



PERLEDONNE

associazione di volontariato di Marineo

INCONTRO PER RAGAZZE DAI 12 AI 18 ANNI

1^A INCONTRO : SEI UNICA MA NON SOLA!

RACCONTIAMOCI....



SABATO 30 APRILE 16.30

SEDE PERLEDONNE VIA RANDAZZO 19 MARINEO

PROGETTO “Tutto a posto, niente in ordine”

– Adolescenza al femminile -

Il Progetto prevede un Ciclo di incontri di gruppo, rivolto a ragazze adolescenti tra i 12 e 18 anni, durante il quale le stesse avranno la possibilità di confrontarsi, esprimersi, conoscersi, riflettere insieme, mettersi in gioco attraverso diverse attività, anche in base all'età (sport, musica, arte, ecc...).

Solitamente nel gruppo l'adolescente si riconosce in altri e con altri, condivide motivazioni e paure, trova sicurezza nell'accettazione degli altri e nella identificazione con gli altri: conosco chi sono perché mi riconosco negli altri e attraverso gli altri.

Sarà un viaggio dentro la loro età e le relative caratteristiche.

Le ragazze si riuniranno per un numero limitato di incontri per focalizzarsi, sotto la guida di due educatrici. Con l'aiuto di varie attività e tecniche espressive, si proverà a far vivere le loro emozioni, i loro vissuti, le loro esperienze, la loro percezione corporea.

Soprattutto attraverso il corpo, il soggetto sperimenta e verifica la propria sintonia col mondo esterno. Il corpo si costituisce in maniera autonoma e contemporaneamente si completa con l'incontro con l'altro.

Nell'adolescente l'immagine corporea si trasforma insieme all'universo mentale.

Il corpo, soprattutto quello femminile, è vissuto in mondo ambivalente: a volte esaltato e ostentato altre nascosto e punito.

L'obiettivo di questo progetto dunque sarà: creare, in un primo momento, un punto di riferimento, uno spazio aggregativo e ricreativo in cui le adolescenti potranno ascoltare se stesse e le altre, comunicare, e condividere le proprie emozioni e i propri pensieri.

In un secondo momento sarà quello di dare continuità al progetto stesso attraverso l'apertura permanente di un centro di ascolto.

Numero di partecipanti

Il numero massimo di partecipanti è variabile e da valutare in base all'adesione all'invito, saranno comunque tutte ragazze/adolescenti con età dai 12 ai 18 anni. Successivamente si prevede la divisione in gruppi in base alle età.

Tempo - numero di incontri

Saranno 7 incontri, ciascuno della durata massima di 1 ora e 15 minuti ciascuno, il sabato, a cadenza quindicinale circa, dalle ore 16 alle 17,15.

Luogo - dov'è il nostro spazio?

Presso la sede PerleDonne via Randazzo, 19 Marineo(Pa)

Attività - scelte metodologiche - tecniche

Gli incontri sono strutturati e seguono un approccio prevalentemente esperienziale, in cui ogni partecipante può apprendere e sperimentare alcune tecniche di comunicazione efficace, nonché partecipare alla riflessione intorno ai temi proposti dagli educatori e introdotti mediante situazioni concrete e stimolanti.

Vengono utilizzate prevalentemente tecniche ludico espressive e creative come disegno, movimento, musica, attività di improvvisazione/creazione, costruzione di storie, linguaggio verbale e non verbale, attività sportive e di percezione corporea

STRUTTURA DI UN INCONTRO DI GRUPPO

Si provvede all'allestimento di un setting adeguato.

Si inizia con il circle time: tutte le ragazze sono sedute in cerchio. Questa modalità consente di comunicare ciò che si pensa ed essere ascoltati poiché si è facilitati

dall'assenza spaziale di una struttura gerarchica. È adottata anche per tutti i momenti di discussione.

Segue la fase del warming-up che comprende delle semplici tecniche (giochi, sketch, scenette, interviste, discussioni, ecc.) volte a “riscaldare” l'ambiente, a creare, se non ancora presente un clima accogliente.

Si stabiliscono alcune regole per gestire positivamente l'incontro. Si propone una attività centrale specifica all'argomento/tema da trattare, approfondire, discutere.

Segue un momento di riflessione e verbalizzazione.

L'incontro termina con il debriefing per valutare ciò che si è fatto e che è accaduto.

Programma degli incontri:

1. 30/04/2022 - Presentazione del Progetto “Tutto a posto e niente in ordine”
2. 07/05/2022 - Chi sono io? (cartellone con foto) –
3. 21/05/2022 - Io e il mio Corpo
4. 04/06/2022 - Il mio corpo in relazione (limiti e libertà – disegno condiviso) –
5. 18/06/2022 - Le mie emozioni e le mie sensazioni – (conoscere le proprie emozioni e saperle gestire e ascoltare) –
6. 25/06/2022 - Passeggiata sensoriale
7. 02/07/2022 - Incontro finale – circle-time conclusivo