

Prevenzione dei matrimoni precoci e lavoro sulla parità di genere nelle zone rurali in Bosnia



Paola Cavazzuti, Claudia Filippetta



Workshop donne

Ciascun laboratorio prevede la presenza di una decina di donne di età compresa tra i 30 e 55 anni circa.

La maggioranza si è sposata intorno ai 13 o 14 anni e ha figli ormai adolescenti. Qualcuna svolge impieghi casalinghi presso altre famiglie, oltre ad occuparsi della crescita dei figli (dai 2 ai 7 per nucleo). Alcune sono separate, mentre altre hanno mariti che non lavorano in quanto afflitti da disturbi fisici o psichici o con problemi di alcolismo.

Le donne selezionate sono state riconosciute come potenziali portatrici di cambiamenti positivi nei contesti da cui provengono.



Cornice

Il progetto si sviluppa a partire da una richiesta di collaborazione dell'Associazione Tuzlanska Amica, una realtà che opera nell'ambito dell'assistenza umanitaria sul territorio bosniaco.

Dal 2013 a cadenza trimestrale Psicologi per i Popoli Emilia Romagna e Peace Games intrecciano le proprie competenze con quelle degli esperti di Tuzla, operando con donne ed adolescenti sul piano della prevenzione primaria e secondaria.

Si è scelto di selezionare come target del progetto persone provenienti dalle zone rurali, in quanto maggiormente esposte agli effetti negativi dell'isolamento sociale, della mancanza di istruzione e della deprivazione socio-economica.

I workshop proposti mirano a potenziare l'empowerment dei partecipanti (donne e ragazzi) come primo motore di cambiamento e come fattore di protezione dalle conseguenze nefaste della discriminazione sociale.



Obiettivi

Sostenere le donne ed i ragazzi nel riconoscimento e nel potenziamento delle proprie competenze per fronteggiare i problemi quotidiani e le situazioni stressogene sfruttando al meglio le proprie risorse.

Stimolare una riflessione critica su pregiudizi e limiti di una visione tradizionale del matrimonio e della famiglia.

Favorire un maggiore protagonismo nella creazione del proprio progetto di vita e nell'individuazione di possibili strategie di cambiamento.



Riferimenti teorici

Ognuno di noi ha introiettato dalle figure significative dell'infanzia (genitori, fratelli, amici, parenti, insegnanti, ecc.) immagini di sé e comunicazioni positive e negative, che tendono col tempo a condensarsi in una sorta di linguaggio interno che ci accompagna e ci condiziona. Spesso si tratta di svalutazioni e divieti che impediscono di pensare alle nostre emozioni profonde, bloccano reazioni spontanee o ancora, colpendo l'autostima, ci fanno desistere dai nostri progetti.

Esprimere le emozioni a livello psicocorporeo, elaborarle e condividerle in una relazione diadica con un terapeuta accogliente ed empatico o nel grande gruppo, crea una nuova e profonda esperienza viscerale, capace di attivare circuiti neurali alternativi.

Attraverso l'utilizzo di tecniche biosistemiche e bioenergetiche si intende avviare un processo di consapevolezza e di cambiamento del linguaggio interno che comprenda una fase di insight e una di sostituzione di messaggi bloccanti, negativi, di sfiducia, con un senso di maggiore autoefficacia.

Metodologie e strumenti



Workshop adolescenti



I workshop dedicati agli adolescenti sono pensati per gruppi di circa dieci ragazzi di età compresa tra i 13 ed i 20 anni.

I ragazzi si coinvolgono nei giochi e negli esercizi proposti in modo attivo e propositivo, mostrando una buona capacità di entrare in contatto con le proprie emozioni e con la parte più costruttiva e progettuale della propria identità.

A differenza della madri, maggiormente bloccate in un vissuto di impotenza, frustrazione e sofferenza, i ragazzi si riconoscono con più facilità diverse competenze su cui fare affidamento e riescono ad immaginarsi desideri e progetti futuri.

In particolare, si vedono capaci di affrontare gli ostacoli (problem solving), ritengono che comprendere le emozioni proprie ed altrui sia una risorsa (intelligenza emotiva ed empatia) e si vedono abili negli sport e nelle proprie passioni, come arte o cucina (autostima ed autoefficacia).



Conclusioni

Le credenze e le usanze tradizionali possono essere fonte di grande sofferenza per le donne bosniache (obbligo di lasciare i figli al coniuge dopo la separazione, sopportazione della violenza fisica e psicologica per salvaguardare il matrimonio).

Attraverso le attività di esplorazione della consapevolezza corporea e di valorizzazione delle risorse interne le donne ed i giovani hanno iniziato a riconoscersi competenze e capacità di problem solving da poter sfruttare nella quotidianità e ad assumere un ruolo più attivo nel combattere la discriminazione e migliorare la posizione della donna nelle zone rurali.

Contatti

Paola Cavazzuti, Psicologa, Psicoterapeuta, Insegnante di Ed. Fisica.
p.cavazzuti@libero.it

Claudia Filippetta, Psicologa, Counselor biosistemico, Esperta in Processi Formativi.
claudia.filippetta@gmail.com