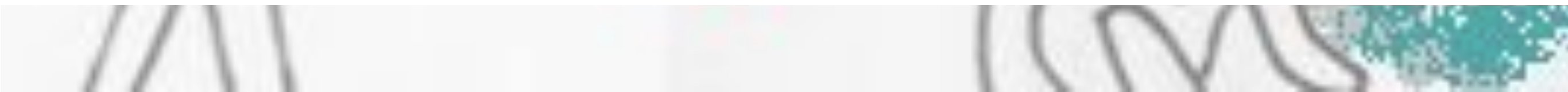




# PRENDERSI CURA DI CHI SI PRENDE CURA

.....  
*Vera Pellegrino e Elsa Dini*

*Roma, 11/6/2019*



# COSA SI INTENDE?

---

Prendersi cura di operatori e volontari che a loro volta si prendono cura delle persone che si rivolgono al centro di ascolto.

Chi si prende cura possiede la caratteristica dall'agire **“prosociale”** ovvero l'attitudine a farsi carico dei problemi degli altri, traducendo il loro aiuto in agire concreto.

L'agire prosociale brucia, consuma energie vitali essendo sempre sotto pressione a causa della continua esposizione a situazioni forti e complicate.







## IL BENESSERE DELL'OPERATORE/VOLONTARIO PASSA DA:

.....

- Individuo
- Motivazioni e vissuto
- Contesto lavorativo
- Ambiente di vita
- Relazioni interpersonali
- Fattori sociali, culturali, politici

# PER PREVENIRE O ALLEVIARE IL RISCHIO ATTENZIONE A:

---

- Conoscere bene le persone e comprenderne le motivazioni
- Informare sul tipo di intervento e di relazioni con cui verranno in contatto, fare chiarezza sul ruolo e sui limiti dei loro compiti
- Aiutare gli operatori a porsi degli obiettivi realistici e raggiungibili (aspettative)
- Comunicare continuamente e dare feedback sulle loro azioni
- Organizzare un “ tirocinio”, un affiancamento adeguato per dare informazioni e apprendere il tipo di relazione
  - Cambiare i compiti degli operatori per dare più opportunità



# PER PREVENIRE O ALLEVIARE IL RISCHIO ATTENZIONE A:

---

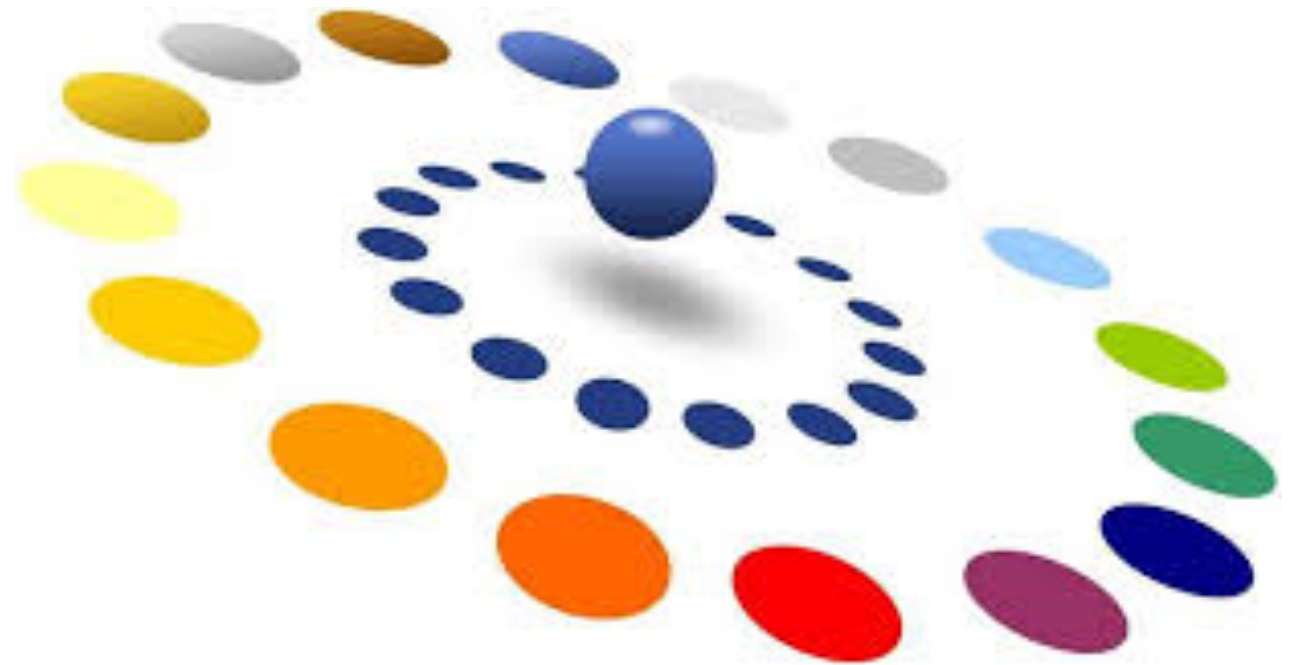
- Monitorare il benessere dell'operatore, facendo attenzione ai vari segnali di stress
- Riconoscere e apprezzare il lavoro dell'operatore
- Rafforzare il senso di appartenenza alla squadra che collabora per raggiungere un obiettivo comune
- Assicurare una supervisione e/o un supporto psicologico specie nei momenti di maggiore stress emotivo
- Organizzare momenti sociali di svago per rilassarsi, creare una rete di relazione, rafforzare il senso di appartenenza



# IL SOSTEGNO SOCIALE

---

- Sostegno emotivo
- Sostegno informativo
- Sostegno strumentale
- Sostegno di valutazione







# LA FORMAZIONE

.....

La formazione ha lo scopo di promuovere identità e stile comune e prevede una formazione condivisa.

Obiettivi della formazione è l'acquisizione di:

- conoscenza e competenze comuni
- consapevolezza di sé, delle proprie risorse e dei propri limiti





# LA FORMAZIONE

---

- Formazione INIZIALE per definire il gruppo di lavoro, verificare le motivazioni, avviare le attività
- Formazione SPECIFICA percorso mirato rispetto alle funzioni e alle competenze richieste
- Formazione PERMANENTE è il continuo aggiornamento personale e del gruppo (equipe, verifiche, supervisione) consolidamento di una prospettiva di azione comune.





# LA SUPERVISIONE

---

E' un sostegno e un accompagnamento per favorire il consolidamento dell'identità, lo sviluppo di competenze, per migliorare la qualità del servizio e per gestire il benessere degli operatori.

Sono state individuate 3 funzioni della supervisione:

- Funzione educativa
- Funzione supportiva
- Funzione gestionale



# LA SUPERVISIONE

---

- E' uno spazio "neutro" di riflessione e non di controllo o di cura.
- Favorisce un processo di coscientizzazione
- Fornisce molteplici punti di vista
- Aiuta nella consapevolezza dei limiti ma anche delle risorse, della qualità del lavoro svolto
- Prendersi tempo



# UN'ESPERIENZA DI SUPERVISIONE

---

*Casa La Madre - Trieste*





# LA SUPERVISIONE A CASA LA MADRE

---

- La richiesta di supervisione è nata da una domanda etica e morale, sorta in un reiterato periodo di stress
- Il partner coinvolto è l'Associazione Jonas
- Tempi: ogni due settimane per un'ora e mezza





# LA SUPERVISIONE A CASA LA MADRE

---

E' un tempo esclusivo per l'equipe in cui :

- si rivedono le motivazioni,
- si rafforza l'appartenenza e l'identità
- si affrontano i malesseri e si condividono le frustrazioni
- si progetta concretamente insieme
- si rivedono gli obiettivi del gruppo
- si studia e si approfondiscono i temi per trovare soluzioni

La “cura” non è solo nella condivisione delle emozioni ma è nella ricerca delle soluzioni

# UNA PROPOSTA

---





# AVERE CURA DI CHI SI PRENDE CURA









---

*“Nella vita spirituale si cresce a misura se si scende nelle profondità dell’ascolto”*



---

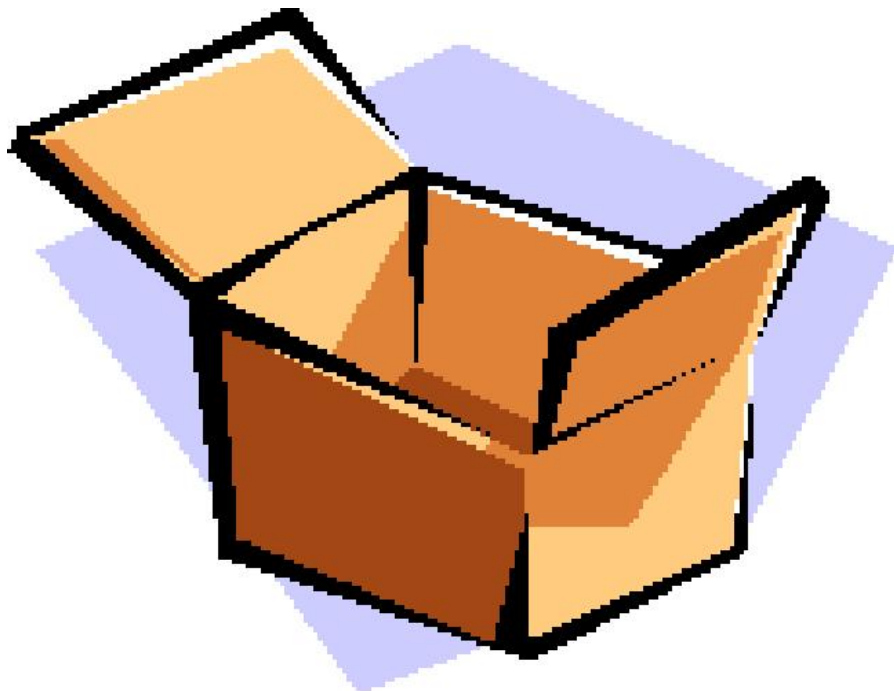
# Avere cura di chi si prende cura

- ▼ 
- ▼  5 SCATOLONI
  - ▼  identità caritas, art 1, funzione animazione
  - ▶  lavoro su di se
  - ▶  spiritualità e lectio
  - ▶  strumenti per progettare la formazione
  - ▼  lavoro per direttori caritas e equipe caritas sardegna.pdf
- ▼  istruzioni per uso e lessico comune



# GLI SCATOLONI

---



# 1° SCATOLONE

---

Linguaggio comune come lessico che aiuta

Istruzioni per l'uso

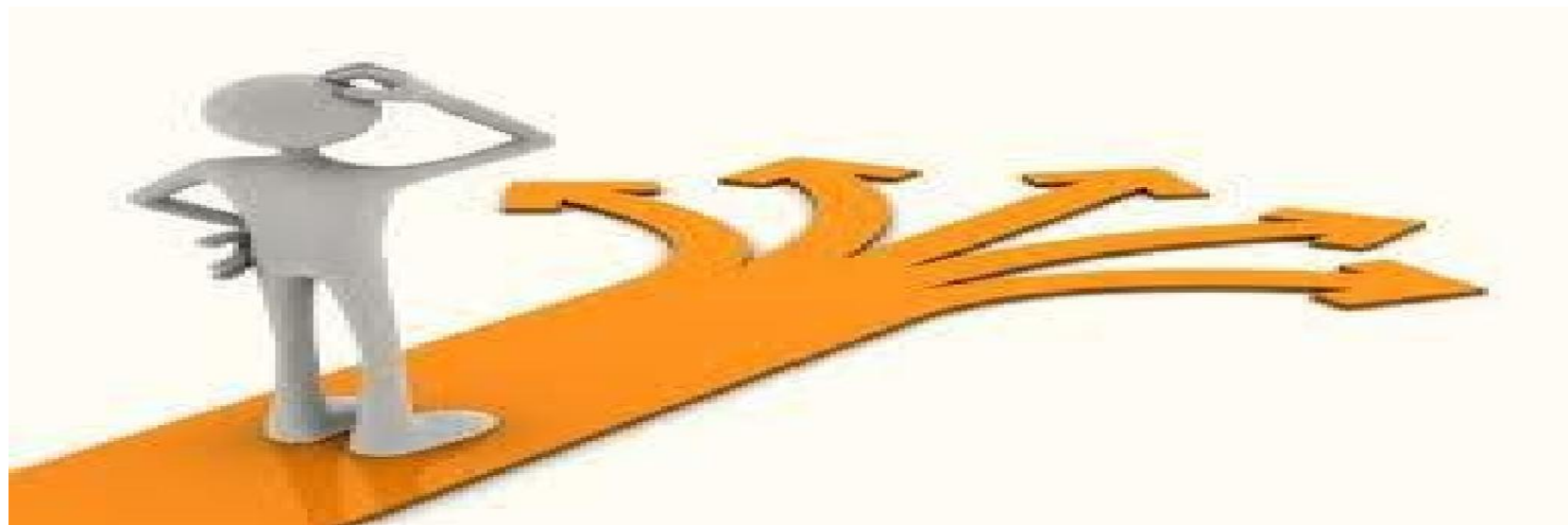


# 2° SCATOLONE

---

## Identità Caritas art. 1 Statuto

Se so chi sono, so dove andare e come





# 3° SCATOLONE

---

Lectio e spiritualità

Per evitare di diventare degli ottimi esecutori



# 4° SCATOLONE

---

Lavoro su di sé

“Ama il prossimo tuo come te stesso” (Lc 10,27)



# 5° SCATOLONE

---



Strumenti per progettare la formazione





**GRAZIE!**