



TOOL 3- SIAMO TUTTI VULNERABILI

Obiettivi:

- esprimere esperienze autentiche attraverso la multiforme fenomenologia della vulnerabilità
- legittimare la manifestazione di questo sentimento all'interno dei gruppi
- identificare i comportamenti che rendono vulnerabili
- cercare comportamenti utili per gestire la vulnerabilità

Durata: la durata dell'esercizio è variabile ma si suggerisce di dedicarvi almeno un'ora

Briefing:

Il/La formatore/trice fa una breve analisi del concetto di vulnerabilità basandosi sul **Modulo AGDISTIS 1- Uno strumento per l'accettazione: La resilienza emotiva** (pag.22).

È importante, durante il briefing iniziale, non forzare gli studenti a collegare la vulnerabilità ai temi dell'identità sessuale e del genere, ma lasciarli liberi di associare la vulnerabilità anche ad altri temi, per valutare e ragionare insieme su quanto e come la diversità sessuale sia coinvolta nell'aumento degli stati di vulnerabilità.

Attività:

1. i partecipanti devono completare 4 frasi con la prima cosa che viene loro in mente, in totale sincerità
2. il formatore legge le 4 frasi seguenti lasciando il tempo (15 minuti) per completare la risposta.

Le 4 frasi sono:

- Mi **sen**to vulnerabile quando gli altri ...
 - Mi **rendo conto** che una persona è vulnerabile se...
 - Ho **gestito la** mia vulnerabilità quando...
 - **Non ho gestito la** mia vulnerabilità quando...
3. Una volta scritte le risposte, i partecipanti vengono divisi in gruppi di 5/6 persone e devono analizzare l'esperienza leggendo le loro risposte ai compagni. I partecipanti devono essere incoraggiati a concentrarsi sull'effetto della condivisione dei loro sentimenti e delle loro esperienze di vulnerabilità con il gruppo.



4. Il formatore invita ogni gruppo a selezionare, tra le risposte date, quelle relative agli argomenti del modulo (orientamento sessuale, pregiudizi omofobici, ecc.).
5. Il formatore raccoglie i fogli con le risposte pertinenti all'argomento e li divide in 4 categorie (sento, noto, ho gestito, non ho gestito).
6. Il formatore analizza le risposte senza intellettualizzare. Solo in questo modo sarà possibile aumentare la consapevolezza della multiforme fenomenologia della vulnerabilità senza negare l'esperienza di autenticità in chi la vive.
7. Infine, il formatore si concentra sulle risposte relative alla gestione della vulnerabilità per cercare, insieme ai partecipanti, soluzioni utili o riadattabili a contesti diversi.



AGDISTIS



Istituto d'Istruzione Superiore
Margherita Hack

AGDISTIS

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.