

## PERCORSI INTERATIVI SULLA PRATICABILITA' DEL PERDONO

**CE:SE:DI:** in collaborazione con Ass. “Università del Perdono” – ONLUS.

**Destinatari:** -Studenti Istituti di secondo grado e Istituzioni formative

- Docenti e formatori.

La società attuale si caratterizza per la presenza di alcuni aspetti che incidono profondamente nelle modalità di pensiero e comportamento:

- a. Il consolidamento della *contrapposizione duale*, basata su pregiudizi che ripropongono schemi prevalentemente antitetici: *buoni/cattivi, offensori/offesi, autori/vittime di violenza, azione/reazione uguale e contraria, inclusi/esclusi*.
- b. L'indeterminatezza di punti di riferimento e di valori stabili immerge ogni persona –e a maggior gli studenti che vivono i cicli evolutivi della pre-adolescenza, adolescenza, giovinezza- in una “*società liquida*” (Z. Bauman), *senza forma, facilmente permeabile da fattori di spinta e di attrazione che abbiano visibilità e rilevanza mediatica*.
- c. Nonostante le iperconnessioni multiple e continuative, i fenomeni di solitudine, del *solo tra la folla*” che vive nel ‘*non-luogo*’ e ‘*non-tempo*’ (M. Augé) sono sempre più diffusi ed inquietanti, rischiosi per i ragazzi.

Da tali considerazioni derivano 2 interrogativi:

- *Come riuscire ad offrire un orientamento e qualche strumento perché i giovani possano rispondere in modo critico e consapevole a istanze relazionali, intersoggettive e sociali per superare le condizioni di contrapposizione?*
- *Come poter stare meglio con se stessi e con gli altri?*

**Obiettivi.** Sono riconducibili alle seguenti constatazioni:

- L'offesa è una ferita inferta dal *soggetto/autore* e subita dalla *vittima*.
- Le conseguenze dell'offesa segnano visibilmente la vittima: se non ha la forza di reagire somatizza, rivolge verso se stessa l'aggressività, prova rabbia, rancore e risentimento verso l'offensore, matura propositi di rivalsa, cerca la vendetta, amplifica e consolida il disagio, aumenta il dispendio delle proprie energie per mantenere in vita l'odio e i motivi che giustifichino la reazione offensiva.
- Insomma, la vittima finisce per condannare ed essere l'offensore inconsapevole di se stesso e, attraverso il sentimento di odio rivolto al proprio offensore, rimane a lui legato, condizionato, imprigionato .

Gli **obiettivi**, pertanto, sono:

1. Offrire consapevolezza rispetto alle dinamiche dei processi di contrapposizione e conflitto;
2. Superare gli effetti indotti dalla contapposizione e dalla conflittualità;
3. Rilevare in ogni persona la presenza della dote umana della capacità di perdonare;
4. Comprendere che il Perdono è prima di tutto un dono rivolto a se stessi per migliorare il proprio ben-essere;
5. Sperimentare l'efficacia del Perdono come modalità di rapportarsi dapprima con se stessi e poi, se si verificano le condizioni, con gli altri;
6. Capire che il Perdono non equivale e nemmeno può cancellare la responsabilità del passato e il dolore per le ferite sofferte, ma serve a liberare da quei legami che possono condizionare il futuro e restringere prospettive ed orizzonti;
7. Costatare che il Perdono è un atto di benevolenza e di giustizia verso se stessi;
8. Sperimentare la possibilità di ricomporre la propria esistenza e la propria convivenza riacquistando autonomia e dignità;
9. Costatare che il Perdono è l'azione propedeutica verso la Riconciliazione, se la vittima è consapevole e coscientemente intenzionata e se l'offensore ha compiuto una revisione critica dei propri valori di riferimento.

## Contenuti.

1. I rapporti interpersonali: la pulsione aggressiva, il bullismo, la violenza fisica, psichica, morale, sessuale;
2. La persona e i sentimenti: affettività ed emotività, amore/odio, la memoria dell'offesa, la pulizia (catarsi) della relazione interpersonale;
3. La ferita aperta: curarla o lasciarla andare in necrosi?
4. Cause soggettive e sociali della violenza;
5. Effetti della violenza e della reazione ostile: la sicurezza in se stessi, il senso della vita, la relazione con gli altri e la convivenza;
6. La vittima: sintomi post-traumatici dell'offesa, della ferita: incubi, insonnia, disagio psicologico, sentimento di estraneità, perdita di autonomia e sicurezza, affettività ridotta, ...);
7. Aspetti cognitivi, emozionali, spirituali, comportamentali conseguenti alla reazione ostile all'offesa;
8. Ponderazione dei risultati generati dalla rabbia e dall'odio e dei risultati generati dalla pratica del Perdono *in relazione a salute, risparmio di energie, emozioni, intelligenza, relazioni intersoggettive, progettualità individuale*;
9. Anamnesi personale: come ho risposto alle offese? Cosa ho imparato dalla mia esperienza? Cosa posso imparare dall'esperienza di altri?
10. Lettura e commento di brani significativi;
11. La scelta e la decisione di perdonare: atto di intelligenza, di sano egoismo, di liberazione e terapia;
12. Confronti in gruppo: perché (non) ritengo giusto perdonare?
13. Giochi di ruolo;
14. Storie esemplari: dalla cronaca dei media (=episodi di stalking, femminicidio, violenza fisica, psichica, morale, tradimenti, maldicenza, ...)
15. Analisi situazionale: riferimento e discussione di fenomeni desunti dai media (=cyberbullismo, mobbing, cybersessismo, cybermisoginia, violenza e discriminazione di genere, omofobia, ...)

## Metodologia, strumenti, tempi.

L'offesa fa parte delle esperienze comuni, dei vissuti di ognuno, a cominciare dall'infanzia.

La **metodologia** privilegia l'impostazione interattiva dove i singoli (docenti e studenti) possono sempre sentirsi partecipi, coinvolti e protagonisti; viene sollecitato il confronto di opinioni, di idee, di esperienze.

Pur avendo una strutturazione compiuta, questo percorso formativo è *duttile, versatile, capace di adattarsi ad esigenze specifiche dei destinatari, alle loro aspettative, al livello di istruzione, alle capacità di assimilazione.*

Gli **strumenti** specificamente utilizzati: *lo schema che indica i tempi e la progressione dei contenuti; la traccia-dispensa; il testo "Il Perdono. Un itinerario pedagogico e formativo"; lettura di brani e commenti (Alcuni brani possono essere proposti dai frequentanti); giochi di ruolo; anamnesi e rielaborazione di episodi narrati dai docenti, studenti; utilizzo di simboli; alternanza tra lavori di gruppo, sottogruppi, individuali.*

Il percorso può essere modulato anche in termini di **durata** (di ore da dedicare), salvaguardando comunque, la quota standard di ore che consente di raggiungere alcuni obiettivi significativi. Si chiede la disponibilità di *2 ore consecutive per ogni incontro e nello stesso anno scolastico, e di almeno 3 incontri non troppo distanziati nel tempo.*

In accordo con gli insegnanti si chiederà agli allievi di compilare un test di verifica.