

Carità profonda

Ogni uomo cerca

Qualcuno che lo aiuti a realizzare

Il suo io migliore,

a capire il suo io nascosto,

qualcuno che creda in lui

ed esiga da lui il meglio.

Quando possiamo

Fare questo per l'altro,

non dobbiamo tirarci indietro.

Kalil Gibran

Zone di contatto: regole di comportamento adeguato

Zona pubblica (ambiente esterno, sono tra la gente)

- avere un comportamento amichevole
- non fare una questione personale di quello che succede

Zona sociale (ambiente specifico, ho un ruolo)

- rispettare l'ambiente e le sue regole
- partecipare attivamente
- non prendere nulla in modo personale
- restare nei confini del proprio ruolo
- fare al meglio l'attività che si sta facendo e non cercare di controllare gli altri

Zona personale (riconosco e sono riconosciuto al di là del ruolo)

- Rispettare i tempi e la disponibilità dell'altro
- Apertura nell'esprimere opinioni personali e nell'ascolto di quelle degli altri
- Autenticità nei rapporti
- Esporsi nel manifestare i propri bisogni

Zona confidenziale (tra persone in relazione amicale, oltre il ruolo)

- disponibilità ad influenzamento reciproco
- Sincerità ed espressione delle proprie emozioni
- Manifestazione dei sentimenti

Zona intima (tra 2 persone che si amano, implica sentimento di reciprocità)

- Rispettare i tempi e le modalità di espressione dell'altro
- l'intimità è mantenuta e alimentata con ciò che si fa con l'altra persona nelle altre zone
- l'intimità non astrae dal mondo

TIPI DI CONFINI

Conoscere e rispettare i propri confini permette di imparare a conoscere e rispettare quelli degli altri

- **CONFINI FISICI** (Regole su come ci si può avvicinare, quanto e in quali circostanze)
- **CONFINI MENTALI** (Capacità di definire e difendere i propri pensieri, salvaguardare la propria dignità, usare il proprio potere personale)
- **CONFINI EMOTIVI** (Riconoscere ed assumere le proprie emozioni e difendersi da quelle degli altri, decidere chi escludere o includere nel proprio mondo affettivo, attuazione dei meccanismi di difesa)
- **CONFINI SOCIALI** (Individuare ciò che appartiene a sé o agli altri, diritti e doveri, regole da rispettare, regole sulla riservatezza, proprietà, appartenenza, reciprocità)
- **CONFINI SPIRITUALI** (Rispettare la libertà di scelta e di credo, distinguere tra responsabilità propria e di Dio)

RIFLESSIONI PER STABILIRE I PROPRI CONFINI

- Confini di tempo (quanto tempo dedico? Di quanto tempo ho bisogno io, la mia famiglia, il mio lavoro, le mie attività)
- Confini emotivi (quanto spazio do? Quanto spazio emotivo voglio/posso dare a questa persona, situazione, attività...)
- Confini economici (quanto spendo? Quanto dei miei beni voglio dare a questa persona, attività...)
- Confini di reciprocità (quanto lascio che l'altro si avvicini? Quanto mi aspetto dall'altro?)
- Confini di durata (per quanto tempo? Fino a quando intendo impegnarmi con questa persona, attività...)
- Confini di importanza (a che livello mi impegno? Quale significato voglio dare a questa relazione, attività...)
- Confini di ruolo (qual è il mio ruolo? Cosa comporta questo ruolo, quali i compiti e le finalità di questo ruolo?)

FARE VOLONTARIATO

LIMITI

- **Non infrangere le leggi e le norme del carcere (conoscerle)**
- **Non consigliare in ambito giuridico**
- **Non sostituirsi al lavoro degli operatori**
- **Non entrare in merito a colpevolezza o innocenza**
- **Non interessarsi del ‘reato’ ma della persona**
- **Non contattare coloro che sono implicati nel reato**
- **Non cercare di mediare tra le vittime**
- **Non portare in carcere qualcosa senza autorizzazione**
- **Non fare uscire dal carcere nessuna cosa senza autorizzazione**

POSSIBILITA’

- **Colloqui di compagnia e di sostegno**
- **Contatti con i famigliari (se non implicati e se richiesto dalle due parti)**
- **Attività ricreative**
- **Attività educative**
- **Attività spirituali**
- **Disbrigo pratiche**
- **Contatti con avvocati e assistenti sociali**
- **Collaborazioni con operatori penitenziari**
- **Recupero e consegna vestiario**
- **Raccolta fondi per le attività**
- **Attività di sensibilizzazione dell’opinione pubblica**
- **Dare un sostegno economico ai bisognosi**

‘ESSERE’ VOLONTARI

LIMITI

- Non avere pregiudizi
- Non sentirsi ‘salvatori’
- Non cercare gratificazioni
- Non promettere soluzioni
- Non lasciarsi ‘sbilanciare’
- Non giudicare
- Non ‘sconfinare’
- Non sentirsi superiori
- Non manipolare
- Non parteggiare

POSSIBILITA’

- Essere positivi
- Essere fiduciosi
- Essere consapevoli
- Essere affidabili
- Essere disponibili
- Essere discreti
- Essere aperti
- Essere di aiuto
- Essere chiari
- Essere centrati

Atteggiamenti a rischio nel rapporto con i detenuti

- **Eccesso di coinvolgimento**
- **Senso di impotenza, frustrazione**
- **Rifiuto della situazione, non accettazione**
- **Conflitto, contrapposizione**
- **Freddezza per difesa**
- **Superficialità, evasione**
- **Disgusto per il reato commesso**
- **Sfiducia, mancanza di speranza**

MOTIVI DI CONFUSIONE NELLA RELAZIONE DI AIUTO

- Proteggere le persone dal subire le conseguenze dei loro comportamenti
- Essere inconsistenti nello stabilire i confini con gli aiutati (per es. lasciare che siano loro a stabilire le regole)
- Continuare a prendersi cura delle persone che si aiutano nello stesso modo man mano che crescono
- Sentirsi irritati o feriti quando le persone fanno scelte diverse da quelle proposte
- Lasciarsi intimorire dalla collera di coloro che si aiutano
- Lodare l'obbedienza e favorire l'attaccamento piuttosto che una sana indipendenza
- Sentirsi abbandonati quando all'aiutato non 'serviamo' più o in competizione con altre persone aiutanti.

**PRINCIPI PER UN CORRETTO ATTEGGIAMENTO
NELLA CONDUZIONE DEL COLLOQUIO (secondo Rogers)**

1. Accoglienza e non iniziativa (che forza a rispondere a domande e a reagire)
2. Essere centrati su ciò che è vissuto dal soggetto e non sui fatti che racconta
3. Interessarsi alla persona, non al problema in quanto tale
4. Rispettare il soggetto nella sua maniera di vedere e di vivere
5. Facilitare la comunicazione e non dare interpretazioni

Alcuni errori comuni nella relazione in carcere:

- Proteggere con indulgenza
- Dare ragione/dare torto
- Predicare/pontificare
- Dare giudizi su persone, fatti
- Parlare di altre persone, se stessi
- Fare paragoni
- Non mantenere la segretezza
- Dare consigli
- Parteggiare
- Intromettersi (anche se sollecitati) nelle situazioni famigliari o processuali

Punti di attenzione:

- Attenzione all'ambiente (luoghi, agenti, detenuti, altri operatori)
- Attenzione alle proprie emozioni per gestirle
- Smascherare i propri pregiudizi
- Discretezza, non parlare di cose personali se non davanti all'interessato
- Rischio di sensazionalismo, curiosità

STILI DI COMPORTAMENTO

Interpretazione

Vuole fornire un chiarimento, una spiegazione. Può essere:

- Interrogativa (forse perché...?)
- Affermativa (diagnosi)

C'è il rischio di distorcere, di tradurre tendenziosamente. Genera senso di incomprensione, blocco, una nuova spiegazione difensiva.

Si razionalizza e non si approfondisce, si tiene conto solo dell'aspetto razionale.

Valutazione

Dà un giudizio morale, di valore, che chiama in causa le persone.

È sintomo di una reazione difensiva verso tutto ciò che è estraneo al proprio sistema di valori. Risulta una critica o approvazione. Genera:

- sottomissione per ottenere approvazione
- inquietudine, inibizione, colpevolezza, ribellione contro un giudizio che si rifiuta.

Risoluzione (atteggiamento autoritario)

Indica una soluzione attraverso consigli, direttive, suggerimenti. Si decide per l'altro (devi fare...), proiettando il proprio desiderio o opinione. Genera:

- la sensazione per se stessi di 'fare' qualcosa
- dipendenza nell'altro, evitandogli di trovare una soluzione personale
- La relazione si basa sui problemi e non sulle persone

Indagine (curiosità)

Si cerca di saperne di più, si fanno domande. Può essere originata da curiosità, per orientare verso ciò che sembra importante, senza lasciare spazio all'altro di esprimersi.

In alcuni casi, usata con cautela, può aiutare a prendere coscienza.

Attenzione: spesso genera diffidenza e rifiuto. O anche menzogna

Supporto

Si dà sostegno affettivo all'altro, attraverso incoraggiamento e consolazione. Genera un conforto immediato, ma deve essere di breve durata, per non produrre dipendenza affettiva e sconforto nel lungo periodo. C'è il rischio di paternalismo. Può essere un tentativo di fuga dalla vera comprensione.

Comprensione empatica

È lo sforzo di capire la situazione dal punto di vista della persona che la vive, attraverso la comunicazione calma e calorosa, partecipe di ciò che si è capito.

Si presta più attenzione alla persona che al problema. Genera fiducia e sollievo nell'essere compresi e accettati.

Questo stile di comportamento è ottimale e può essere vissuto in tutte le circostanze.

Capire

Prima di avere uno scambio

Bisogna capire

Prima di capire

Ascoltare

Prima di ascoltare

Osservare

Prima di osservare

Prepararsi alla differenza

Con interesse...

(Colette Bizouard)