

NOI
in famiglia
numero 378

Canale web
www.avenire.it/famiglia

Si può accedere
anche con il QR Code



SOCIETÀ

Un laboratorio interattivo dedicato alle preadolescenti (10-12 anni) e alle loro mamme in cui si affrontano, con semplicità e momenti ludici, aspetti fisiologici e valoriali in un confronto trasparente

Il "corpo racconta" progetti d'infinito

LUCIANO MOIA

Stare bene con la propria sessualità, con il proprio corpo, con il pensiero del proprio corpo. Non è un obiettivo da poco di questi tempi, con un numero crescente di ragazze disorientate e confuse, troppo spesso incapaci di gestire le tante sollecitazioni che arrivano da amici, social e da un clima in cui tutto può essere rimesso in discussione, rovesciato e riorganizzato.

Lo sanno bene i genitori che cercano di fronteggiare i problemi delle loro adolescenti alle prese con autentici o presunti problemi di identità di genere. In tanti casi si tratta di situazioni da non sottovalutare e che richiedono il sostegno di uno specialista. In altri basterebbe forse accompagnare le ragazze a una serena e meditata scoperta del proprio corpo, della sua anatomia e fisiologica, dell'igiene, del ciclo mestruale con i suoi segnali di fertilità, del significato autentico di "fare l'amore" che è relazione bella e appagante e non coincide con il "fare sesso". Facile a questo punto l'obiezione. «Ma come? Le nostre ragazze sanno già tutto. Prima ancora che i genitori possano aprire bocca, quelle già spiegano come un libro aperto». Sanno tutto forse, ma a modo loro. Anzi, nel modo "insegnato" dalle amiche, dai social, dai siti web. Quindi in modo confuso, più denso di suggestioni che di sicurezza. Che non è certo la strada giusta per comprendere il mistero della vita, i cambiamenti del corpo con la pubertà, il significato di una parola preziosa come pudore, le differenze di ruolo maschile e femminile, la femminilità, la bellezza, l'autostima, le emozioni, come riconoscerle, esprimerle, gestirle. E anche il significato del piacere, il linguaggio del corpo, l'amicizia e l'amore.

Un giorno di vent'anni fa, Fabia Ferrari, insegnante di metodi naturali e consulente psico-sociale residente a Lugano, rifletteva su questi aspetti e pensava a come sarebbe stato bello mettere a punto un percorso per accompagnare le ragazze a scoprire il significato dell'amore, quello trasparente e sereno che si esprime con il cuore e con il corpo insieme. Non c'era nulla, o quasi, tra le proposte allora a disposizione che a suo parere riuscisse a conciliare in modo efficace un bisogno educativo tanto naturale, eppure tanto trascurato, con le richieste di associazioni, comunità ma anche di tanti genitori. Così Fabia si è messa alla scrivania, ha buttato giù i primi appunti, si è confrontata con le colleghe e amiche del Clomb (Centro lombardo metodo Billings) e ha deciso che sì, un tentativo andava fatto. E quindi, perché non proporre a mamme e ragazzine quello che era stato progettato? «Le mie colleghe hanno provveduto a raggruppare sette mamme con figlie adolescenti e siamo partite». È nato così *Il corpo racconta*, forse il percorso più noto e diffuso di educazione all'affettività e alla sessualità del nostro Paese. Oggi quell'intuizione è diventata un metodo apprezzato e replicato in tante diocesi, parrocchie, movimenti, è cresciuta, si è arricchita di tanti consigli e dell'esperienza accumulata dalla stessa ideatrice in tanti incontri, da Nord a Sud. «Penso di aver fatto il giro d'Italia con il Corpo racconta. Ogni occasione di confronto è stata preziosa per migliorare il percorso, per attualizzarlo, per renderlo sempre più aderente alle esigenze delle mamme di oggi». Lo schema di fondo però è sempre fedele all'intuizione delle origini. Dal *Corpo racconta* sono nati gli incontri *Mamma & Figlia*, momento educativo-formativo rivolto a ragazzine di 10-12 anni accompagnate dalla mamma. Due incontri di tre ore ciascuno su sessualità e affettività. «Cerchiamo di fare in modo che i grup-

*Mette in luce la bellezza della femminilità
il percorso ideato oltre vent'anni fa
da Fabia Ferrari e costantemente aggiornato*

pi non siano troppo numerosi - dice ancora Fabia Ferrari - ci sembra che sette coppie mamme-figlia, in cerchio attorno a un tavolo, possa essere un numero adeguato». Si prende spunto dalle mestruazioni e si punta a dare un senso positivo alla femminilità, alla maternità,

alla fertilità. «Nessuna lezione di anatomia però - riprende l'esperta - ma una sorta di laboratorio interattivo con esempi semplici. Io, per esempio arrivo sempre con un cestino adagiato su una tovaglietta rossa e spiego che l'utero è un nido morbido e accogliente e le ovaie so-



Sopra,
Fabia
Ferrari,
l'ideatrice
del
percorso
educativo
per ragazze
"Il corpo
racconta"



LA PROPOSTA DELLO PSICOLOGO DANIELE MASINI PER GENITORI E ADOLESCENTI INSIEME

Padri e figli, lezioni d'amore al maschile «Verità e gentilezza, virtù da coniugare»

DANIELE MASINI

Un cerchio dove papà e figli vivono un'esperienza insieme, in un contesto inedito fatto solo di uomini. È questa la proposta formativa *Noi uomini: alla scoperta del legame affettivo e dello sviluppo sessuale. Corso papà-figlio*, nato dalla proposta di Fabia Ferrari creatrice del corso *Il corpo racconta* (di cui parliamo qui sopra, ndr). La versione originale, creata da



Daniele Masini

Stefano Artaria, mi è arrivata grazie a Lorenzo Rizzi: proposta che ho rivisitato e rimodulato con aggiunte personali. Promuovo il corso soprattutto a Bergamo, dove lavoro, al Consultorio familiare Zelinda della Fondazione Angelo Custode Onlus, ma anche in Svizzera, Veneto, Romagna, Trentino e Sicilia.

Il corso, rivolto a ragazzi di età compresa tra i 10 e i 12 anni e ai loro papà, si struttura in tre momenti: il primo con papà e figli insieme, il secondo solo con i papà e il terzo nuovamente con papà e figli insieme. Un cammino che vuole celebrare e valorizzare il rapporto tra ogni padre e il proprio figlio maschio.

Al primo incontro arrivano tutti un po' spaesati, non troppo convinti. La partenza è in salita, occorre conquistarli, bisogna alleggerire l'atmosfera: proprio per questo l'inizio del corso si basa su giochi di presentazione frizzanti, in cui il papà presenta il figlio e il figlio

presenta il padre parlando in prima persona: il papà dirà "Ciao sono Paolo, ho 11 anni..." e si comincia così a introdurre il concetto di empatia. Questa attivazione smorza la tensione e gli animi si fanno più disponibili, si comincia a giocare, il nuovo tema è quello della comunicazione efficace, interpretata come un lancio riuscito di un oggetto, nel nostro caso dei pennarelli: bisogna cercare di non farli cadere, facendo attenzione all'altro, notando se è pronto, se è il momento giusto; si riporta l'attenzione al fatto che il motivo della partecipazione al corso è proprio facilitare le comunicazioni intorno ad un tema importante e meraviglioso: l'amore. Questo tema richiede sempre e comunque cura e intenzionalità. Si introduce il tema dell'anatomia e della fisiologia degli apparati riproduttori maschili e femminili, mentre il rapporto sessuale viene metaforizzato. Si arriva al parto e si chiede ai papà di raccontare al proprio figlio come l'ha vissuto. Si propone la prima pausa, e poi si ricomincia solo con i figli, mentre i padri escono a compilare dei materiali utili nel terzo incontro; con i ragazzi si affronta il tema dell'evoluzione del sentimento amoroso nel tempo (amicizia speciale, cotta, innamoramento, amore progettuale) e poi il tema dei cambiamenti puberali nel maschio e nella femmina. Al rientro in aula, a conclusione al primo incontro, si ascolta insieme una canzone che descrive lo stato confuso e contraddittorio dell'età adolescenziale.

Nel secondo incontro, solo con i papà, si comincia con un ragionamento su come educare i propri figli all'affettività e alla sessualità. Si parla dell'imbarazzo ad affrontare questi argomenti e quali possono essere gli stratagemmi per superarlo. Si mette a tema l'importanza del ruolo del padre nell'educazione affettiva e sessuale del figlio maschio, che diventa testimone autorevole di un universo di bellezza e di poesia, necessario per dare un imprinting di gentilezza e di verità, argine all'esplicita volgarità della pornografia e alla violenza di genere. Altro tema affrontato nell'incontro serale con i papà è quello della scarsa cultura maschile intorno ai temi in questione.

Nel terzo incontro ci sono di nuovo papà e figli insieme: in genere sono tranquilli e ben disposti. Si comincia parlando di adolescenza, dei suoi cambiamenti e delle sue difficoltà di riconoscimento reciproco: il tema viene portato attraverso uno scambio dialogico messo in scena tra il conduttore e uno dei ragazzi, che interpretano il primo un papà in cerca di aiuto e il secondo un professionista del settore psicologico. La lettura permette di far emergere temi interessanti come la musica preferita dalle nuove generazioni, lo slang, i videogiochi, i social e su questo ci si confronta alla presenza dei figli. Si prosegue affrontando le emozioni coinvolte nell'amore: piacere, pace, empatia, attaccamento, ecc.; le emozioni sono tutte necessarie nell'amore per non perdersi parti fondamentali del sentimento. Il corso si conclude con un'attivazione molto carica di emozioni che porta papà e figlio, uno di fronte all'altro, a leggere le risposte date a un'intervista. Qui regna il silenzio, qualche voce si spezza, qualche papà si lascia andare a qualche lacrima, il clima di affettività è bello e potente.

L'INCHIESTA

**Affettività e sessualità
Come accompagnare
i nostri adolescenti?**



Dopo cinque puntate si conclude qui il nostro viaggio attraverso le buone prassi educative per accompagnare i nostri figli adolescenti alla scoperta del pianeta affettività e sessualità. Ma è una tema che non intendiamo mettere da parte. Quindi la pausa è solo temporanea. In queste cinque puntate - gli articoli si ritrovano tutti su www.avenire.it nel canale famiglia/affettività - abbiamo dato spazio ai numerosi percorsi proposti dalle diocesi, come Mantova - con l'impegno ormai decennale dei coniugi Flavia e Claudio Amerini - e come Ragusa, dove grazie allo sforzo dei coniugi Delizia e Nicandro Prete è partito un nuovo percorso per padri e figli. Ma abbiamo raccontato anche di Treviso e di altre diocesi. E poi abbiamo focalizzato le iniziative su vasta scala dei Salesiani e del Focolari. Nel primo caso sono stati don Miguel Angel Garcia Morcuende e Antonella Sinagoga, autori del nuovo sussidio, *Una pastorale giovanile che educa all'amore*, a spiegarne i criteri. Gli stessi che caratterizzano gli itinerari usciti proprio in questi giorni. Mentre per quanto riguarda i Focolari abbiamo dato spazio al progetto internazionale *Up2Me*, esperienza relazionale di reciprocità diffusa in 30 nazioni di 4 continenti. In precedenza (10 dicembre) avevamo raccontato il progetto *Teen Star* i cui formatori vengono preparati all'Università Cattolica e *Una storia unica* (17 dicembre), ideato dallo psicologo e psicoterapeuta Saverio Sgri.

Ma anche i due ladroni cantano lodi a Gesù

ANTONIO MAZZI

Non parliamo quasi mai dei due ladroni che sono stati crocifissi a destra e a sinistra del nostro Cristo, sul Golgota.

Perché ha scelto di essere in croce anche tra due ladroni? Non era sufficiente vederlo e "sentirlo" crocifisso, solo e distrutto nel cuore, nelle mani e nei piedi? Non sono stati sufficienti i tre anni di vita pubblica come li ha vissuti lui. Li ha voluti anche sul monte i disperati, i diversi, gli irregolari, perché fossero in qualche modo identificati con lui?

Ho pensato tante volte a quei due, soprattutto alla capacità di Cristo di mandarne in Paradiso uno: ("In verità ti dico: oggi sarai con me in Paradiso") che giustamente dice all'altro suo compagno "Non hai

proprio nessun timore di Dio. Noi giustamente, riceviamo la pena giusta, Lui invece non ha fatto nulla di male".

Perfino dal calvario ci arriva una notizia straordinaria, inaspettata, a seguito di una semplice preghiera fatta da un estraneo ai progetti di Cristo. L'ha detta così, come si dicono le cose, dalle quali non si aspettano risposte.

"Gesù ricordati di me, quando andrai nel tuo regno".

Il povero ladrone nemmeno sapeva come si chiamava il regno, però ha rischiato. Questo appello riguarda l'oggi di ciascuno noi, anche se onesti uomini, perché il Paradiso è sempre un grande regalo del Padre nostro che è nei cieli. Inoltre sarei curioso e felice se i due, proprio per il loro posto sul Calvario,

li avessero schiodati invece che lasciati morire (in tal caso il Paradiso avrebbe dovuto aspettare) e che poi, proprio in seguito a quell'esperienza e a quella "compagnia" fossero diventati i veri discepoli, ancora più veri di quelli veri. Perché è quello che tutti noi, tra i disperati, vorremmo vedere.

Ci sono tanti tipi di resurrezioni e questa non sarebbe minore dell'altra. La passione per l'uomo ci deve far perdere il sonno, deve farci sognare sogni intemperanti. Se Dio ha amato così tanto gli uomini da umanizzare il suo Figlio, credo che ci dovrebbe rimproverare se facciamo il contrario. E sarebbe ora che fossimo più uomini, non dico più ladroni. Fossimo gli uomini del Salmo 8: "Chi è l'uomo perché te ne ricordi. Chi è il figlio dell'uomo perché ti prenda

cura di lui?". E allora fatemi pensare che i due, qualche giorno dopo la Pasqua, erano tra le strade di Gerusalemme a cantare le "Beatitudini" che da poco tempo avevano imparato. Per essere concreto, vi riporto alcune righe della lettera di una persona che sta passando periodi difficili: "Negli ultimi anni, ripensando alla mia vita, ed agli errori che ho commesso, ho pensato che fosse necessario che mi concedessi il perdono. Ho intrapreso un percorso di assoluzione verso me stessa, sono arrivata a capire anche chi uccide... allora, non comprendendo bene quello che stava accadendo, ho incominciato ad ascoltare i tuoi video. Premetto che, pur essendo credente, sono poco praticante,

perché non mi piacciono i sacerdoti. Credo che la vita non sia stata dolce con me: sono nata per asfissia e mi è mancato sempre l'amore. Per molti anni sono stata alcolizzata e nessuno mi ha aiutato a venirme fuori. Credo che il buon Dio sia intervenuto tutte le volte che stavo per toccare il fondo... tuttavia non mi ha impedito di fare del male a mia mamma con le mani e a mio babbo con le parole. Devo conoscerli!". Ho riportato parte di questa lunga lettera per farvi capire il nostro lavoro e soprattutto per fare coraggio a chi ha un passato un po' meno difficile di quel dei ladroni. Qui, però, dovrei anch'io promettere alla signora il Paradiso, ma non sono il Padreterno. Però farglielo sperare, non sarebbe male!

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Il Vangelo spiegato ai ragazzi