

Linee per una educazione all'amore ed alla sessualità in età L/C

Bologna 26 gennaio 2014

M.Ornella Fulvio

Questo tempo

- Rischio o scivolamento
 - superficialità
 - paura
 - caduta della memoria
- stanchezza della libertà
- qualità dell'etica e della morale

Elementi di problematicità

- Eccesso di uso di tecnologia e videogiochi:
 - sviluppo della prevalenza della vista
 - passività
 - automatismi
 - difficoltà di connessione delle
informazioni

- Forti sollecitazioni > innalzamento soglia di risposta agli stimoli.
- Incompetenza emotiva: come consapevolezza
come esperienza
come linguaggio

- Abuso termine “ amore” in contesti impropri
 - Tecnica o mercanzia
 - modo per manipolare gli altri a proprio vantaggio

Educare ad una sessualità corretta

- Parte inscindibile della persona
- Istinto che può essere soddisfatto solo con la presenza almeno in fantasia di una altra persona
- La Corporeità è solo **una** delle dimensioni

Maslow: gerarchia dei bisogni umani

- Autorealizzazione
 - Autostima
 - Appartenenza, affetto
 - Sicurezza
- Bisogni per la sopravvivenza:
- aria, cibo, sonno, sesso...

Amore

- Dono di sé libero e gratuito

In cui ciascuno desidera far felice
l'altra persona

e permette all'altro di farlo felice

Piacere

Esperienza di

- -*consapevolezza di sé* (Sono io che sto provando piacere!)
- - *reciprocità profonda*: dare piacere è parte integrante del proprio piacere

Percorso di crescita per una sessualità matura

- Progressiva scoperta del proprio corpo
- Uscita dalla dimensione egocentrica per arrivare a scoprire l'altro

- Integrazione tra genitalità ed affettività
- Capacità di scelta responsabile

Lo sviluppo della persona e le “ Life skills”

Educare all'amore ed alla sessualità corretta si deve inquadrare all'interno dello sviluppo globale della persona

- La “ Life skills Education” : una educazione che aiutasse ad acquisire “le competenze sociali e relazionali che permettono ai ragazzi di affrontare in modo efficace le varie situazioni, di rapportarsi con autostima a se stessi, con fiducia agli altri ed alla più ampia comunità”

Le “Life skills”

Autocoscienza :

- capacità di riconoscimento di sé
- di consapevolezza delle proprie caratteristiche
- di attenzione e percezione delle proprie emozioni

Gestione delle emozioni

- Riconoscimento prima in noi poi negli altri
- Consapevolezza dell' effetto sul nostro comportamento
- Imparare ad elaborarle e trasformarle in motivazioni e progetti di vita
- Acquisire il linguaggio che le “racconti”

Gestire lo stress

- Imparare a star bene con se stessi
- Conoscere e valutare i propri bisogni
- Costruire relazioni positive
- Accettare di chiedere aiuto tempestivamente
- Impostare la vita in modo sano, con tempi di recupero delle energie, esperienze di gratificazione, spazi di silenzio , di approfondimento e di gustare le esperienze e le emozioni.

Sviluppare il senso critico

- Capacità di osservazione, analisi, deduzione.
- Creare spazi di autoriflessione
- Cercare occasioni di confronto
- Evitare stereotipi e pregiudizi
- Verificare prima di giudicare

Avere capacità di decidere

- Valutare le soluzioni possibili e le conseguenze specifiche per ciascuna di esse
- Scegliere e programmare l'azione conseguente
- Assumersi la responsabilità della propria attenta scelta

Incrementare la capacità di affrontare e risolvere i problemi...

-attraverso:
- la riflessione e la fiducia in sé e nelle proprie capacità
- Osservare, dedurre e correlare
- Valutare in funzione di risorse e disponibilità
- Agire responsabilmente

Sviluppare le creatività

- Cercare approcci “ diversi” ed utilizzare il pensiero laterale
- Avere un certo livello di flessibilità
- Sperimentare soluzioni nuove e strade originali
- Accogliere le idee altrui attraverso il dialogo e la collaborazioni

Rendere sempre più efficace la capacità di comunicazione

- Capacità di dialogo e di ascolto (rispetto dell'altro e della sua dignità)
- Buona osservazione ed utilizzo del linguaggio non verbale

Capacità di relazioni interpersonali

- Saper interagire con gli altri
- Costruire relazioni positive attraverso il rispetto, l'ascolto, l'accoglienza, la condivisione...

Capacità di comprensione empatica

- Qualità umana di alto livello
- Abilità di comprendere l'altro, di entrare in risonanza con lui
- Condivisione di ciò che sta sentendo e vivendo
- Capacità di dare aiuto efficace
- Solidarietà
- Incremento delle proprie qualità umane

....concludendo...

- Coloro che sviluppano tali abilità nel loro percorso di vita sperimentano la gioia di essere capaci di vedere, amare, rassicurare, stimare e confermare gli altri e quindi a loro volta sono visti, amati, rassicurati, stimati e confermati.

- Dialettica della **felicità possibile**:

arricchisce la persona e promuove la sua
umanità e la fa diventare al tempo stesso
agente attivo di umanizzazione