

Proposte di attività per accompagnare gli adolescenti

Dalle testimonianze raccolte sono emersi alcuni spunti per attività da proporre ai ragazzi. Ve li offriamo come piccoli suggerimenti, certi che chi conosce e lavora assiduamente con i propri ragazzi nel proprio contesto possa declinare al meglio queste proposte e farle diventare esperienze. E chissà, magari potrà a sua volta crearne di nuove e condividerle con il resto della community.

1. Ascolto

Le attività possono spaziare, a seconda delle circostanze e delle possibilità, dal semplice filo diretto tra l'educatore e i propri ragazzi, anche in modalità "a tu per tu", alla creazione di occasioni di condivisione tra pari, non solo in modalità online, ma anche in presenza.

Sportello di ascolto

Il catechista come punto di riferimento per i propri ragazzi. Potrà essere svolto in modalità online e occasionalmente in presenza, sempre con il rispetto di tutte le norme di sicurezza.

Speed date

Si tratta di piccoli appuntamenti in presenza, in cui i ragazzi possano parlare fra loro per un breve tempo, trascorso il quale si cambia interlocutore. In questo modo tutti riceveranno la stessa dose di attenzione dai propri compagni.

Documentario sonoro

La cultura attuale è fortemente sbilanciata sulla dimensione visiva e sull'esaltazione dell'immagine. La potenza evocativa dello stimolo visivo è indiscutibile, tuttavia grande fascino ha la riscoperta del suono, connesso ad un senso che dispiega la sue potenzialità nella lentezza, nella capacità di concentrazione, nel saper fare silenzio e orientare l'ascolto. Oltre a documentare fotograficamente la realtà, catturarne i suoni può offrire una nuova chiave di lettura del quotidiano. Nel periodo del lockdown il silenzio surreale delle nostre città ci ha colpito, a volte anche spiazzato, ma nello stesso tempo, sono riemersi suoni solitamente fagocitati dal frastuono. Ad esempio quello dei propri passi sulla strada, lo scroscio dell'acqua delle fontane, i suoni della natura...Come attività iniziale, si potrebbe cominciare a documentare i suoni della propria giornata e condividere con gli altri il materiale raccolto. In seguito si possono sensibilizzare i ragazzi alla raccolta di materiale sonoro sul campo, alla stregua degli antropologi che girano sempre muniti di registratore e telecamera.

2. Racconto

È un primo passo verso una maggiore coscienza di sé. Gli avvenimenti non sono solo le cose che accadono, ma come noi le viviamo e le interpretiamo.

Playlist

Creare una playlist del gruppo adolescenti, in cui ciascuno può condividere la propria canzone preferita.

Challenges fotografiche

Un'attività molto basic, di "avvicinamento", è quella di lanciare delle challenges fotografiche, con le quali raccontarsi. Il catechista può guidare il focus, che potrà spostarsi progressivamente dall'onnipresente selfie all'osservazione del micro mondo della quotidianità di ciascuno (la mia giornata, le persone attorno a me, gli oggetti più significativi, ciò che vedo dalla mia finestra...etc). Si può adoperare un hashtag comune per condividere più velocemente i propri scatti sui social.

Storytelling

Attività più evoluta, prevede una certa consapevolezza nel raccontare e raccontarsi. Vi sono delle vere e proprie tecniche da esplorare, per rendere i propri testi diretti, efficaci e coinvolgenti. Si potrebbe lanciare la proposta di un laboratorio di scrittura, all'interno del quale esercitare le proprie capacità, con l'obiettivo di creare un elaborato comune,

come un “diario di viaggio” del gruppo. Questa attività si presta ad essere sviluppata sia in modalità online, sia attraverso incontri “redazionali” in presenza. Se si introduce anche l’elemento visivo si potranno progettare narrazioni più elaborate dove far confluire audio, foto, video e testi, ad esempio in un video clip o con modalità “on air” (come le dirette Facebook o l’esperienza delle Web TV e Web Radio).

Alla scoperta del mondo

Un’attività un po’ più complessa è quella che invita a mettere il naso fuori di casa. Le esplorazioni possono essere svolte in solitaria o in piccoli gruppi. Abbiamo l’immensa fortuna di abitare nella città più bella del mondo, un vero e proprio museo a cielo aperto, che spesso i nostri ragazzi conoscono molto poco. Questo periodo in cui la didattica scolastica è drammaticamente inchiodata ad uno schermo, gli abitanti di Roma hanno la possibilità di imparare direttamente sul campo la storia, l’architettura, l’arte, la geografia (ebbene sì, salite su un colle o in cima ad un palazzo e divertitevi con un cannocchiale). Gli spostamenti possono però rappresentare un problema per i ragazzi delle periferie, che anche in tempi normali sono più penalizzati nella fruibilità del centro storico di Roma. In tempi di quarantena poi, abbiamo avuto anche delle restrizioni in tal senso, dei veri e propri “areali” entro i quali potersi sgranchire le gambe. Ebbene, anche in questo caso, il territorio in cui ci troviamo può essere una risorsa, da vivere e da valorizzare. Molti di noi hanno infatti scoperto angoli sconosciuti a portata di passeggiata, negozietti interessanti a cui non si aveva fatto caso, aree verdi amorevolmente sottratte all’incuria da semplici cittadini; in poche parole, punti di vista inediti del proprio quartiere. Non vi è realtà territoriale, anche la più degradata e “consumata”, che non possa diventare “paesaggio” ad un occhio più attento. Certamente, occorre un po’ di lavoro di ricerca per svelare una storia dimenticata, ma non si tratta solo di raccogliere informazioni, quanto di coltivare uno sguardo profondo, che quasi non può distogliersi dall’oggetto del suo amore (lo studio, direbbero i latini...). Nel nostro territorio ci sono tanti monumenti, tanti luoghi da adottare: sceglietele o fatevi scegliere da loro. A volte un territorio è salvato apparentemente solo dalla storia che si può leggere di lui in un libro, dalla sua memoria. Eppure, anche passeggiare cercando ciò che non c’è più ha un grande significato per chi vi abita, perché offre un orizzonte di senso. Un buono studio del territorio va di pari passo con quello della sua componente umana: vanno valorizzati gli scambi con le persone che vivono nel quartiere, anche con le altre realtà che operano sul territorio, al fine di fare rete per il bene comune. L’idea potrebbe essere quella di creare una piccola guida del proprio quartiere e magari, in un futuro prossimo, di organizzare dei tour, guidati dai ragazzi stessi, aperti a tutta la comunità. Sarebbe bello pensare ad uno scambio di esperienze e di visite anche tra ragazzi delle varie parrocchie.

Attraverso le Muse

Le emozioni possono essere veicolate anche sotto forma di altri linguaggi, oltre a quello verbale. Ciascuno ha la sua modalità di espressione preferita, che potrà essere incoraggiata. Scrivere un racconto, comporre una poesia, una canzone, danzare, disegnare e dipingere, modellare, produrre una creazione artistica con tecniche miste... tutto ciò aiuta una elaborazione delle emozioni su un piano simbolico e universale, in cui l’esperienza del singolo trova un rispecchiamento in quella dell’altro. Si può lavorare in modo individuale, o anche in 2 o più persone. Ciascuno può sviluppare una parte del progetto artistico da condividere. Quando si è presa confidenza con queste tecniche a livello individuale, si può pensare anche ad un progetto comune per tutto il gruppo, la cui ideazione e lavorazione sia sempre divisibile in segmenti equamente distribuibili, poi riunificabili. E’ importante dare sempre la giusta visibilità al risultato finale, si tratti della condivisione di contenuti su un social network o di una vera e propria esibizione, perché l’opera arte nasce da due esigenze fondamentali e irrinunciabili: rappresentarsi a se stessi e comunicarlo al mondo. Il desiderio di comunicare è dunque importante quanto l’esprimersi.

3. Ricrearsi

Giochi

E’ possibile creare dei momenti di gioco, sia in presenza (ovviamente senza contatto e opportunamente distanziati), sia in modalità a distanza. Tornei di giochi online come scacchi, Dixit, Pictionary (le app per giocare online sono rispettivamente Dida Dixit e Skribbl). Si potrebbe adottare anche una modalità mista, per cui i rappresentanti di ogni squadra agiscono in presenza mentre gli altri membri delle squadre forniscono il famoso “aiuto da casa”. Questa modalità si presterebbe a una serie di sfide “a puntata”, in cui i partecipanti in presenza ruotino di volta in volta.

Attività all’area aperta

La chiusura di palestre e attività sportive comporta una vita più sedentaria all'interno delle pareti domestiche. L'attività motoria, importante in ogni fase della vita, in adolescenza è fondamentale sotto vari profili. Con prudenza è possibile programmare occasionalmente delle attività da svolgere all'aperto, come il trekking urbano o la ciclopedalata, sempre a piccoli gruppi. La bicicletta in questi ultimi tempi è stata molto rivalutata e valorizzata, anche mediante gli incentivi per la mobilità alternativa e la realizzazione di piste ciclabili nel territorio comunale. Le uscite in bicicletta inoltre costituiscono un esempio del tempo di qualità da trascorrere insieme in famiglia.

4. Riflettere

Si tratta di attività in cui i ragazzi sono invitati a lavorare su uno spunto o su un tema, scelto insieme, e a condividere la propria elaborazione.

Un pezzo di me

Si può cominciare con il condividere qualcosa di significativo per ciascuno dei ragazzi. Un verso di una poesia o di una canzone, un pagina estratta da libro. In seguito anche l'educatore potrà proporre dei materiali su cui lavorare.

Cineforum

Si può stabilire un appuntamento e scegliere un film da vedere ognuno per conto proprio, ma in diretta (magari davanti a un bell'aperitivo e con possibilità di commento in tempo reale per chat!) e poi successivamente lavorare in piccoli gruppi sulla scheda del film. Il catechista potrà raccogliere le varie schede e lanciare una conferenza, nella quale ogni gruppo porta il suo lavoro e creare insieme "in tempo reale" una presentazione sintetica in power-point. E' importante che il risultato finale non sia solo il semplice accostamento del lavoro dei singoli gruppi, ma una reale integrazione dei contributi, che può essere modificata anche nel corso della conferenza, dalla discussione scaturita dal confronto. In rete è possibile anche trovare una quantità di materiale liberamente accessibile in qualunque momento (Raiplay, Mediaset Play etc.). Non solo films, ma anche documentari e approfondimenti sono una vera miniera di idee, a navigarci dentro.

Preghiera e meditazione

Oltre alla partecipazione alla messa, che rimane il cuore della nostra vita spirituale, si può pregare insieme, anche di questi tempi. Si può creare un appuntamento fisso, quotidiano o settimanale, a cui partecipare online. Ci si può dividere a turno l'animazione di un piccolo momento. In presenza ci si può vedere a piccoli gruppi, magari alternando la meditazione individuale e il deserto a momenti di condivisione, iniziale e finale. Si può pensare a piccoli ritrovi presso le madonnelle di quartiere per la recita di una decina del rosario. Le edicole possono tornare ad essere un punto di riferimento, portandovi fiori, piccole decorazioni, biglietti. Si può proporre un impegno di gruppo, ad esempio una novena, dividendosi i giorni per la partecipazione in presenza in chiesa.

5. Servizio alla comunità

I nostri ragazzi sono già in grado di prendersi piccoli impegni a favore della comunità; anzi, aprirsi al mondo, sentirsi utili, li fortifica, sorregge la loro autostima e arricchisce il loro sguardo, fisiologicamente molto incentrato su di sé. Possono essere piccoli gesti, come andare a fare la spesa e portarla a qualcuno che non può muoversi da casa, prendersi cura di spazi comuni, da sistemare e ripulire (anche con un sano spirito di competizione attraverso challenges!) o occuparsi dei più piccoli. L'educatore potrà sondare se vi siano delle proposte da parte dei ragazzi e farne di proprie; in ogni caso sarà sua cura seguirne l'organizzazione e il monitoraggio come referente.

6. Progettare

Uno spazio importante, a livello anche psicologico, è quello del progettare, cioè del pensare a qualcosa prima di poterlo effettivamente realizzare. Il progetto prevede non solo un'idea fugace, ma un pensiero creativo e attivo su tutti i passi che servono per raggiungere un obiettivo. Potrebbe essere un utile spazio di confronto all'interno del gruppo poter parlare di progetti da realizzare a breve e lungo termine, anche pensando a ciò che attualmente non può essere agito, ma prima o poi tornerà possibile attuare. Ad esempio si potrebbe progettare una gita di gruppo. Lo stesso vale per le attività in famiglia: pensare di tornare in un luogo caro che in questo momento non si può raggiungere, andare a trovare amici che ora sono confinati oppure progettare un viaggio dove non si è mai stati. Può essere un'occasione anche per ripensare le dinamiche del viaggiare, recentemente sempre più improntate alla logica del turismo last minute, sintonizzandosi su

modalità più slow, riscoprendo il piacere della preparazione del viaggio, dal mettere da parte i soldi, al raccogliere informazioni, carte, libri che ci raccontano quei luoghi prima ancora di averli visitati e che ce li faranno gustare diversamente quando avremo raggiunto la nostra destinazione.