinanza, quello che ancora non abbiamo e non sappiamo. Non lo sappiamo, ma possiamo imparare. Meglio dire “non lo so ancora”, ma lo saprò. È un percorso sempre aperto, e non riguarda l'età.



**Il terzo tesoro:
a vivere e a far fronte
alla vita si impara
(sempre, anche da adulte)**

IO HO DEI DESIDERI

20-06-18

IL MIO PRIMO MOTORINO, D'AVVIMENTO L'UNIONE
IN FAMIGLIA BASTA CONFCITI, SCONTI.

MA DAVVIRE TUTTI D'ACCORDO.

PER COSTRUIRE ANCHE UNA PICCOLA COPPIA

POI MA RICCA D'AMORE.

A TUTTI AC MOTORINO INDIVIDUALI, SENZA DIVER CORRENTE,

... DATI EN UN MONDO INDISPONENTE ACCOMPAGNATO DAI

FIGLI, GLI AMICI POCCHI MA SINCERI.

IO HO DEI DESIDERI

Parlare di desideri, ma perché? In carcere, ha detto qualcuna di voi, è meglio non sognare e non desiderare: fa troppo male, siamo impotenti, qui dentro, ed è meglio evitare frustrazioni, non illudersi. Qualcun'altra invece ha detto che continuare ad avere desideri, proprio qui dentro, significa non arrendersi, coltivare la speranza; insomma, resistere. Altre hanno detto: è umano continuare a desiderare, è impossibile non farlo.

Noi vi abbiamo proposto questo sguardo, sui desideri: sono necessari per il cambiamento, se non coltivassimo desideri non riusciremmo nemmeno a immaginare una vita futura. Non si tratta solo di speranza, si tratta di mettere le basi di nuove possibilità. Certo, i desideri possono non essere realizzabili e creare frustrazione. Accettiamo il rischio? Abbiamo introdotto la proposta di pensare a "desideri possibili", quelli per cui possiamo immaginare di attivare concretamente noi stesse e le risorse attorno a noi per (provare a) realizzarli.



Esercizio "rompighiaccio":

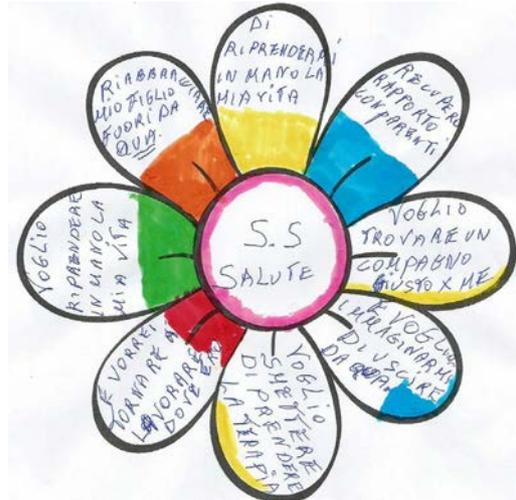
Futuro. Che emozione associ a questa parola?

- Paura
- Speranza
- Fiducia
- Casa
- Eros
- Serenità
- Calore della famiglia
- Etichette
- Instabilità
- Ansia
- Unione
- Non mi piace sognare
- Stabilità

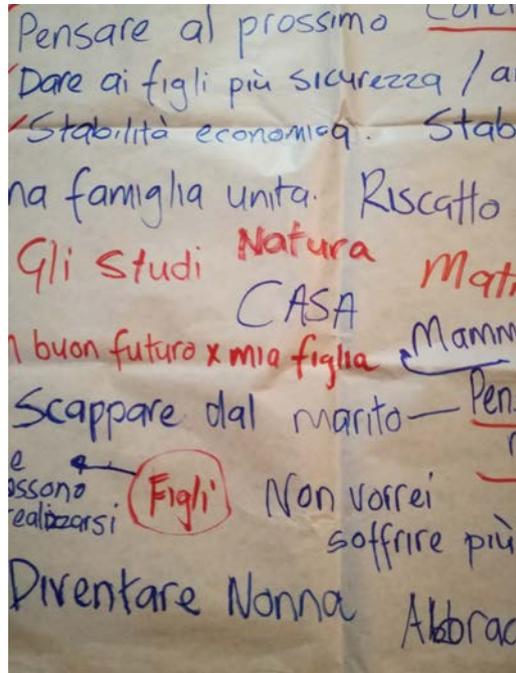
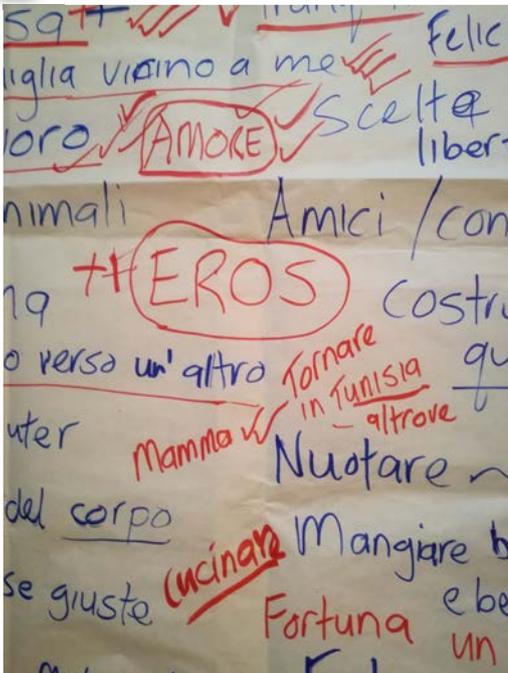


Gioco autobiografico individuale: La margherita dei desideri (possibili)

Un petalo, un desiderio, invito a esplorare se stesse come "donne che desiderano".



Osservazioni e scambio in gruppo.



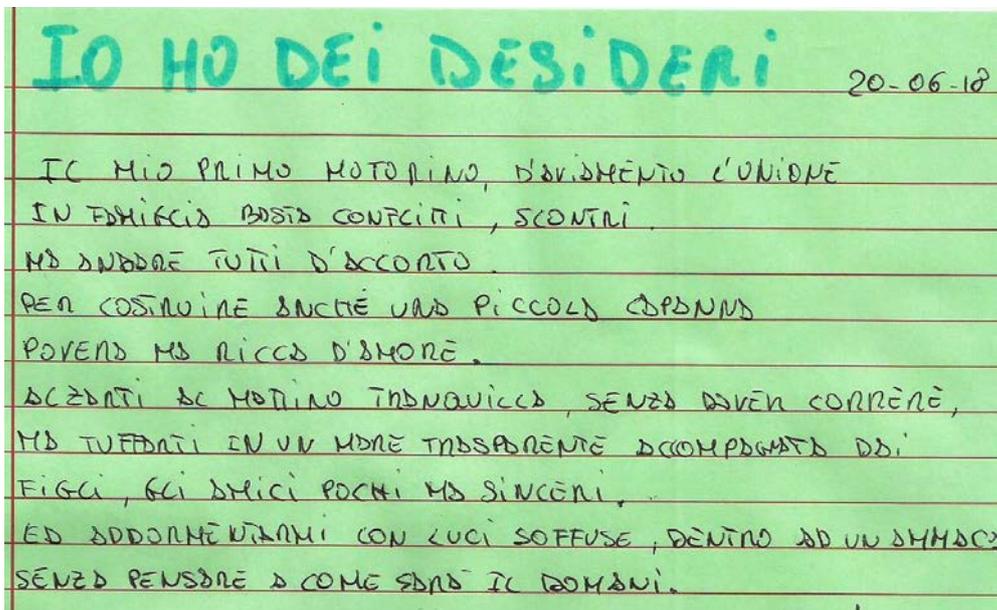
- Il bene della mia famiglia, dei figli • Dare sicurezza ai figli •
- Avere la famiglia vicino • Stare con mio figlio quando comincia la scuola • Babbo e io di nuovo insieme • Salute per le persone che amo • Pace interiore, serenità • Salute per me • Eros •
- Sposarmi • Avere un nuovo amore • Scappare da mio marito
- Diventare nonna • Diventare mamma • Lavoro, lavoro autonomo, impresa • Essere professionale nel lavoro • Avere un computer e accedere al sapere • Studiare • Soldi, stabilità economica • Una casa • Poter scegliere • Migliorarmi • Essere costruttiva (anche in carcere) • Stabilità personale • Essere coerente • Pensare a me stessa • Avere cura del mio corpo
- Mangiare e bere bene • Viaggiare • Prendere la patente • Avere un animale • Nuotare nel mare • Un caffè su una bella terrazza con mio marito • Una vacanza con il fidanzato •
- Godermi la vita • Stare nella natura • Giornate in libreria • A teatro con lui • Tornare al mio paese • Vedere il nemico morto sull'altra sponda • I servizi sociali fuori dai coglioni • Smettere la terapia • Stop droghe • Riscatto sociale • Uscire di qui!



Scrittura individuale.

Racconto di un mio desiderio non ancora realizzato

Dalla margherita dei desideri si è scelto un desiderio cui si attribuisce un significato particolare.





Osservazioni e scambio in gruppo.

Le scritture autobiografiche hanno al centro:

la famiglia e i figli: ricongiungersi, ritrovarsi, assumere di nuovo un ruolo genitoriale presente e attivo, desiderare che i figli siano realizzati, stare loro vicino, risolvere i conflitti in famiglia;

la propria crescita personale: migliorarsi, studiare, lavorare, progredire, imparare dall'esperienza (anche del carcere), trovare pace interiore. Ma anche essere solidale verso gli altri, curare le amicizie;

la buona vita: la dimensione del piacere, viaggiare, andare a teatro, saper godere delle cose della vita.



Qualche considerazione finale

Nonostante continuare a desiderare, in carcere, all'inizio fosse visto da alcune ad alto rischio di sofferenza, la mappa dei desideri che si è liberata durante l'incontro è ricca e vastissima. E, secondo il gruppo, siamo riuscite a includere desideri che possono trasformarsi in progetti: difficili, magari, e bisognosi di risorse e sostegno, ma non impossibili. Ha detto qualcuna: è possibile vedere il desiderio come un motorino di avviamento del futuro.



**Il quarto tesoro.
Continuo a coltivare
desideri per preparare
il futuro**

5

TEMPO PER ME.

AMBIZIONI

PIU' CONCENTRATI

PENSARE

PIU' CONCENTRATI

IO CERCO ATTORNO A ME

Negli incontri precedenti, per ogni tema su cui abbiamo lavorato, abbiamo esplorato i nostri punti di forza in due diverse dimensioni: la forza che troviamo **dentro di noi** e quella che cerchiamo e troviamo **nel mondo in cui viviamo** (persone, risorse, opportunità). In questo incontro abbiamo voluto concentrarci sulla seconda. Abbiamo poi deciso di lavorare sulla forza che troviamo attorno a noi in un contesto specifico: **il carcere**. Perché? Perché tutto il nostro percorso ha interessato le vostre vite nella loro complessità, e non si è concentrato sulla vostra vita da detenute: era un obiettivo del laboratorio non “chiudersi in carcere” e non chiudere le vostre esperienze di vita solo su quella condizione. E abbiamo fatto bene! Però il carcere è qui, ci vivete, in questo momento, e meritava una riflessione. E poi il carcere è un luogo duro e essere detenuta è una condizione difficile e dolorosa: vedere insieme cosa “trovo attorno a me” anche in un luogo così era una bella sfida...



Gioco “rompigiaccio”. Parlando di carcere, abbiamo fatto una piccola provocazione, e siamo partite chiedendovi non tutto quello che vi manca, qui, ma al contrario **Quello che trovo qui dentro...** E voi avete risposto con la capacità di tradurre una condizione di sofferenza in esperienza e apprendimento

- Un tempo per me
- Per riflettere su di me
- L'ambizione di un progetto di vita
- Studiare
- Scoprire cose nuove di me
- Maggiore responsabilità
- Fare i conti

TEMPO PER ME.
AMBIZIONI
LASSARMI PENSARE PIU' CONCENTRATI
SOVATO 2 PERSONE, CHE PENSANO
E...QUA DENTRO...
E MO LIBERO PER ME
SALUTE FORSA

AFFETTO / AMICIZIA
RESPONSABILITÀ
AUTOCRITICA
9 Ritrovarsi
HO SCOPERTO ME
AFFETTO | AMICIZIA (+)



Scrittura individuale: **Quando ho aiutato e quando sono stata aiutata** (in carcere). Per far fronte alla sofferenza della

detenzione ognuna ha le sue strategie e i suoi strumenti. Uno, importante, è avere e mantenere relazioni solidali e positive. Torniamo al titolo dell'incontro, **lo cerco attorno a me**, e trovo le altre e gli altri. Una doppia scrittura, allora: perché noi riceviamo sostegno dalle altre, dagli altri, e siamo a nostra volta sostegno per loro.

IO ONESTAMENTE, OGGI POI, NON SO SE SONO STATA DAIUTO AQUALCUNO O NO. MA QUELLO DI CUI SONO CERTA È CHE HO SEMPRE CERCATO NITARE DEL MIO MEGLIO; QUINDI ALTRENO SPERO DI AVER AIUTATO QUALCUNO NEL MIO PICCOLO IN QUALCHE MOMENTO....
PER QUANTO RIGUARDA CHI HA AIUTATO ME, INVECE, SON STATE TANTE PERSONE, ANCHE SOLO STRAPPANDOTI UN SOFFIO.

CHI MI HA AIUTATO E CHI HO AIUTATO IO
Financiale qui di si prospetta una realtà molto diversa da quella che sempre è stata. Aiuto se io ho già avuto modo di sperimentare questo tempo per l'impatto e sempre quello che succede di sopravvivere ho trovato molte persone dispo- cibili oltre tutto sono.



Osservazioni e scambio in gruppo.

Anche se nelle scritture compaiono qualche volta agenti, volontari, educatori e famigliari, le relazioni di solidarietà e sostegno, materiale e psicologico, vengono per la gran parte dalle **altre donne detenute**. Che:

- **Sostengono** • **Aiutano materialmente** • **Come sorelle** • **Come una seconda mamma** • **Amiche anche dopo il carcere**
- **Il gruppo delle ragazze nigeriane (solidali, accoglienti)**
- **Prendersi cura l'una dell'altra** • **La scrivana (aiuto e informazione)** • **Aiuto dopo l'impatto duro dell'ingresso** • **Donne di spessore morale ed esperienza** • **La sorpresa di incontrare persone belle** • **Mondi nuovi (le persone trans)**

Abbiamo concluso con un piccolo gioco "poetico": un **Petit Onze** (Piccolo undici, poesia inventata dagli scrittori surrealisti) **dedicato a chi mi ha aiutata**.

Petit Onze Poesia alla maniera dei Surrealisti

Esempio		Dedicato a chi mi ha sostenuta
1 parola X	Luce	GRATIE,
2 parole XX	passi leggeri	AUTI CAIN
3 parole XXX	da una finestra	NEL GEUNO BUIO
4 parole XXXX	lei posa lo sguardo	IN QUESTO SPAVENTOSO INCHI
1 parola X	lontano	FINIPA.

Petit Onze Poesia alla maniera dei Surrealisti

Esempio		Dedicato a chi mi ha sostenuta
1 parola X	Luce	Donne
2 parole XX	passi leggeri	che voi tutti
3 parole XXX	da una finestra	insieme pronomia dasei
4 parole XXXX	lei posa lo sguardo	la forza di avanzare
1 parola X	lontano	illuminando.



Qualche considerazione finale.

Certi fattori di stress, come la convivenza forzata, la poca solidarietà o il razzismo, sembrano rovesciarsi o comunque ridimensionarsi quando si entra nelle storie delle relazioni concrete.

Abbiamo esplorato insieme la nascita di rapporti solidali e di vere e proprie amicizie, che a volte resistono anche fuori dal carcere; abbiamo scoperto che il gruppo delle ragazze nigeriane è visto come accogliente e solidale anche verso le altre e che il mondo delle persone trans è fatto di sensibilità e disponibilità. Che la concellina, quando ci si sceglie a vicenda, può diventare una sorella o una seconda mamma. Che c'è chi sa e può aiutare nel momento, sempre duro, dell'impatto del primo ingresso, spiegandoci come vivere e sopravvivere qui dentro...

A fronte di conflitti e di comportamenti ostili o aggressivi, che pure ci sono, c'è un mondo di solidarietà e sostegno. Ci siamo dette: dovremmo dare valore a tutto questo, essere più solidali, mettere insieme tutte le risorse che abbiamo.

**Il quinto tesoro.
Mi guardo attorno.
Ovunque è possibile
trovare persone e
risorse per far fronte
alla vita.**





6

ALLA FINE DEL VIAGGIO... IL TESORÒ!

Questo incontro conclusivo ha riattraversato il lavoro svolto in queste settimane. Volevamo trovare insieme il senso che questo viaggio ha avuto per voi e capire cosa “vi portate a casa” di utile e positivo, per voi stesse e per il gruppo.

 Noi abbiamo messo insieme tutte le parole chiave e i concetti che avete proposto e che in gruppo abbiamo esplorato e scoperto insieme, incontro per incontro...

 ...e a voi abbiamo chiesto di fare lo stesso, tirando fuori dalla vostra cartellina i vostri giochi autobiografici e gli scritti. Ognuna ha poi preso da questo **tesoro individuale e collettivo** le parole chiave, i significati, i punti di forza per lei più importanti. E ha riempito così il suo **scritto** personale, il **suo tesoro (non più) nascosto**.



Abbiamo condiviso i nostri scrigni, commentato, osservato, scambiato riflessioni. E poi siamo tornate al gruppo: a ognuna è stato chiesto di regalare al gruppo una o più parole chiave davvero importanti per tutte. Qualcuna ha dedicato le sue parole a ognuna, in modo personalizzato. Tutte quelle risorse, quelle riflessioni, quelle capacità, messe insieme, ci hanno fatto vedere **un formidabile tesoro collettivo!** Il potenziale bellissimo del gruppo è sotto i nostri occhi...



Vi abbiamo chiesto di valutare il percorso che abbiamo fatto insieme: serve a voi per fare il punto, serve a noi per capire se il laboratorio ha funzionato. Le vostre valutazioni ci servono a migliorare. **La valigia. Cosa mi porto a casa da questo laboratorio?**

Laboratorio a Firenze:

- Ricordi belli
- Coraggio per affrontare la situazione
- Condivisione di ciò che sono
- Riconoscimento
- Controllo della rabbia
- Fede in Dio
- Autonomia (dai genitori)
- Forza
- Ambizione
- Obiettivi
- Imparare la lingua italiana
- Pensare al futuro
- Veri amici
- Sofferenza/gioia
- Riflessione su di sé
- Condivisione dei problemi
- Riutilizzare l'esperienza in positivo fuori
- Fiducia e supporto esterno
- Libertà
- Tenerezza
- Forza
- Essere speciale
- Tristezza superata
- Sfida superata
- Esperienza
- Messa in gioco
- Raccontare alla famiglia
- Ringraziamento per l'amicizia (tra compagne)
- Ringraziamento al gruppo del progetto



Laboratorio a Pisa:

**•Consapevolezza •Valori •Tenacia •Ricordi •Collaborazione
•Rielaborazione •Sofferenza •Sorellanza •Amicizia •Bella
esperienza •Conoscenza reciproca e su me stessa •Valori
della vita •Rapporti con le volontarie • Rimettersi in gioco
•Condivisione delle preoccupazioni •Aver capito molte cose
•Sorrisi •Relazione •Amicizia •Allegria •Rispetto •Ricordi
belli e brutti •Forza •Amicizia •Conoscenza con le altre e
conoscenza di sé •Rapporti con il gruppo del progetto**



In chiusura, un saluto e un augurio al gruppo. Un gomitolino di lana passa di mano in mano, a ogni passaggio ognuna fa un augurio alla compagna a cui lancia il gomitolino. Alla fine, ci ritroviamo in una fitta trama di fili colorati che ci tiene insieme. Circolano emozioni e commozone....





MESSAGGIO NELLA BOTTIGLIA DI LIZ E SUSANNA

Care tutte,

prima di tutto grazie per questo incontro, per la disponibilità, intelligenza e sensibilità che avete dimostrato in questi sei incontri. E anche per la generosità: avete raccontato, vi siete emozionate, avete pensato condividendo con il gruppo e con noi. Vi abbiamo proposto un lavoro su voi stesse che non è scontato, sappiamo che non sempre è stato facile ricordare, riflettere insieme, scrivere di sé. Ma speriamo che sia stato anche un percorso piacevole, non solo impegnativo.

Adesso, giunte alla fine del viaggio, quello che a noi resta è una storia intensa di donne: fatta di dolore e della durezza del carcere ma, anche e soprattutto, fatta di idee, sentimenti, e forza. Forza, lo sapete, è stata la nostra parola-chiave in questo viaggio, l'abbiamo cercata e "inseguita" in ogni gioco, in ogni scrittura, in ogni scambio in gruppo: forza di credere in se stesse, di ricominciare, di imparare ancora, di progettare futuro, di tenere duro. Questa forza è circolata nel gruppo, l'abbiamo potuta riconoscere.

Noi speriamo che questa piccola ma intensa esperienza fatta insieme a voi

sia servita. L'invito che di nuovo vi facciamo è questo: non dimenticatela mai, la vostra forza, continuate a vederla, a saperla trovare in voi, nella vostra esperienza di vita. E abbiatene cura, proteggetela, fatela crescere. Ricordate il nostro ultimo incontro? Il titolo era "lo cerco attorno a me": attorno a noi, anche nei luoghi più difficili come il carcere, c'è sempre qualcuno o qualcosa che può sostenere la nostra forza. E ricordate lo "scricigno del tesoro nascosto" del gruppo? Ecco, insieme si è più forti nel sostenere le sfide della vita.

E soprattutto, non accettate mai alcuna etichetta: voi siete molto, molto di più.

Un abbraccio,

Liz e Susanna

Il gruppo di lavoro è formato da **Grazia Zuffa**, che è coordinatrice del progetto, **Serena Franchi**, ricercatrice, **Liz O'Neill** e **Susanna Ronconi**, conduttrici del laboratorio, **Leonardo Fiorentini**, segreteria organizzativa, progettazione grafica e web.



La società della ragione

onlus

Società della Ragione
Piazza di Bellosguardo 6
50124 Firenze
www.societadellaragione.it

**Progetto sostenuto
con i fondi Otto
per Mille della
Chiesa Valdese**

otto
per
8 mille

CHIESA VALDESE
UNIONE DELLE CHIESE METODISTE E VALDESI

