

Prefazione



Ho conosciuto Mirko che non avevo ancora diciotto anni. Sembrava non fosse toccato dalle difficoltà del vivere quotidiano, sembrava una specie di alieno Mork, sembrava un essere magico.

In lui non vedevo paura... vedevo voglia di giocare, di ridere, di ascoltare. Le parole che sceglieva per comunicare, il modo che aveva di parlare e di muoversi, lo sguardo con cui osservava: tutto contribuiva a muovere il mio bambino interiore e sembrava dirmi: - Giochiamo? -. -Bello! - mi dissi, e subito dopo mi chiesi: - Si può vivere così? -.

Nel corso del tempo io e Mirko siamo diventati amici e non di rado anche i nostri percorsi professionali si sono intrecciati.

Ho trovato in lui anche emozioni come paura, sconforto, dolore... e bisogni di solitudine o conforto... e momenti di dubbio che in quanto esseri umani ci caratterizzano.

Ho capito che mi sbagliavo: lui, come tutti noi, era ed è toccato dalle difficoltà del vivere quotidiano. Tuttavia non ne è travolto. Cerca di trasformare alcuni ostacoli in risorse, cerca di portare momenti di pace, comprensione e allegria anche in contesti difficili, cerca in sintesi di dare agli altri ciò che desidera per sé stesso: leggerezza, accoglienza, meraviglia, possibilità e chissà cos'altro ancora.

Lo fa anche attraverso il suo lavoro, di cui mi sento testimone fortunato.

Le proposte e le riflessioni che troverete in questo libro sono un tesoro prezioso, frutto di prove e controprove, di incontri, di studi, di intuizioni, di voglia di giocare e relazionarsi col mondo.

Credo sia un materiale importante per chiunque si occupi di relazione e di gruppi, ma anche, in essenza, per chiunque abbia desiderio di conoscere giocando.

Laerte Neri

Presentazione



Un libro è come una gestazione, una splendida creatura da aspettare, accudire e nutrire con pazienza ed amore. Ora che è nata è libera di andare dove meglio crede e di essere accolta da mani curiose che ne sapranno fare un buon uso, per divertire ed educare grandi e piccini.

I giochi descritti nel libro sono veramente tanti, belli e validi, testati tutti sul campo in anni ed anni di militanza. Rappresentano la continuazione naturale del mio precedente libro *“Fantastici giochi di gruppo”* e testimoniano la fisiologica evoluzione del mio percorso professionale, in gran parte caratterizzato dall’utilizzo di questo straordinario strumento ricreativo ed educativo.

A dispetto dell’attuale periodo storico-culturale, particolarmente caotico e violento, i messaggi che trasmettono sono nobili, puliti, ricchi di amore verso il prossimo in tutte le sue dimensioni e peculiarità, dal bambino all’adulto.

Mi piace pensare a questo testo come ad un “volume secondo”, che però può essere tranquillamente compreso ed impiegato anche da chi non possiede il primo libro. Non saranno quindi ribaditi (salvo pochissime eccezioni) i concetti teorici già espressi nel passato volume, ma ne verranno trattati di nuovi. I giochi proposti sono tutti differenti, salvo due o tre casi, che presentano tuttavia un notevole arricchimento rispetto alla versione precedente.

“Nuovi Fantastici Giochi di Gruppo” non va però ridotto ad una semplice lista di nozioni e di tecniche, in quanto contempla anche uno stile nell’interpretare adeguatamente la figura ed il ruolo di un professionista, o di un amatore, che si relaziona con gruppi di persone, sia in un contesto animativo che educativo.

Il leit-motiv di tutto il testo verte intorno al tema della “cornice”, intesa come metafora della struttura e del contenimento di cui necessita ogni

tipo di gruppo per sviluppare al meglio le proprie potenzialità. Infatti per riuscire ad esprimersi, creare e condividere vissuti ed emozioni i partecipanti hanno bisogno di argini ed è compito del conduttore, o dell'animatore, riuscire ad erigerli in maniera solida ed accurata.

Il volume è suddiviso in quattro distinte sezioni.

La prima l'ho dedicata ad una scrupolosa introduzione teorica, in cui vengono sviluppate considerazioni ed avvertenze su come impostare al meglio uno o più incontri di gioco, riflettendo sui possibili contesti di intervento, sulle innumerevoli dinamiche relazionali che si verificano in un gruppo e sui migliori atteggiamenti da adottare come animatore e conduttore. Successivamente ho descritto nel dettaglio una grande quantità di giochi di gruppo, suddivisi in quattro ampie categorie, tre delle quali comprendono altre sotto-categorie.

1. **Giochi per Familiarizzare:** Giochi di Conoscenza, Ascolto ed Armonia, Problem Solving.
2. **Giochi per Divertirsi:** Quietè, Movimento.
3. **Giochi per Crescere:** Giochi Educattivi, Giochi di Improvvisazione, Giochi Introspeitivi, Giochi sulla Fiducia.
4. **Giochi per Salutarsi.**

In seguito ho riportato alcune basilari indicazioni riguardo l'interpretazione e l'utilizzo della comunicazione verbale e non-verbale, per apprendere come gestire al meglio un gruppo di persone in virtù dei messaggi e dei feedback che continuamente si trasmettono e si ricevono.

In ultimo vi propongo un pratico prontuario in cui vengono ricapitolati tutti i giochi (insieme alla loro durata, al numero di partecipanti consigliato ed alla presenza o meno di un supporto musicale), suddivisi in base alle diverse fasce di età.

Grazie per aver acquistato questo libro a cui ho dedicato tanto tempo ed impegno. Mi rappresenta e c'è dentro tanto del mio lavoro e del mio essere. È un onore condividerlo con voi! Ostium non hostium.

Introduzione teorica



Il gruppo, questo sconosciuto

Il gruppo è un microcosmo straordinario ed affascinante, caratterizzato da valori quali amicizia, affetto, coesione, condivisione, ascolto, contenimento, aiuto e altro ancora. Può regalare gioia, voglia di vivere e speranza, supportando le persone a crescere e a migliorarsi. Al contempo risulta però un sistema complesso e polivalente, che può manifestare aspetti spietati e taglienti. È proprio di queste caratteristiche che intendo parlarvi.

Quante volte sarete rimasti sorpresi nel constatare come proprio quella persona, che singolarmente pensavate di conoscere in modo piuttosto approfondito, all'interno del gruppo, vuoi di amici, lavorativo o di altro genere, possa manifestare sfaccettature del proprio carattere del tutto sorprendenti ed inaspettate. A me è successo in diverse occasioni!

Per la mia esperienza la fascia di età maggiormente soggetta a questa trasformazione è l'adolescenza. Paolo (nome di fantasia) ha sedici anni, è ripetente ed è in prima superiore. È il terrore di alcuni suoi compagni, vittime di angherie e sopraffazioni varie. Pare un blocco di ghiaccio e niente e nessuno riesce a smuoverlo dal suo atteggiamento sprezzante e vessatorio. Proprio ieri ha messo una gomma da masticare (già abbondantemente masticata da lui), nei capelli di una ragazza del primo banco, dicendole che fa schifo e che puzza. Essendo psicologo ed avendolo già conosciuto nel contesto di un percorso di gruppo con la classe, ottenuto il consenso degli insegnanti, scelgo di parlargli individualmente.

Giunto il momento del colloquio si siede e mi sorride incuriosito. Gli sorrido pure io ed iniziamo a conversare serenamente del più e del meno. Anche se continua a recitare la parte del ragazzo forte e strafottente, che mette in scena tutti i cliché del maschio alfa cresciuto in periferia, sembra disponibile e ciarliero. Ad un certo punto gli chiedo dove viva. Il suo

sguardo cambia all'improvviso, mentre reclina la testa verso il basso. Adesso sospira, sta in silenzio, mi osserva. I suoi occhi sono puliti, bagnati, teneri, impauriti. Reggo lo sguardo e lo contengo. Lui a valanga parte fino al suono della campanella a raccontarmi di sua mamma che è inaffidabile ed alcolizzata, del babbo assente e violento, delle abitazioni occupate abusivamente che hanno dovuto abbandonare in fretta e furia, ecc.

Si sente solo, arrabbiato, fragile, ferito, carico di emozioni da condividere con me che sono poco più di uno sconosciuto. Eppure, penso, è la stessa persona che maltratta e deride i suoi compagni. Agnello e lupo. Rivalsa? Bisogno di considerazione? Desiderio di sentirsi qualcuno? Timore nel mostrare le proprie fragilità?

Per ogni cosa che accade c'è sempre un buon motivo, una ragione, un'utilità.

Tutti quanti (i ragazzi in primis) nella dimensione del gruppo possono trovare una propria identità ed un proprio modo per affermarsi e riscattarsi da umiliazioni e sofferenze. Non mi voglio però perdere nei meandri interpretativi dei come e dei perché, ma sottolineare quanto una persona, in un contesto di gruppo, possa trasfigurarsi, acquisendo nuove caratteristiche e differenti modalità relazionali.

Il biologo e filosofo austriaco *Von Bertalanffy* porta l'esempio di una molecola d'acqua, formata da due atomi di idrogeno ed uno di ossigeno. Tali elementi sono entrambi gassosi e non presentano affatto le proprietà specifiche dell'acqua. Il sistema molecolare dell'acqua manifesta infatti aspetti nuovi e differenti, non desumibili dai singoli atomi che la compongono.

Allo stesso modo *Von Bertalanffy* afferma che anche un organismo umano non può essere considerato come la semplice somma di un cervello, un cuore, un fegato, due polmoni, due reni e così via; è bensì qualcosa di molto più complesso, una totalità che è più della somma delle singole parti che la compongono (1971).

Le stesse considerazioni valgono per descrivere le dinamiche di un gruppo, in cui le persone si mescolano tra loro in un'alchimia di relazioni instabili ed alla continua ricerca di equilibri e conferme, in cui qualsiasi variazione si ripercuote tanto sul funzionamento del sistema, quanto sul comportamento dei singoli elementi.

Personalmente mi viene naturale immaginare il gruppo come un'onda che travolge o una risacca che trascina; inoltre, similmente all'iceberg, ciò che si vede e si comprende è solamente la parte situata sopra il livello

dell'acqua. Tutto il resto appartiene alla sfera del non-detto ed alle proiezioni delle zone d'ombra dei singoli elementi che lo compongono. È proprio nella parte sommersa del gruppo che tante insicurezze, frustrazioni e tensioni possono trovare (il più delle volte in modo inconsapevole) il loro bacino di contenimento o sfogo, permettendo ad alcune persone di guadagnare un'apparente serenità ed una temporanea autostima.

Il problema è che altre persone restano travolte da queste dinamiche (le quali, intrecciandosi tra loro, diventano sempre più complesse ed articolate) e, se non hanno la forza di reagire (o peggio col proprio atteggiamento remissivo supportano l'atteggiamento vessatorio di alcuni compagni), possono soccombere e lasciarsi trascinare dalla corrente, senza offrire alcuna resistenza.

Ecco perché molte persone, vittime di angherie varie, affermano che *“ormai è normale che sia così”* e che *“non ci si può fare niente”*.

In questa ottica i giochi di gruppo si rivelano degli strumenti adeguati, morbidi e preziosi per far aumentare la superficie visibile dell'iceberg, per cambiare le regole del gioco e per stimolare nelle persone maggiore armonia, consapevolezza ed equilibrio.

Per *Kurt Lewin* il gruppo è una totalità dinamica i cui elementi sono in costante relazione tra loro. Un mutamento di una parte comporta uno squilibrio della totalità e la ricerca di un nuovo equilibrio (2005).

Modificare le modalità relazionali di un gruppo è possibile, ma è una questione delicata che richiede dedizione, preparazione, esperienza e pazienza. I giochi di gruppo, contestualizzati in un percorso di più incontri, possono attivare dei cambiamenti e promuovere dei benefici, intervallati però da probabili momenti di crisi, in cui il sistema ha bisogno di ristrutturarsi, assumendo nuove forme e trovando nuove stabilità.

Talvolta alcune dinamiche possono anche modificarsi in seguito ad un evento inaspettato e casuale.

Pensate ad un alunno che, cambiando scuola, entra a metà anno in una classe nuova. Nel gruppo si attiveranno dei grandi mutamenti, che se sottovalutati dagli insegnanti e dagli alunni stessi, potrebbero compromettere l'armonia e la serenità dei suoi componenti. A livello sistemico si svilupperanno infatti tutta una serie di nuove relazioni: del novello scolaro col gruppo intero e con i singoli compagni, del gruppo e dei singoli con lui, tra i compagni che relazionandosi fra loro saranno influenzati dalla qualità del rapporto che ciascuno di essi starà sviluppando con il nuovo arrivato, degli insegnanti con lui e con la classe intera, delle famiglie dei ragazzi con quella dell'ultimo arrivato, ecc.

Probabilmente il gruppo vivrà una fisiologica fase di confusione che condurrà, piano piano, a nuovi modi di stare insieme e a nuove progettualità. Se qualcuno non riuscisse ad adattarsi a questa evoluzione il gruppo ne risentirebbe, rischiando anche il frazionamento in sottogruppi o la disgregazione.

Quindi, come *Von Bertalanffy* insegna, ogni sistema è un'entità organizzata, all'interno della quale le varie parti interagiscono tra loro, acquistando un significato nuovo e funzionale all'esistenza del sistema stesso. In qualsiasi sistema ci deve essere equilibrio tra la tendenza a mantenersi stabile e lo sviluppo di nuovi obiettivi da perseguire (1971).

Quando il bilanciamento tra omeostasi e cambiamento viene meno il sistema ne soffre: l'arresto in una specifica fase di sviluppo, così come una trasformazione troppo repentina, comportano il rischio di scissioni.

Per esempio immaginate la situazione in cui un gruppo di persone adulte, amiche dall'infanzia, annoveri tra le proprie fila elementi che persistono a comportarsi come dei ragazzini. Inevitabilmente si creerebbero dei sottogruppi, o dei distacchi, e con l'andare del tempo il gruppo potrebbe definitivamente sciogliersi.

Lo so, avete ragione, mi sto addentrando in sofismi e tecnicismi in cui è difficile venirme a capo, ma che nella pratica del nostro intervento di animatori e conduttori risultano decisivi. Avere la coscienza che relazionarsi con un gruppo non sia una cosa scontata, è il primo fondamentale passo per svolgere un servizio di qualità.

Voglio chiudere il paragrafo con una riflessione di *Massimo Crescim-bene*¹, psicologo e psicoterapeuta affermato: *“Il gruppo può essere visto anche come un qualcosa di molto piccolo, come un prezioso microcosmo. In ogni gruppo è rappresentata in modi e forme differenti tutta la ricchezza dell'essere umano. Metaforicamente possiamo immaginare il gruppo come un'unica persona ricca di pregi e difetti, contraddizioni, luci ed ombre, una fonte inesauribile di espressività, ruoli, emozioni, sentimenti e creatività. In questa prospettiva, in quanto persone inserite in un gruppo, ogni emozione, capacità, difficoltà di un'altra persona ci appartiene almeno in parte e questo costituisce un arricchimento per noi e per l'altro”*.

Ma quale può essere il giusto atteggiamento per approcciarsi ad un'entità così complessa e variegata come un gruppo? Esaminiamolo insieme.

¹ Pagina 10 di “68 nuovi giochi per la conduzione dei gruppi” a cura di Sabina Manes, FrancoAngeli, 2002.