

SOSTENERE LE PERSONE SOPRAVVISSUTE ALLA VIOLENZA:

il ruolo dei mediatori linguistico-culturali

Approfondimento sulla violenza di genere e la
violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi

PROGRAMMA DI FORMAZIONE

Riconoscimenti

Questo programma di formazione è un prodotto del 'Progetto sulla violenza sessuale' della *Commissione per le donne rifugiate* (WRC) e del programma regionale dell'UNICEF 'Azione contro la violenza di genere ai danni delle donne e dei bambini rifugiati e migranti in Italia, Grecia, Serbia e Bulgaria'.

La presente Guida per i facilitatori e il materiale di supporto sono stati sviluppati da Sarah Martin, consulente della WRC, e Giorgia Rocca, consulente UNICEF. Per la WRC, Sarah Chynoweth ha supervisionato l'intero processo di sviluppo e fornito supporto tecnico. Per UNICEF, Maria Margherita Maglietti ha coordinato il progetto e fornito supporto tecnico con la leadership dell'esperta di genere dell'UNICEF per l'Europa e l'Asia Centrale Sheeba Harma. Didem Yuce (UNICEF), Giorgia Airoidi (UNICEF), e Dale Buscher (WRC) a Diana Quick (WRC) hanno fornito ulteriore supporto. Il documento è stato editato da Angela Hawke.

Siamo molto grati a tutti i colleghi che hanno fornito i loro input e feedback: Dale Buscher (WRC), Antigoni Angelaki (UNICEF Greece), Diana Yovcheva (UNICEF Bulgaria), Milena Timotijevic (UNICEF Serbia), Aron Greenberg (UNICEF ECARO), Catherine Poulton (UNICEF HQ) and Elisabeth Roesch (UNICEF HQ).

Siamo molto grati per il supporto del gruppo consultivo convocato per fornire una guida esperta e contributi nella realizzazione del programma: UNHCR Italia, UNICEF Grecia, Médecins du Monde Italia, Università di Roma Tre, CIES Onlus (ONG italiana) e Centro PENC (ONG italiana).

La formazione è stata testata nel luglio 2019 in Calabria, Italia, in collaborazione con Médecins du Monde e nel gennaio 2020 a Sofia, Bulgaria, in collaborazione con il Consiglio per le Donne Rifugiate in Bulgaria. Siamo molto grati ad entrambe le organizzazioni per il loro supporto.

In particolare, desideriamo ringraziare i partecipanti alla formazione: mediatrici e mediatori linguistico-culturali (MLC), interpreti di comunità e interpreti, per la loro partecipazione e il loro feedback durante il periodo di formazione pilota.

Il programma di formazione è stato reso possibile grazie ai generosi finanziamenti della Oak Foundation, della Swedish Postcode Foundation e dell'Ufficio degli Stati Uniti d'America per la Popolazione, i Rifugiati e le Migrazioni (BPRM).

Nota di traduzione: Il tentativo è stato di rimanere il più fedeli possibile al testo originario, ma alcune differenze possono sussistere. Alcuni termini in lingua inglese sono difficilmente traducibili in italiano, in questi casi una scelta terminologica è stata fatta.

Per domande sulla guida e la formazione contattare mmaglietti@unicef.org.

© 2021 Women Refugee Commission e UNICEF



Prefazione

a cura di Alessandra Sciorba, Università degli Studi di Palermo

“Magari avessimo sempre avuto dei mediatori linguistico-culturali formati secondo questi principi e con questo metodo...”. Confesso che è questo il pensiero che ha accompagnato la mia lettura del programma di formazione sviluppato dall’UNICEF e dalla Women’s Refugee Commission (WRC), ragionando su tutti gli anni in cui, come CLEDU¹ Clinica legale dell’Università di Palermo, ci è successo di dare consulenza legale gratuita a persone migranti e richiedenti asilo che avevano subito violenza di genere e violenza sessuale. In moltissimi dei casi che abbiamo seguito dal 2015 ad oggi è, a un certo punto del nostro intervento, arrivato il momento che in queste pagine viene definito quello della “emersione di una violenza”; quel momento in cui la persona che si ha di fronte si sente sufficientemente sicura e protetta da raccontare la verità del suo vissuto, segnato dagli abusi e dalle sopraffazioni che costellano il percorso delle migrazioni contemporanee.

La violenza di genere è spesso uno dei motivi per cui le persone scelgono di lasciare il proprio paese iniziando un percorso migratorio verso l’Europa. Si tratta di persone che le politiche europee degli ultimi anni, con la chiusura di quasi tutti i canali di ingresso legali, hanno generalmente costretto ad intraprendere viaggi pericolosi, affidandosi a reti criminali più o meno strutturate per potere attraversare frontiere sempre più chiuse e militarizzate. La violenza di genere è elemento onnipresente sulle rotte paradossali che l’Unione Europea e i suoi Stati membri hanno creato: anche chi fugge per ragioni per le quali potrebbe essere riconosciuto come rifugiato o rifugiata in Europa impiega anni di viaggio per arrivare in un luogo sicuro dopo avere attraversato, nei paesi di transito, campi di confinamento, centri di detenzione, torture sistemiche, sfruttamento e schiavitù sessuale. Le violenze non finiscono, molto spesso, nemmeno una volta arrivati in un paese europeo, perché anche qui le scelte politiche, e le legislazioni e le prassi istituzionali che le riflettono, riproducono le condizioni di vulnerabilità che rendono le persone migranti esposte a molte forme di sopruso, nel contesto di un sistema di accoglienza spesso caratterizzato da servizi pubblici inadeguati e da realtà del privato sociale che, pur facendo tutto ciò che è in loro potere, faticano a rendere sostenibili le loro buone pratiche.

Di fronte a questa realtà, la figura dei mediatori linguistici culturali, una figura professionale non riconosciuta, che, come spiegato all’interno della guida per i facilitatori, non segue per questa ragione dei percorsi di formazione standardizzati, è davvero fondamentale. È fondamentale per rimettere ordine nel dolore dei “sopravvissuti” e delle “sopravvissute”, e trasformarlo in richieste di cura e supporto, e per coadiuvare i professionisti che a tanti livelli cercano di operare interventi efficaci, ma che spesso incontrano grandi difficoltà nella comunicazione con le persone che assistono.

Questo programma è a tutti gli effetti uno strumento utilissimo per chi si trova oggi a offrire una formazione ai mediatori e alle mediatrici che svolgono il compito delicatissimo di essere “ponte” tra le persone; mediatori e mediatrici che, da un lato, sono facilitati in questa funzione dal fatto di avere la stessa origine nazionale, o di parlare la stessa lingua, o di avere vissuto esperienze simili rispetto alle persone sopravvissute alla violenza, ma che, dall’altro lato, possono incontrare proprio per queste ragioni delle difficoltà supplementari, magari perché nelle storie che si trovano ad ascoltare, trasmettere, e aiutare a decodificare, ritrovano parte della loro. E quindi possono diventare, a loro volta,

¹ La CLEDU è attiva dal 2015 con uno sportello legale gratuito all’interno del Dipartimento di Giurisprudenza dell’Università di Palermo, dove studentesse e studenti, col tutoraggio di avvocati ed esperti in diritto dell’immigrazione, apprendono limiti e potenzialità del diritto, oltre che nozioni e procedure giuridiche, prestando consulenza legale gratuita a persone migranti e richiedenti asilo. Ad oggi questo sportello ha preso in carico più di 600 casi (www.cledu.it).

vittime di una “traumatizzazione vicaria”, come definita all’interno della Guida per i facilitatori, che può colpire chiunque lavori in prima linea, per anni, nel sostegno a persone rese vulnerabili, ma che diventa ancora più probabile e rischiosa quando chi offre questo sostegno ha alle spalle un passato che assomiglia al presente di chi deve essere sostenuto.

Un’attenzione particolare è pertanto dedicata, in questo programma di formazione, proprio alla riflessione che ogni mediatore e ogni mediatrice deve fare innanzitutto sul proprio sé, al bisogno di prendersi cura di se stessi per potersi prendere cura degli altri, e, al contempo, alla necessità di riconoscere e superare anche i propri pregiudizi, le distorsioni delle proprie percezioni, così comuni quando si affrontano tematiche delicate come la violenza di genere e la violenza sessuale, per “imparare la neutralità” e potere davvero tutelare le vittime dagli stereotipi e dalle discriminazioni altrui. Questo è tanto più indispensabile quando, e questo è il focus principale della formazione, questi tipi di violenza colpiscono uomini e ragazzi.

Questo programma di formazione, suddiviso in cinque moduli elaborati come fasi di apprendimento sequenziali, ha l’enorme pregio di unire l’approfondimento teorico di alcuni concetti fondamentali come quelli di “(abuso di) potere”, “violenza”, “vulnerabilità”, “(natura del) consenso e mancanza/possibilità di scelta”, “sesso e genere”, con delle indicazioni “passo dopo passo” per costruire un percorso di formazione attraverso modalità estremamente improntate al “fare”. La convinzione è la stessa alle origini di tutte le esperienze di cliniche legali che offrono agli studenti e alle studentesse un metodo diverso di apprendere il diritto: si impara molto di più “facendo”, che assimilando nozioni in quella maniera che Paulo Freire, pedagogista e militante brasiliano contro la dittatura, definiva propria di un’educazione meramente “depositaria”. E, proprio in questa prospettiva critica, la metodologia applicata nelle cliniche legali come nel percorso delineato in questa formazione è di tipo maieutico, ovvero non incentrata sulla trasmissione di verità già confezionate, ma sulla costruzione di un percorso di apprendimento che rende tutti, formatori e persone in formazione, protagonisti di una ricerca condivisa e costante, volta non solo a interpretare la realtà, ma anche a incidere su di essa in senso trasformativo.

Momenti di analisi condivisa in plenaria si alternano con esercizi in piccoli gruppi volti alla costruzione comune e alla condivisione di opinioni e visioni, e alla restituzione collettiva dei risultati in maniera sempre rispettosa della soggettività e della privacy di ciascuno. Tra i materiali messi a disposizione si ritrovano dispense pratiche utilizzabili anche al di fuori del corso, come promemoria per le attività professionali che si svolgeranno in futuro; casi studio emblematici e problematizzati in ogni dettaglio; video che rendono in immagini i fenomeni trattati, contribuendo a costruire l’ambiente emotivo più adeguato ad affrontarli.

Uno strumento per tante ragioni necessario, insomma, e del quale la CLEDU, grazie a UNICEF, ha potuto misurare l’efficacia e l’impatto mettendolo alla prova all’interno di un corso di formazione da remoto che ha avuto luogo da gennaio a marzo del 2021.

Abbreviazioni

BPRM	Ufficio degli Stati Uniti d’America per la Popolazione, i Rifugiati e le Migrazioni
MGF	Mutilazioni genitali femminili
VG	Violenza di genere
IASC	Commissione permanente inter-agenzie
MLC	Mediatrici e mediatori linguistico-culturali
LGBTQI+	Lesbiche, gay, bisessuali, transgender, queer e intersex o altre persone di diverso orientamento sessuale, identità ed espressione di genere e caratteristiche sessuali
PSP	Primo soccorso psicologico
ISTs	Infezioni sessualmente trasmesse
WRC	Commissione per le donne rifugiate
UNICEF	Fondo delle Nazioni Unite per l’infanzia

Indice

1	Introduzione	1
2	Concetti chiave	3
2.1	Chi sono i/le mediatori/trici linguistico-culturali?	4
2.2	Cosa si intende con violenza di genere e violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi?	6
2.3	Che cos'è lo stress, ivi inclusa la traumatizzazione vicaria?	7
3	Come realizzare questa formazione	8
3.1	Informazioni sul programma di formazione	9
3.2	La scelta dei facilitatori	9
3.3	Prima del workshop	10
	Moduli	13
	Modulo 0: Introduzione	13
	Modulo 1: Introduzione alla violenza di genere e alla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi	17
	Modulo 2: Sostegno alle persone sopravvissute: un approccio basato sui principi	35
	Modulo 3: Ruolo e responsabilità dei mediatori linguistico-culturali nel sostenere le persone sopravvissute	44
	Modulo 4: Riassunto di tutti gli elementi: Mediazione linguistico-culturale a sostegno delle persone sopravvissute	52
	Modulo 5: Gestire lo stress	62

Allegati	70
Allegato 1: Agenda giornaliera.....	71
Allegato 2: Competenze base della facilitazione.....	75
Allegato 3: Attività di rilassamento ed attività energizzanti per le transizioni e Modulo 5.....	79
Allegato 4: Test preliminare e test finale: Risposte.....	83
Note di chiusura	84

1 INTRODUZIONE

I rifugiati e i migranti di tutto il mondo sono esposti a gravi rischi connessi alla violenza, compresa la violenza sessuale, lo sfruttamento e gli abusi. Per molti la violenza o la minaccia di subire violenza costituisce il fattore che li spinge a lasciare il loro paese d'origine. Spesso, purtroppo, scoprono che la violenza è una costante dei loro viaggi pericolosi che continua ad avere un impatto significativo sulle loro vite anche una volta giunti nel paese di destinazione, mentre cercano di ricostruirsi una nuova vita. Quanto detto è particolarmente vero per le donne e le ragazze, la cui esperienza migratoria è spesso caratterizzata dalla violenza di genere (VG). Anche gli uomini e i ragazzi sono oggetto di atti di violenza, compresa quella sessuale. I giovani adulti/le giovani adulte, gli/le adolescenti e i/le minori, soprattutto quelli/e non accompagnati/e, sono esposti a pericoli gravi.

Nonostante l'ampia esposizione alla violenza di genere e alla violenza sessuale lungo le rotte migratorie, le persone sopravvissute che arrivano in Europa si trovano ad affrontare una serie di barriere che impediscono loro di accedere a cure adeguate. Queste barriere includono xenofobia e razzismo, personale impreparato, reti di riferimento scarse e barriere linguistiche. Per superare la barriera linguistica, gli operatori umanitari si affidano ai mediatori linguistico-culturali (MLC) e agli interpreti che possono parlare con le persone sopravvissute ma che, raramente, sono dotati degli strumenti e delle conoscenze necessarie per fornire un sostegno e un'assistenza efficace alle persone sopravvissute alla violenza. Dato il loro legame con la comunità di rifugiati e migranti, i MLC si trovano in una posizione strategica per fornire supporto a coloro che hanno vissuto esperienze difficili e spesso traumatiche. Tuttavia, pochi sono stati formati a farlo.

Ecco perché la Commissione per le donne rifugiate (WRC) e l'UNICEF hanno sviluppato questo programma di formazione, che mira a fornire a questo gruppo vitale di operatrici e operatori umanitari le conoscenze fondamentali di cui hanno bisogno, per rispondere efficacemente e sostenere le persone sopravvissute alla violenza di genere e alla violenza sessuale, compresi i sopravvissuti maschi (vedi sezione 2.2). Se da un lato la formazione si concentra sui MLC, dall'altro è utile e rilevante anche per gli interpreti che lavorano nell'ambito dei servizi per rifugiati e migranti. La formazione mira a:

- sensibilizzare i MLC sul tema della violenza di genere contro le donne e le ragazze e la violenza

sessuale perpetrata contro uomini e ragazzi

- spiegare i principi che stanno alla base di servizi incentrati sulle persone sopravvissute, compresa sicurezza, rispetto e non discriminazione
- promuovere l'autoriflessione per comprendere e, se necessario, affrontare i valori, i comportamenti e le convinzioni personali sulla violenza di genere e la violenza sessuale perpetrata contro uomini e ragazzi
- chiarire i ruoli e le responsabilità dei MLC in termini di servizi e assistenza delle persone sopravvissute
- spiegare come i MLC dovrebbero gestire l'emersione della violenza, mettere in pratica il primo soccorso psicologico (PSP) e indirizzare le persone sopravvissute ai servizi
- condividere buone pratiche per la cura di sé stessi, al fine di aiutare a ridurre al minimo gli effetti dello stress sui MLC, compresa la potenziale traumatizzazione vicaria e promuovere il benessere.

Il programma è stato sviluppato per il contesto europeo, che si differenzia da altri contesti con presenza di rifugiati per alcuni aspetti importanti. Mentre le donne e le ragazze costituiscono circa la metà della maggior parte della popolazione di rifugiati nel mondo, oltre l'85% dei rifugiati e dei migranti che dal 2016 sono entrati in Italia, attraverso la rotta del Mediterraneo centrale, sono uomini e ragazzi.¹ Quasi due terzi dei minori che sono arrivati in Europa attraverso le varie rotte del Mediterraneo nel 2018 e nel 2019 erano ragazzi;² i ragazzi rappresentano anche un'alta percentuale di coloro che arrivano non accompagnati o separati dalle loro famiglie. Tuttavia, è importante sottolineare che le ragazze e le minori non accompagnate e separate dalle famiglie, a causa dei modi particolari in cui viaggiano, non sempre vengono identificate e possono, quindi, essere scarsamente rappresentate nelle statistiche ufficiali.³

Così come strutturato questo programma di formazione si concentra, nello specifico, sui sopravvissuti maschi. Allo stesso modo, affronta anche la violenza di genere ai danni delle donne e delle ragazze, che richiedono servizi di violenza di genere specializzati per aiutarle nel loro recupero.

2 CONCETTI CHIAVE

2.1 Chi sono i/le mediatori/trici linguistico-culturali?

All'interno di questo programma di formazione viene utilizzato il termine "mediatrice/tore linguistico e culturale" per riferirsi a chiunque "faciliti la comprensione reciproca tra una persona o un gruppo di persone (ad es. i migranti/rifugiati) e un operatore/trice (ad es. un medico), fornendo una traduzione verbale bidirezionale (interpretariato) e aiutandoli a superare le barriere culturali."⁴ Sebbene questo termine non sia comune in ogni situazione in cui sono presenti rifugiati o migranti, è usato in diversi contesti europei.⁵

Oltre a fornire servizi di interpretariato alle organizzazioni governative, alle ONG e alle organizzazioni di comunità, ai MLC viene spesso chiesto di costruire rapporti di fiducia con i rifugiati e i migranti, il che rappresenta un aspetto fondamentale del loro lavoro. Gli operatori dei servizi e i rifugiati si rivolgono ai MLC per capire e interpretare le norme sociali e culturali relative a un determinato contesto, oltre alle paure e ai tabù esistenti in una determinata comunità. In tal senso, si trovano in una posizione di vantaggio, poiché spesso provengono dallo stesso paese e dalla stessa cultura dei rifugiati e dei migranti a cui forniscono supporto. In altre parole, i MLC rappresentano un anello di congiunzione essenziale tra le autorità e gli operatori dei servizi da un lato, e le comunità di rifugiati e migranti dall'altro.

Come viene definito un MLC nel vostro contesto?

Sebbene la necessità di fornire servizi in diverse lingue sia comune a tutti i Paesi di transito e di destinazione, non esiste una terminologia univoca o ruoli e responsabilità standardizzati per le persone che facilitano la comprensione e l'interpretazione tra la popolazione di rifugiati/migranti e i servizi, e tanto meno se e in quale misura gli elementi culturali debbano essere spiegati. In Italia, ad esempio, non esiste un nome univoco per definire le/i MLC. La stessa persona può essere definita con molti titoli di lavoro e ruoli diversi (come mediatore culturale, mediatore interculturale, mediatore transculturale o interprete di comunità) a seconda del luogo in cui lavora, del suo percorso formativo e delle

sue qualifiche. Il loro ruolo può essere limitato alla sola interpretazione verbale, o includere una serie molto più ampia di responsabilità, tra cui il coinvolgimento della comunità e il collegamento con essa.

L'espressione più comunemente usata in Bulgaria è quella di mediatore culturale. I mediatori che lavorano per le agenzie statali si limitano esclusivamente a fare da interpreti ai rifugiati durante un colloquio formale. I mediatori culturali che lavorano per le ONG, invece, è possibile che dedichino più tempo ad interagire in modo indipendente con le comunità e fornire servizi di assistenza. In Grecia, viene spesso usato il termine "interprete di comunità", che si concentra sull'interpretazione offerta nel contesto del servizio pubblico messo a disposizione, per assicurare che i rifugiati e i migranti abbiano accesso alle procedure sanitarie e amministrative del Paese, come le procedure di accoglienza e di asilo. Altri termini che sono stati spesso usati dopo il flusso di rifugiati siriani arrivati in Grecia nel 2015 sono: interpreti interculturali, mediatori culturali, interpreti e mediatori interculturali.⁶ La professione si sta evolvendo in modo diverso in diversi contesti, e anche all'interno dello stesso Paese. Ciononostante, tutte e tutti i MLC sono accomunati dal ruolo di facilitatori della comunicazione con le comunità di rifugiati e migranti, in quanto riescono a stringere legami con queste comunità e a comprendere gli aspetti culturali. Data la loro capacità di comunicare e la loro conoscenza del contesto culturale, possono anche essere incaricati di svolgere attività di assistenza.

Per includere e descrivere questa ampia categoria di professionisti in questo programma di formazione utilizzeremo il termine MLC.⁷ Tuttavia, in preparazione all'implementazione della formazione in diversi contesti, è importante riflettere sui ruoli, sulle responsabilità e sulla terminologia nel contesto locale.

Come si è sviluppata la mediazione linguistico-culturale?

Come abbiamo notato, la mediazione linguistico-culturale è una professione ancora in divenire. Negli ultimi anni, comunque, è stata sempre più integrata nella risposta europea ai rifugiati e ai migranti.

I Paesi europei di destinazione, come l'Italia e la Grecia, hanno assistito all'arrivo di rifugiati e migranti

provenienti da Paesi diversi come l'Afghanistan, il Bangladesh, il Gambia, l'Eritrea, la Siria e la Repubblica Democratica del Congo. Parallelamente, è aumentata drammaticamente la richiesta di interpreti in molte lingue extraeuropee che non sono insegnate dalle tradizionali scuole europee di interpretariato e traduzione.

Una delle prime soluzioni messe in atto dagli operatori dei servizi è stata quella di richiedere l'aiuto dei membri multilingue delle comunità di rifugiati e migranti per lavorare come interpreti improvvisati in caso di necessità. Gli operatori dei servizi interessati si sono poi resi conto di aver bisogno di ulteriore supporto, non solo per l'interpretariato, ma anche per migliorare la comprensione delle diverse pratiche culturali sia dei nuovi arrivati che delle comunità ospitanti e, in alcuni casi, per collegare queste nuove comunità ai servizi di base.

Questa necessità di aiuto sta alla base della nascita della professione dei MLC. Si è spesso riscontrato che i MLC che lavorano nella regione europea non dispongono di una formazione sufficiente e di una certificazione formale, perché la maggior parte degli Stati membri non ha un processo di accreditamento. In molti Paesi, la mediazione interculturale rimane un'occupazione precaria e temporanea con un reddito incerto. Per queste ragioni, il/la MLC di oggi svolge un ruolo complesso che non sempre è ben definito e che può essere applicato in modi differenti in contesti diversi. Trattandosi di una nuova professione, la formazione, gli standard e persino i titoli di chi fornisce tali servizi variano da Paese a Paese e da contesto a contesto. La richiesta per una maggiore professionalizzazione dei MLC in molti Paesi è aumentata, poiché i rifugiati e i migranti hanno iniziato a stabilirsi in modo più permanente.

Quali sono alcune delle sfide concernenti la mediazione linguistico-culturale?

I dibattiti con gli esperti e il loro feedback, tra cui quelli dei stessi MLC, hanno dimostrato che questa nuova professione deve affrontare una serie di sfide, sia per i servizi che si avvalgono dei MLC, sia per le/gli stessi MLC.

- I programmi di formazione per MLC sono spesso scarsamente finanziati o non esistono affatto,

poiché in molti Paesi non si tratta ancora di una professione riconosciuta.

- Gli enti che forniscono i servizi potrebbero non aver previsto del budget specifico per la MLC nei loro bilanci.
- Gli enti che forniscono i servizi utilizzano spesso MLC a chiamata e su tariffa oraria. Di conseguenza, questi non sempre sono visti come parte integrante del team dell'organizzazione.
- Molte/i MLC vengono assunti all'interno delle organizzazioni su base progettuale per alcuni mesi. Sono spesso mal pagati (e i pagamenti sono spesso sporadici), soprattutto se la richiesta di una certa lingua è limitata.
- Alcune organizzazioni pur prevedendo la collaborazione con MLC non descrivono con chiarezza le loro mansioni e spesso mancano il supporto e una supervisione sistematica o adeguata.
- Alcune/i MLC possono non avere un livello di formazione formale nella loro lingua madre e/o nelle lingue veicolari⁸ con cui lavorano.

Una conseguenza di queste sfide è che, nonostante il crescente riconoscimento del loro ruolo centrale, pochi MLC sono stati sufficientemente formati per relazionarsi con le persone sopravvissute alla VG e alla violenza sessuale. Allo stesso modo, come molti altri operatori che lavorano in prima linea, i MLC possono non essere a conoscenza dei principi da seguire quando si lavora con persone sopravvissute di questo genere. Come ognuno di noi, anche i MLC possono avere comportamenti e convinzioni personali che, se non affrontati, possono ostacolare l'efficacia del loro supporto alle persone sopravvissute.

Absolute priorità rimangono lo sviluppo di programmi di formazione e sistemi di accreditamento, il proseguimento della ricerca sull'efficacia dei MLC nei servizi a cui hanno diritto migranti e rifugiati e lo sviluppo di strategie che garantiscano la presenza di MLC qualificati in tutti i servizi a cui hanno accesso anche i rifugiati e i migranti, ovunque e in qualsiasi momento. Nel loro complesso, queste azioni possono migliorare la qualità della vita e l'integrazione sociale dei rifugiati e dei migranti.⁹

2.2 Cosa si intende con violenza di genere e violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi?

La violenza di genere è una delle violazioni dei diritti umani più pervasive, ma meno visibili al mondo. Come definito dalle linee guida sulla violenza di genere della Commissione permanente inter-agenzie,¹⁰ 'Violenza di genere' è un termine ombrello utilizzato per descrivere qualsiasi atto dannoso perpetrato contro la volontà di una persona e basato su differenze socialmente attribuite (cioè di genere) tra maschi e femmine. Il termine è usato principalmente per descrivere la violenza che è espressione della disuguaglianza di genere tra donne e uomini, che lascia alle donne e alle ragazze meno potere sociale, economico e politico rispetto agli uomini e ai ragazzi. Almeno una donna e una ragazza su tre, più di un miliardo in tutto il mondo, subiscono violenza fisica e/o sessuale nel corso della loro vita, semplicemente perché sono donne.¹¹

La violenza di genere infligge un danno indicibile a livello globale alle ragazze, alle donne e tra loro le adolescenti hanno un rischio maggiore di esposizione alla violenza di genere. Esempi di violenza di genere durante l'intero ciclo di vita includono l'aborto selettivo basato sul sesso, l'infanticidio, l'accesso differenziato al cibo e ai servizi, la mutilazione o il taglio dei genitali femminili, la violenza sessuale compreso lo sfruttamento, il matrimonio precoce, gli abusi legati a pratiche quali dote/prezzo della sposa (bride price), il femminicidio, compreso il cosiddetto 'omicidio d'onore', la violenza domestica, la privazione di eredità o di proprietà e gli abusi sulle donne più anziane. Le situazioni di trasferimento forzato e migrazione spesso aggravano le vulnerabilità preesistenti alla violenza di genere e presentano nuove forme di violenza contro le donne e le ragazze.¹²

La violenza sessuale, tuttavia, viene perpetrata contro persone di ogni genere e orientamento sessuale: donne, ragazze, uomini e ragazzi e persone LGBTQI+¹³. Le donne e le ragazze rappresentano la maggioranza delle persone sopravvissute e le persone LGBTQI+ sono ad alto rischio. Allo stesso tempo, in tutto il mondo si verificano abusi sessuali su ragazzi, mentre anche gli

uomini adulti diventano preda delle violenze sessuali. L'OMS definisce la violenza sessuale come: "qualsiasi atto sessuale, tentativo di ottenere un atto sessuale, commenti o avance sessuali indesiderati, o atti di tratta o comunque diretti contro la sessualità di una persona, ottenuti usando coercizione, da parte di qualsiasi persona, indipendentemente dalla sua relazione con la persona sopravvissuta, in qualsiasi ambiente, compresi, ma non soltanto, la casa e il luogo di lavoro."¹⁴

La violenza sessuale su uomini e ragazzi viene perpetrata in vari modi. In situazioni di conflitti armati, possono essere costretti ad assistere a violenze sessuali contro altre persone, o obbligati a stuprare altre persone, possono subire violenze sui genitali, tra cui percosse, elettroshock e mutilazioni. Nei Paesi d'origine, durante la migrazione e nei Paesi d'asilo, i ragazzi adolescenti e gli uomini possono essere soggetti a sfruttamento sessuale, mentre i ragazzi giovani possono diventare il target di abusi sessuali. Gli uomini e i ragazzi gay, bisessuali e transgender (trans) (così come le lesbiche e altre persone con diversi orientamenti sessuali e identità di genere) sono particolarmente vulnerabili alla violenza sessuale, compresi lo sfruttamento e gli abusi sessuali.

Mentre alcuni tipi di violenza possono essere diretti contro un uomo o gruppi di uomini e ragazzi, non definiamo questo genere di violenza come violenza di genere. Una causa alla radice della violenza di genere è la disuguaglianza di genere, che uomini e ragazzi non vivono allo stesso modo. Sebbene la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi sia un fenomeno correlato al genere, l'uso del termine violenza di genere porterebbe con sé diverse problematiche e potrebbe confondere gli operatori del settore.¹⁵

In questo programma di formazione abbiamo scelto, quindi, di utilizzare l'espressione: violenza sessuale perpetrata contro uomini e ragazzi, riconoscendo che i diversi tipi di violenza hanno radici diverse e che le esigenze di uomini e ragazzi non sono necessariamente le stesse di quelle di donne e ragazze, sebbene vi siano delle similitudini per quanto riguarda le conseguenze e i servizi che dovrebbero essere forniti.

2.3 Che cos'è lo stress, ivi inclusa la traumatizzazione vicaria?

Il personale che fornisce servizi alle persone sopravvissute è esposto a situazioni di forte stress. Lo stress è uno stato di stimolo psicologico e fisico che si manifesta come risultato di una minaccia, sfida o cambiamento all'interno dell'ambiente in cui si vive. Lo stress quotidiano è un fenomeno comune a tutte le persone: si tratta di un aspetto inerente alle decisioni che prendiamo e ai problemi che risolviamo giornalmente e spesso motiva le persone a essere più produttive. Nella sua gestione ordinaria, lo stress è una risposta normale e naturale volta a tutelare, mantenere e migliorare le nostre vite.¹⁶

I tipi di stress negativi, tuttavia, si presentano quando lo stesso dura troppo a lungo, si verifica troppo spesso o è troppo grave. Si tratta della reazione a una sfida, una richiesta, una minaccia o un cambiamento che oltrepassa le nostre risorse di adattamento e, pertanto, si traduce in sofferenza. Questo include lo stress legato a un evento critico, (come può essere lo stress vissuto dalla vittima di un'aggressione), e lo stress cumulativo che si struttura nel tempo. Le persone che lavorano con le persone sopravvissute di violenza di genere, la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi e altri tipi di violenza sono particolarmente a rischio di stress cumulativo, compresa la traumatizzazione vicaria.¹⁷

La traumatizzazione vicaria dipende dai residui emotivi che gli operatori dei servizi portano con sé, dopo aver ascoltato le sofferenze delle persone ed essere diventati testimoni del dolore, della paura e del terrore che hanno sopportato.¹⁸ Si tratta di uno stato di tensione e di preoccupazione circa le difficoltà e le esperienze traumatiche descritte dai clienti. Altri termini utilizzati includono lo stress traumatico secondario e la vittimizzazione secondaria.¹⁹

Molti psicologi e assistenti sociali sono formati e ricevono supporto dalle loro organizzazioni per gestire lo stress legato al lavoro, imparando anche a stare attenti ai segni di una potenziale traumatizzazione vicaria. Quanto detto è ancora più pertinente per gli operatori dei servizi di salute mentale e psicosociale nei contesti umanitari. Tuttavia, questo è raramente il caso dei MLC.

I MLC agiscono in prima linea, a stretto contatto con rifugiati e migranti, e da ciò possono nascere situazioni di stress significative, tali da potere anche causare una traumatizzazione vicaria. L'esposizione ripetuta ai racconti di sofferenza, violenza e perdita può riattivare le proprie esperienze stressanti o traumatiche. Molti MLC sono loro stessi rifugiati e migranti, rendendo il trauma vicario un rischio significativo.²⁰ Alcuni dibattiti informali con gli operatori dei servizi in Europa hanno rilevato che i MLC impiegati su base ad hoc per lavorare con le persone sopravvissute alla violenza sessuale hanno mostrato profonda angoscia e segni di traumatizzazione vicaria.

Lo stress non gestito e il trauma vicario possono avere un impatto negativo sulla vita personale degli operatori, causando difficoltà relazionali con la famiglia e gli amici e danneggiando la loro salute emotiva e fisica. La sofferenza e il trauma vicario possono influire sulle prestazioni lavorative, poiché si tende a compiere più errori. Tuttavia, sono poche le organizzazioni che, pur impiegando MLC, offrono loro un supporto mirato, come la supervisione e supporto per la cura di sé.



3 **COME REALIZZARE QUESTA FORMAZIONE**

3.1 Informazioni sul programma di formazione

Il programma di formazione è composto dalla Guida per i facilitatori, una serie di presentazioni PowerPoint e dispense. La formazione comprende un modulo introduttivo e cinque moduli su argomenti specifici, ognuno dei quali riguarda una serie di questioni cruciali. La formazione è prevista per essere svolta in tre giorni. Se i partecipanti hanno già una formazione e/o esperienza in materia di violenza di genere, è possibile accorciare la durata della formazione. L'allegato 1 fornisce al facilitatore una bozza per un programma formativo di tre giorni.

3.2 La scelta dei facilitatori

Per un equilibrio ideale ci vorrebbero almeno due facilitatori: uno con un background sulla violenza di genere e l'altro con un background in mediazione linguistico-culturale. I due facilitatori possono sostenersi a vicenda, attenuare e risolvere eventuali conflittualità che dovessero emergere e lavorare insieme per affrontare la complessità e la sensibilità degli argomenti trattati.

Data l'attenzione rivolta alla violenza di genere e alla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi, oltre che all'inclusione sociale delle persone LGBTIQ+, sarebbe ancora meglio se la composizione del team di facilitatori riflettesse le diverse identità di genere, sessualità ed esperienze.

Entrambi i facilitatori devono avere competenze tali da consentire loro di risolvere conflitti e gestire reazioni intense. È anche importante che entrambi abbiano una profonda conoscenza delle comuni convinzioni errate e siano pronti a confutarle, in particolare per l'esercizio di chiarimento dei valori personali.

Nell'ipotesi ideale, il facilitatore esperto sulla violenza di genere dovrebbe avere esperienza nel lavoro sociale, nelle attività psicosociali o nella risposta alla violenza di genere. Soprattutto, il facilitatore esperto sulla violenza di genere deve avere comprensione e conoscenza della violenza di genere, della violenza sessuale, dell'uguaglianza di genere e dei ruoli di genere, oltre a sapere come questi aspetti si traducono nei contesti umanitari.

Se possibile, il facilitatore con un background nella

mediazione linguistico-culturale dovrebbe avere esperienza nel lavoro con le persone sopravvissute alla violenza di genere e alla violenza sessuale. L'esperienza pratica raccolta lavorando sia con le persone sopravvissute sia con gli operatori dei servizi li aiuterà a stabilire fiducia e credibilità con i partecipanti e consentirà loro di rispondere anche a tutte le domande che i partecipanti possono avere su situazioni reali, comprese le rivelazioni di violenza sessuale e violenza di genere che possono aver vissuto.

È importante che il team di facilitatori discuta in anticipo le misure da adottare per garantire che i membri del team lavorino bene insieme e affrontare gli aspetti specifici che possano impedirlo. Il confronto deve includere i seguenti aspetti.

- Accordo sulla chiara assegnazione di ruoli e responsabilità all'interno del team: il lavoro di squadra funziona meglio quando ognuno ha una chiara comprensione del proprio ruolo e delle proprie responsabilità e di quelle degli altri all'interno del team. (Questo è un aspetto vitale nella preparazione dei MLC per il loro lavoro nella comunità.) La discussione sui ruoli e le responsabilità può essere d'aiuto per:
 - Essere il cambiamento che vogliamo vedere: il modo in cui il team lavora insieme deve dimostrare il suo impegno verso i valori e i principi della parità di genere e della non discriminazione in senso lato. In pratica, questo comporta:
 - fissare chiari standard di comportamento che possono essere utilizzati per chiedere ai membri del team di rispondere di comportamenti vessatori (come le battute sessiste o omofobiche o le molestie sessuali), e
 - rafforzare chiare politiche organizzative su tutte le forme di discriminazione (compresa la discriminazione basata sul genere, l'orientamento sessuale e lo stato di sieropositività all'HIV, tra le altre).
 - Pianificare i modi per sostenersi a vicenda: tale supporto è importante per il lavoro di squadra su qualsiasi progetto, ma è particolarmente cruciale in questo settore, dove possono emergere ricordi ed esperienze dolorose.
 - Trovare il tempo per fare pratica e ottenere feedback: le persone imparano meglio

facendo, quindi è bene fare pratica utilizzando le attività di apprendimento di questo programma formativo e ottenere il feedback di persone del settore con maggiore esperienza. È importante che i membri del team di facilitatori abbiano l'opportunità di esercitarsi nel loro ruolo di facilitatori prima del workshop.

Per ulteriori informazioni sulle Competenze di base in materia di facilitazione, si veda l'allegato 2.

3.3 Prima del workshop

Come appena sottolineato, è importante esercitarsi sulle attività del curriculum prima del workshop, facendosi affiancare da colleghi che hanno una certa esperienza e conoscenza delle questioni affrontate. Ci sono anche ulteriori misure che si possono adottare per essere sicuri di essere ben preparati per il workshop.

Rivedere i moduli del corso di formazione

I moduli di questo programma di formazione sono stati elaborati come step sequenziali, in cui ogni modulo si basa sugli obiettivi di apprendimento raggiunti nel modulo precedente. Questo approccio funziona al meglio se si ripassano gli argomenti con i partecipanti, discutendo, ad esempio, i concetti fondamentali e i principi guida sulla violenza di genere prima di iniziare con l'apprendimento su come applicare questi principi al proprio lavoro. Nel corso della formazione, nei moduli si fa riferimento a concetti fondamentali come le definizioni di violenza di genere, i principi guida sulla violenza di genere e l'approccio incentrato sulla persona sopravvissuta.

I moduli del workshop si concentrano su:

- Introduzione al workshop e presentazione
- Concetti e definizione chiave della violenza di genere, definizione e dinamiche della violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi
- Un approccio basato sui principi per fornire sostegno alle persone sopravvissute
- Ruoli e responsabilità dei MLC che lavorano in supporto delle persone sopravvissute
- Riassunto di tutti gli elementi: come i MLC forniscono supporto alle persone sopravvissute
- Gestire lo stress.

Riesaminare i materiali e organizzare la formazione

Il workshop comprende molte attività diverse ed esercizi in piccoli gruppi che richiedono uno spazio aperto per i partecipanti. Sarebbe ottimale avere una sala con un tavolo disposto a ferro di cavallo o diversi tavolini per incoraggiare da un lato tutti i partecipanti a guardare verso il facilitatore, mentre dall'altro devono anche potersi dividere in piccoli gruppi per le discussioni.

Ogni modulo e argomento comprende un elenco specifico di materiali, e tutti i seguenti accessori saranno necessari a un certo punto: lavagne a fogli mobili, pennarelli, proiettore e schermo, altoparlanti, cartoncini, note adesive, targhette con i nomi, nastro adesivo e altri tipi di materiale di formazione comunemente usati durante i workshop.

Durante la formazione verranno mostrati due video e i relativi URL sono stati inseriti nei moduli correlati. Possono anche essere scaricati per poi mostrarli se la sala di formazione non ha accesso a Internet. Assicurarsi di avere accesso a degli altoparlanti in modo che i partecipanti possano sentire bene l'audio.

Partecipanti affamati o assonnati hanno maggiori difficoltà ad apprendere. Quindi, assicurarsi di avere snack nutrienti per i partecipanti e organizzare anche delle attività energizzanti e pause adeguate. Questo permette ai partecipanti di sapere che le loro esigenze sono state prese in considerazione, e aiuta a mantenere tutti felici, compresi i facilitatori!

Adattare il programma di formazione al proprio contesto

Questo programma di formazione è stato elaborato per la risposta europea nel suo complesso, con corsi di formazione pilota condotti in Bulgaria e in Italia e con gli input di chi lavora in prima linea in Serbia e in Grecia. Lo schema su cui si basa il programma è stato pensato per poterlo adattare a contesti di diverso genere, anche extraeuropei. Quando si adatta il programma a un nuovo contesto, è importante avere una conoscenza di base della violenza di genere contro le donne e le ragazze nel proprio ambiente, così come una comprensione dei problemi inerenti la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi, compresa la situazione delle persone LGBTQ+.

Il caso studio (dispensa 13) per il Modulo 4 è abbastanza generico da poter essere adattato a un campo profughi,

a un insediamento informale o anche a un ambiente urbano con un centro di accoglienza per migranti o rifugiati. I nomi del rifugiato e del mediatore culturale possono essere cambiati per essere più rappresentativi delle etnie dei migranti nel proprio ambiente. Anche il genere dell'interprete può essere cambiato.

Altre dispense, come la dispensa 3 Diritti umani: Concetti fondamentali, possono essere aggiornate, così da includere un riferimento alla Costituzione del Paese in cui si svolge la formazione. Mentre la dispensa 4: La violenza sessuale contro i ragazzi e i giovani rifugiati e migranti in Europa, può essere adattata al proprio ambiente, con informazioni sulle circostanze nei Paesi di origine delle comunità di rifugiati e migranti, così come lungo le rotte migratorie e nei trasferimenti.

Stabilire le tempistiche del workshop

Come già anticipato, il workshop è stato progettato per essere svolto in tre giorni. In funzione dell'argomento specifico scelto o dell'esperienza dei partecipanti, è possibile ridurre i tempi a due giorni e mezzo. Se i partecipanti hanno ricevuto una formazione sulla VG che si concentra sui concetti fondamentali della VG, tra cui il genere, il potere e il consenso, la tempistica può essere ridotta. Se non hanno ricevuto una formazione al riguardo, è importante trattare il modulo dei concetti fondamentali (modulo 1).

I tempi delle attività plenarie saranno più lunghi, soprattutto se è necessaria la presenza di interpreti e quindi si dovrebbe tenere conto di ciò nella pianificazione, poiché le discussioni plenarie non devono essere affrettate: esse contengono molti dei momenti chiave di apprendimento per il gruppo. L'interpretazione simultanea, pur essendo più costosa, consente una discussione più fluida tra i partecipanti e i facilitatori rispetto all'interpretazione consecutiva. L'interpretazione consecutiva è stata comunque utilizzata in entrambi i corsi pilota e ha funzionato in modo efficace.

Creare un ambiente partecipativo per favorire il cambiamento

Il corso di formazione è pensato per essere svolto come workshop di gruppo. Le attività di apprendimento coprono una serie di temi e utilizzano un mix di metodi e strumenti di formazione per incoraggiare

i partecipanti a riflettere ed esplorare questi temi in relazione alla propria esperienza.

Quando si pianifica il workshop, bisogna pensare attentamente a come creare un ambiente di apprendimento positivo per il gruppo specifico di partecipanti. Alcuni dei temi trattati possono essere considerati sensibili e alcuni dei partecipanti possono sentirsi a disagio nel discutere di questioni di genere, sessualità e violenza.

Molti MLC possono appartenere a popolazioni rifugiate o migranti e possono aver vissuto in prima persona gli argomenti trattati nella formazione o esserne stati testimoni. Quando si discute di questioni relative alla violenza, in alcuni partecipanti posso riaffiorare ricordi di violenze da loro subite. Un'attenta preparazione è, pertanto, fondamentale per garantire che il workshop sia un ambiente di apprendimento positivo e di supporto, poiché ciò può aiutare i partecipanti ad affrontare emozioni difficili o sgradevoli che possono sorgere durante la formazione.

Prepararsi a mantenere l'energia del gruppo e fornire esempi di riduzione dello stress

È importante mantenere alta l'energia dei membri del gruppo durante la formazione. Quando si trattano argomenti difficili e delicati, c'è la possibilità che i membri del gruppo si sentano sopraffatti. È necessario essere creativi sui modi per mantenere alta l'energia del gruppo; questo può includere l'uso di attività preparatorie, energizzanti, ed esercizi per rompere il ghiaccio o attività rilassanti. Chiedendo ai partecipanti di suggerire delle tecniche per rompere il ghiaccio o delle attività energizzanti aiuta ad adattare la formazione alla loro cultura. Nell'allegato 3 sono contenute alcune idee di attività energizzanti e tecniche di rilassamento.

Nel corso del programma è anche importante fornire esempi di riduzione dello stress. Prima e/o dopo ogni pausa, si raccomanda una breve attività energizzante o di riduzione dello stress per facilitare la transizione tra gli spazi. Prima di ogni pausa, un breve esercizio di rilassamento può aiutare i partecipanti a cambiare umore per rilassarsi durante le pause e tornare più freschi e pronti ad apprendere. È importante incoraggiare i partecipanti a socializzare o a prendersi del tempo per sé e a non lavorare durante le pause. Le attività energizzanti svolte dopo le pause, prima di rientrare nello spazio di apprendimento, possono aumentare i livelli di energia,

specialmente di pomeriggio, e aiutare i partecipanti a concentrarsi nuovamente.

Bisogna sfruttare queste opportunità per fornire ai partecipanti degli esempi su come stabilire delle limitazioni relative al lavoro. Poiché tutti noi abbiamo modi diversi per rilassarci, è utile predisporre un ventaglio di attività. Alcuni esempi sono: lo yoga su sedia che permette alle persone di muovere il corpo e fare stretching, ascoltare musica rilassante, mostrare video divertenti, incoraggiare le persone a usare l'umorismo, organizzare dei giochi attivi in cui si deve rincorrere gli altri o correre, e semplici esercizi di respirazione e di rilassamento. In questo modo si possono fornire ai partecipanti alcune tecniche pratiche per gestire lo stress che possono utilizzare a casa, nonché proporre ad altri per aiutarli a gestire lo stress. Consultare l'allegato 3 per ulteriori esempi.

Prepararsi ad affrontare l'emersione della violenza

Alcuni partecipanti potrebbero cogliere questa occasione per parlare di esperienze di violenza di cui sono stati testimoni, che hanno vissuto o che hanno addirittura perpetrato. Questo tipo di emersione può essere molto significativa per il singolo partecipante, il quale può sentirsi abbastanza al sicuro nel workshop da avere il coraggio di parlare per la prima volta di un'esperienza personale dolorosa. Questo tipo di apertura può essere emotivamente di grande impatto per gli altri partecipanti, contribuendo a ridurre il loro senso di isolamento nell'incontro con esperienze simili.

Allo stesso modo, ascoltare un'esperienza personale di violenza può essere doloroso per gli altri partecipanti. Ascoltando il racconto degli altri, i partecipanti possono ricordarsi delle loro difficili esperienze di violenza o di perdita. Inoltre, possono esservi anche delle ripercussioni, se qualcuno dei presenti non rispetta la riservatezza.

È importante che il team di facilitatori prepari i partecipanti ad affrontare le emersioni della violenza con le seguenti misure:

- Spiegare, prima di specifiche attività di apprendimento, che i partecipanti potranno provare emozioni profonde nel parlare della propria esperienza di violenza e ricordare al

gruppo che, se da un lato questo può essere benefico, dall'altro può anche essere angosciante per il resto del gruppo e per sé stessi.

- Preparare e fornire supporto ai partecipanti per prendere le decisioni più corrette su se, cosa, quando e quanto raccontare, ricordando loro di riflettere sulle motivazioni che li spingono a parlare e sul possibile impatto e conseguenze su loro stessi e sul resto del gruppo.
- Ricordare ai partecipanti che questo workshop non può fornire (o sostituire) una terapia, e che il team di facilitatori non ha necessariamente le specifiche abilità o la formazione necessaria per fornire supporto psicologico a persone che hanno vissuto esperienze difficili.
- Essere pronti a fornire ai partecipanti i contatti di organizzazioni locali e di professionisti che forniscono supporto psicologico alle persone che hanno subito violenze e danni significativi.
- Ricordare a tutti di rispettare la riservatezza, anche per amici o parenti che potrebbero essere sopravvissuti a eventi di violenza.

I facilitatori devono identificare anzitempo un'organizzazione a cui indirizzare i partecipanti, se questi dovessero avere bisogno di ulteriore supporto dopo il workshop. Alcuni partecipanti possono decidere di parlare delle loro esperienze di violenza perché stanno vivendo una crisi e hanno bisogno di aiuto urgente. Il compito del facilitatore in queste situazioni è di comprendere l'urgenza dell'aiuto e dove la persona possa riceverlo. Come detto in precedenza, è importante che il facilitatore abbia già individuato i servizi di supporto disponibili sul territorio. Se qualcuno sta vivendo una vera e propria crisi, il facilitatore potrebbe aver bisogno di dedicare del tempo alla questione durante una pausa o, nei casi più gravi, occuparsene durante il workshop stesso. Tra le azioni possibili vi è la valutazione della situazione del partecipante, indirizzare l'interessato a un consulente o anche accompagnare la persona al servizio appropriato.

Per ulteriori suggerimenti su come essere pronti ad affrontare una serie di problematiche che possono sorgere durante il corso, si consiglia di consultare l'allegato 2.

MODULO 0

Introduzione

Obiettivi di formazione

- Completare il test preliminare per valutare i livelli di consapevolezza sulla violenza di genere e sulla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi
- Fare conoscenza con gli altri
- Stabilire le regole di base per il workshop
- Far familiarizzare i partecipanti con il programma e gli obiettivi del workshop

Durata

30 min

30 min

30 min

30 min

Tem

0.1 Registrazione al workshop e test preliminare

0.2 Introduzione al workshop

0.3 Conoscere gli altri

0.4 Introduzione al programma e panoramica degli obiettivi del corso

Materiale essenziale

- PPT Modulo 0: Introduzione
- Dispensa 1: Test preliminare e test finale

Preparazione

- Disporre gli spazi in modo appropriato per ogni argomento
- Rivedere le slide pertinenti
- Rivedere le dispense pertinenti
- Rivedere le note del facilitatore e la guida passo dopo passo

0.1 Registrazione al workshop e test preliminare

Durata:

30 minuti

Strumenti:

Banco iscrizioni

Materiale essenziale:

Dispensa 1: Test preliminare e test finale
Targhette con i nomi per tutti i partecipanti
Foglio di iscrizione

Note del facilitatore:

Fai registrare i partecipanti. Assicurati che tutti si sottopongano al test preliminare prima di iniziare il workshop.

Guida passo per passo:

1. Accogli i partecipanti e falli registrare al workshop.
2. Distribuisci la dispensa 1 e chiedi loro di compilarla subito, prima dell'inizio del workshop.
3. Ricorda loro di mettere il proprio nome sul test preliminare.
4. Dai loro una copia del programma e una targhetta con il nome.

0.2 Introduzione al workshop

Scopo:

Stabilire le regole di base e le norme condivise per il workshop e dare ai partecipanti la possibilità di comprendere la metodologia.

Strumenti:

Proiettore e schermo per PowerPoint
Lavagna a fogli mobili e pennarelli

Durata:

30 minuti

Note del facilitatore:

Se l'ambiente in cui si tiene la formazione lo consente, ricava uno "spazio sicuro" all'interno dello stesso, in cui i partecipanti, che si sentono sopraffatti o che hanno bisogno di un po' di tempo per riflettere, possano appartarsi per mettere insieme i pensieri. Un'idea è quella di utilizzare un'area dell'aula che possa essere separata con delle tende e abbia un divano. Tutti gli ospiti possono essere invitati a dare il benvenuto e a rimanere per l'introduzione e i giochi di presentazione.

Modalità:

Discussione plenaria
Esercizio plenario

Materiale essenziale:

PPT Modulo 0: Introduzione

Guida passo per passo:

1. Mostra la slide 0.1 e dai il benvenuto ai partecipanti, a meno che non ci siano accompagnatori speciali o ospiti; in tal caso, dovrebbero dare prima loro il benvenuto ai partecipanti e poi passarti la parola.
2. Mostra la slide 0.2 e presentati, fornendo qualche cenno biografico. Presenta gli altri membri del team del workshop, compresi quelli che forniscono supporto logistico, e fornisci una panoramica generale della struttura, dell'edificio e informazioni sulla logistica, comprese le uscite di sicurezza, i servizi igienici, ecc.
3. Mostra la slide 0.3 e presenta le regole di base/norme della formazione, utilizzando una lavagna a fogli mobili e pennarelli per elencarli ai partecipanti. Incoraggiali a sviluppare un accordo collettivo sulla collaborazione. Questa è una parte importante del workshop e non dovrebbe essere affrontata frettolosamente in quanto dà ai partecipanti e ai facilitatori la possibilità di fare riferimento ad accordi sulla riservatezza e sulla necessità di non giudicare.
4. Definisci chiaramente come si agirà per quanto riguarda questioni relative alla riservatezza: questo è

essenziale per costruire la fiducia all'interno del gruppo. Questo dovrebbe includere lo stabilire che i membri del gruppo non possono rivelare a persone esterne al workshop nessun dettaglio su ciò che gli altri partecipanti hanno confidato al resto del gruppo. I partecipanti devono anche comportarsi secondo principi improntati al rispetto e alla rinuncia a qualsiasi tipo di giudizio, trattandosi reciprocamente con dignità.

5. Usando una lavagna a fogli mobili, chiedi ai partecipanti di redigere le regole di base, che il gruppo rispetterà durante il workshop, e di contribuire con dei suggerimenti. Alcuni esempi utili di regole di base sono i seguenti:
 - Alza la mano per fare una domanda.
 - Cellulari spenti: le telefonate possono essere effettuate solo all'esterno o durante la pausa caffè e la pausa pranzo.
 - Nessun computer acceso durante il workshop.
 - Essere puntuali: a questo punto può essere utile nominare un partecipante come addetto all'orario, in modo che possa avvertire tutti quando è quasi ora di fare una pausa, ecc. Accordati con i partecipanti che, se ritornano dalle pause in tempo, terminerai anche tu le sessioni in tempo.
 - Assicurati che tutti comprendano che questo è uno spazio sicuro per porre domande e che è lecito chiedere qualsiasi cosa.
6. Identifica uno "spazio sicuro", se disponibile. Scoraggia l'uso di questo spazio per qualsiasi altra cosa, compresa la ricezione di chiamate di lavoro. Fai sapere ai partecipanti che sono liberi di lasciare l'aula senza chiedere il permesso in qualsiasi momento e che possono spostarsi nello "spazio sicuro" se hanno bisogno di un po' di tempo per sé stessi.

0.3 Iniziare a conoscersi

Scopo:

Aiutare i partecipanti a rilassarsi e imparare un po' di più l'uno sull'altro in modo divertente.

Durata:

30 minuti

Modalità:

Attività di gruppo

Materiale essenziale:

PPT Modulo 0: Introduzione

Strumenti:

Nessuno

Guida passo per passo:

1. Mostra la slide 0.4 e porta i partecipanti in un grande spazio aperto, dove possono comporre una lunga fila. Chiedi loro di riorganizzare la fila nei seguenti modi:
 - Dal più basso al più alto
 - La persona nata più lontano dal luogo della formazione alla persona nata più vicino
 - Dal minimo al massimo numero di anni di esperienza come mediatori
2. Quando tutti i partecipanti hanno formato la fila secondo gli anni di esperienza da MLC, chiedi loro di girarsi in modo che siano tutti di fronte a te e possano vedersi. Chiedi loro di fare un passo avanti se parlano le seguenti lingue:
 - la lingua del Paese in cui si svolge il workshop: greco? italiano? bulgaro? altro?
 - altre lingue europee: inglese? francese? spagnolo?
 - altre lingue: arabo? hausa? igbo? bangla? tigrino? amarico? farsi? dhari? pashto? urdu? swahili? djoula? bambara? lingala?

- Lingua dei segni?
 - Altre lingue?
3. Ringraziali e chiedi loro di tornare in aula.

0.4 Introduzione del programma e panoramica degli obiettivi del corso

Scopo:

Assicurarsi che tutti i partecipanti comprendano gli obiettivi della formazione e condividano le aspettative per essere sicuri che tutti siano sulla stessa lunghezza d'onda.

Durata:

30 minuti

Modalità:

Presentazione
Discussione plenaria
Riflessione individuale

Materiale essenziale:

PPT Modulo 0: Introduzione
Dispensa 2: Bozza del programma

Strumenti:

Lavagna a fogli mobili e pennarelli
Piccoli cartoncini, preferibilmente colorati, per elencare le aspettative
Proiettore e schermo per PowerPoint

Note del facilitatore:

Se possibile, fissa i cartoncini compilati dai partecipanti su una parete o su una lavagna, dove possono essere raggruppati e tenuti in mostra per tutta la durata del workshop. In caso contrario, disponili su una lavagna a fogli mobili, raggruppando le aspettative simili.

Guida passo per passo:

1. Mostra la slide 0.5 e chiedi ai partecipanti di sedersi tranquillamente per qualche minuto e di scrivere le loro aspettative; una per ogni cartoncino.
2. Invitali a venire all'ingresso dell'aula e appunta o attacca con il nastro adesivo le loro aspettative alla parete o alla lavagna a fogli mobili.
3. Passa in rassegna le aspettative e raggruppa quelle che sono simili tra loro. Ripassa i cartoncini prima della pausa pranzo per rifletterci su, assicurando ai partecipanti che cercherai di soddisfare le loro aspettative.
4. Mostra la slide 0.6 e ricorda ai partecipanti gli obiettivi generali della formazione, osservando che entro la fine del workshop saranno in grado di:
 - comprendere i concetti fondamentali della violenza di genere ed essere in grado di spiegare come la violenza sessuale colpisce uomini e ragazzi,
 - comprendere la complessità del ruolo del mediatore linguistico e culturale (MLC) in relazione a violenza di genere e violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi,
 - sentirsi più sicuri nel loro ruolo di MCL, in relazione alle rivelazioni di violenza di genere o violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi, e nel fornire primo soccorso psicologico,
 - capire come gestire lo stress in modo più efficace, sia per sé stessi che per il proprio team.
5. Distribuisci la dispensa 2: Bozza del programma e mostra la slide 0.7 per passare in rassegna il programma del giorno assieme ai partecipanti, facendo loro notare eventuali modifiche alla dispensa.
6. Chiedi ai partecipanti se hanno domande, prima di passare al punto centrale del programma.

MODULO 1

Introduzione alla violenza di genere e alla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi

Obiettivi formativi

- Comprendere e descrivere i concetti fondamentali della violenza di genere, compreso il rapporto tra violenza di genere e il potere, la differenza tra sesso e genere, l'uso della violenza e la natura del consenso
- Comprendere la definizione di violenza di genere
- Comprendere le cause, i fattori contributivi e i tipi di violenza di genere
- Capire le vulnerabilità delle donne e delle ragazze alla violenza di genere lungo le rotte migratorie
- Capire la vulnerabilità di uomini e ragazzi alle diverse forme di violenza sessuale
- Comprendere alcune delle principali conseguenze della violenza di genere e della violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi
- Capire quali sono i servizi di cui le persone sopravvissute hanno bisogno e alcune barriere che impediscono loro di accedervi.

Durata Temi

105 min

- 1.1 Violenza di genere
- Concetti fondamentali
- 1.1.1 Introduzione
- 1.1.2 Potere
- 1.1.3 Genere
- 1.1.4 Violenza
- 1.1.5 Consenso informato
- 1.1.6 La definizione di violenza di genere

45 min

- 1.2 Comprendere le dinamiche della violenza di genere
- 1.2.1 Tratti distintivi della violenza di genere sulla base dell'albero della violenza di genere
- 1.2.2 Violenza di genere nel contesto migratorio

60 min

- 1.3 Comprendere la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi
- 1.3.1 Violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi
- 1.3.2 Violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi nel contesto migratorio

60 min

- 1.4 Conseguenze della violenza di genere e della violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi e una risposta multisettoriale
- 1.4.1 Conseguenze della violenza di genere e della violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi
- 1.4.2 Risposta multisettoriale per le persone sopravvissute e ostacoli all'assistenza

Materiale essenziale:

- PPT Modulo 1: Introduzione alla violenza di genere e alla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi
- Video: "Tè e consenso" (www.youtube.com/watch?v=oQbei5JGiT8). Disponibile in diverse lingue
- Dispensa 3: Diritti umani: Concetti fondamentali
- Dispensa 4: Violenza sessuale contro ragazzi e giovani migranti e rifugiati in Europa
- Dispensa 5: Conseguenze della violenza di genere e della violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi

Preparazione:

- Organizzare gli spazi in modo appropriato
- Rivedere le slide pertinenti
- Rivedere le dispense pertinenti
- Rivedere le note del facilitatore e le guide passo dopo passo

1.1 Concetti fondamentali della violenza di genere

Scopo:

Introdurre la violenza di genere e iniziare a sviluppare un'idea condivisa e comune del termine "violenza di genere", esplorando i concetti fondamentali della violenza di genere, compresa la descrizione dell'abuso di potere, la differenza tra sesso e genere, l'uso della violenza e la natura del consenso.

Durata complessiva:

105 minuti

Modalità:

Presentazione
Discussione plenaria
Riflessione individuale
Presentazione del video

Materiale essenziale:

PPT Modulo 1: Introduzione alla violenza di genere e alla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi, slide da 1.1 a 1.19

Video "Tè e consenso": www.youtube.com/watch?v=oQbei5JGiT8

Strumenti:

Proiettore e schermo per PowerPoint
Lavagna a fogli mobili e pennarelli o lavagna bianca
Carta e penne/matite
Connessione a internet o video scaricato
Cassa per la presentazione video
Lavagna bianca (opzionale)

1.1.1 Introduzione

Scopo:

Iniziare a costruire un'idea comune e condivisa del termine "violenza di genere".

Durata:

10 minuti

Note del facilitatore:

Ricordiamo che, secondo le linee guida IASC, violenza di genere è un termine ombrello utilizzato per descrivere qualsiasi atto dannoso perpetrato contro la volontà di una persona e basato su differenze attribuite socialmente (cioè di genere) tra maschi e femmine. Il termine racchiude in sé tutti gli atti che infliggono danni o sofferenze fisiche, sessuali o mentali, le minacce di tali atti, la coercizione e altre privazioni della libertà. Questi atti possono verificarsi in pubblico o in privato. [...] Il termine "violenza di genere" viene comunemente utilizzato per sottolineare la disuguaglianza sistemica

tra maschi e femmine, presente nelle società di tutto il mondo, e rappresenta una caratteristica comune e basilare della maggior parte delle violenze perpetrate ai danni delle donne e delle ragazze. Più avanti in questo modulo (argomento 1.4) esploreremo anche la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi, che differisce per alcune cause di fondo. Prima di tutto, tutti i partecipanti devono condividere e comprendere i termini e i concetti fondamentali comuni.

I partecipanti possono sentirsi troppo timidi inizialmente per condividere le loro opinioni, le attività energizzanti sono, quindi, importanti per fare gruppo. Inizialmente puoi anche chiedere a persone specifiche di rispondere alle domande per dare il via alle attività. Ricorda ai partecipanti che non ci sono risposte sbagliate e che tutti state lavorando per determinare un'idea comune di un termine che viene spesso usato, ma non sempre spiegato.

Guida passo per passo:

1. Mostra la slide 1.2, scrivi "Violenza di genere" sulla lavagna a fogli mobili/lavagna bianca e poi chiedi se qualcuno conosce il significato di questo termine. Mentre i partecipanti danno i loro suggerimenti, annota le parole chiave dalle loro definizioni sulla lavagna a fogli mobili o sulla lavagna bianca. Trascorsi alcuni minuti, cerchi tutte le parole chiave rilevanti che si collegano ai concetti fondamentali: potere, genere, violenza e consenso informato.
2. Comunica ai partecipanti che, per essere sicuri che tutti condividano un'idea comune sul concetto di violenza di genere, discuterete delle cause alla radice del fenomeno: abuso di potere e disuguaglianza di genere e altri concetti fondamentali che stanno alla base della definizione della violenza di genere.

- Fai notare che il termine violenza di genere include tutti gli atti di violenza perpetrati ai danni delle donne e delle ragazze che si basano sulle differenze di potere tra i sessi, compresa la violenza sessuale, ma che la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi ha determinate cause di fondo diverse che saranno esplorate più avanti nel corso della formazione. Mostra la slide 1.3 e spiega che, per prima cosa, bisogna assicurarsi di essere tutti sulla stessa lunghezza d'onda e di comprendere tutti i concetti fondamentali della violenza di genere, per questo motivo dedicherete del tempo per passarli in rassegna, partendo dal "potere".

1.1.2 Potere

Scopo:

Capire meglio le diverse forme di potere e come se ne può abusare.

Durata:

20 minuti

Note del facilitatore:

Questo argomento si concentra sul potere, perché gli uomini hanno più potere delle donne in quasi

tutti i sistemi sociali. La disuguaglianza nei rapporti di potere viene spesso sfruttata, dando vita a una delle principali cause all'origine della violenza di genere. Il potere ha declinazioni diverse e non tutte implicano azioni fisiche. Assicurati che i partecipanti comprendano i diversi tipi di potere, in modo che possano capire meglio che la violenza di genere non sempre implica la violenza fisica, o anche la minaccia di violenza fisica, per essere un abuso di potere.

Guida passo per passo:

- Spiega ai partecipanti che rifletterete su chi detiene il potere nella vita quotidiana e vi chiederete: che cos'è esattamente il potere?
- Chiedi ai partecipanti di riflettere su due domande sul potere per cinque o sei minuti e prendi nota su un foglio di carta dei loro pensieri individuali in merito. Prima domanda: su chi esercitate potere a casa e a lavoro? Seconda domanda: chi esercita il proprio potere su di voi?
- Mostra la slide 1.4 e chiedi ai partecipanti di disegnare un cerchio come quello mostrato nella slide. Spiega loro che ognuno di noi è al centro di questo cerchio. Ogni persona su cui esercitiamo potere, o che ha potere su di noi, ha anche un proprio cerchio che è al di fuori del nostro cerchio. Chiedi ai partecipanti di disegnare una freccia dal proprio cerchio a quello di qualcun altro, se hanno potere su quella persona, o una freccia dal cerchio di quella persona al proprio cerchio, se questa ha potere su loro. Alcune persone potrebbero avere frecce che vanno in entrambe le direzioni.
- Rassicura i partecipanti che non sono costretti a condividere con il gruppo ciò che hanno disegnato, a meno che non lo vogliano fare.
- Trascorsi 5-6 minuti, chiedi loro di riflettere sulle seguenti domande:
 - Che sensazione avete provato al pensiero di avere potere su qualcuno?
 - Che sensazione avete provato al pensiero che qualcuno esercita il suo potere su di voi?
 - Il potere è sempre una cosa negativa? Avere potere significa abusarne? Fai notare che il potere è anche positivo!
 - Chiedi loro di pensare al potere in relazione al loro ruolo di MLC. Esercitate potere sulle persone per cui interpretate e mediate? Vi viene in mente qualche esempio? Dopo aver ascoltato le loro risposte, sottolinea che nel loro ruolo di MLC hanno molto potere. Da un lato, possono decidere se interpretare o meno qualcosa che una persona rifugiata o migrante (sopravvissuta alla violenza) sta dicendo di fronte alle autorità; dall'altro lato, hanno anche il potere di far sì che due persone possano capirsi meglio.
- Comunica ai partecipanti che adesso vi soffermerete su diverse forme di potere, non tutte fisiche.

7. Usando la lavagna a fogli mobili e i pennarelli, chiedi ai partecipanti di trovare forme di potere ed esempi di chi le esercita. Assicurati di annotare le risposte e che le stesse vengano almeno discusse, mostrando la slide 1.5:
 - Economico: quando gli esempi sono condivisi, spiega che questa forma di potere può essere abusata da chi controlla il denaro o l'accesso a beni, servizi o favori. Chiedi poi ai partecipanti chi detiene il potere economico: il proprio capo, o, a volte, il marito o il padre.
 - Politico: chiedi degli esempi, come leader eletti (o non eletti), presidenti e primi ministri.
 - Sociale: chiedi degli esempi, come la pressione sociale tra pari o il bullismo, così come l'influenza di leader, celebrità, insegnanti e leader religiosi.
 - Relativo all'età: chiedi degli esempi, come chi spesso ha meno potere a causa della fascia d'età, come i bambini, i giovani e gli anziani.
 - Fisico: chiedi degli esempi, come quelli più forti o più grandi, quelli che hanno armi o che controllano l'accesso o la sicurezza: soldati, polizia, rapinatori e bande.
8. Mostra la slide 1.6, evidenziando che il potere è direttamente collegato alla possibilità di scelta, o alla mancanza di essa. Più potere abbiamo, più sono le scelte a nostra disposizione su dove e come vivere e su cosa fare. Meno potere abbiamo, meno scelte abbiamo a nostra disposizione. In virtù del fatto che hanno meno possibilità di scelta, le persone prive di potere sono più vulnerabili agli abusi e allo sfruttamento. Il potere, di per sé, non è una cosa negativa. In effetti, l'uso positivo del potere, che sia sociale, economico, fisico, basato sulla razza, classe o privilegio, può trasformarsi in un mezzo per mostrare auto-accettazione e rispetto, per sé stessi e gli altri, che a sua volta rafforza il ruolo degli altri come pari livello. D'altra parte, tutti noi abbiamo troppa familiarità con l'abuso di potere. Questo vizio sta alla radice della violenza di genere e può manifestarsi in molti altri modi conosciuti e indesiderati. Se abusato, utilizzato in modo improprio o frainteso, il potere può imporre obblighi, limitare, proibire e forzare decisioni sulle vite degli altri. Tutti i rapporti sono influenzati dall'esercizio del potere, sia in termini positivi che negativi.
9. Chiedi ai partecipanti se tutte le persone che hanno potere ne abusano. La risposta è "No", ma chi ha il potere può abusarne in molti modi diversi. Poiché tutti noi abbiamo potere, dobbiamo prenderne coscienza e usarlo con cura nella nostra vita quotidiana.

1.1.3 Sesso e genere

Scopo:

Capire meglio la differenza tra i due termini: sesso e genere. Questo aiuterà i partecipanti a capire quale sia un'altra causa della violenza di genere, la disuguaglianza di genere.

Durata:

25 minuti

Note del facilitatore:

In molti casi, sarebbe utile che i partecipanti cominciassero il workshop con una certa conoscenza del genere. Mentre la loro comprensione del concetto di genere è importante, questa sessione comprende un solo breve esercizio per verificare e rafforzare la loro conoscenza della differenza tra sesso e genere. Più ne sanno già, più profonde possono essere la discussione

e la riflessione. Da ciò puoi determinare se il tuo gruppo potrebbe necessitare di ulteriori esercizi o letture per comprendere meglio il concetto di genere. Se vogliono saperne di più, possono consultare questo link www.plannedparenthood.org/learn/gender-identity/sex-gender-identity.

Comprendere il concetto di genere è importante, perché ci aiuta a capire che le donne e gli uomini hanno esperienze di vita diverse che sono influenzate da molti fattori. L'intera popolazione mondiale ha radicati in mente assunzioni e stereotipi sugli uomini e sulle donne. Anche noi facciamo supposizioni sulle ripercussioni che il potere ha sugli uomini e sulle donne. Queste supposizioni possono, a loro volta, rafforzare la disuguaglianza di genere e la sua diffusione dilagante in tutto il mondo.

Guida passo per passo:

1. Chiedi ai partecipanti: “Che cosa si intende con genere?” Spiega che le persone tendono a usare i termini sesso e genere in modo intercambiabile.
2. Sottoponi i partecipanti a un breve esercizio per comprendere la differenza tra sesso e genere. Chiedi loro come ti descriverebbero, se ti vedessero camminare per strada: come maschio o femmina? Ascolta le loro risposte e poi chiedi loro su quale base hanno preso questa decisione. Spiega loro che non si può conoscere il sesso biologico di qualcuno semplicemente guardandolo/a.
3. Mostra la slide 1.7 e spiega che il sesso si riferisce agli aspetti fisici e biologici di maschi e femmine che sono codificati nei nostri corpi, tra cui vi sono i genitali, i cromosomi e gli ormoni. Il sesso è determinato da una varietà di fattori, tra cui i cromosomi X e Y (i cromosomi XX sono di solito associati alla femmina, e i cromosomi XY sono di solito associati al maschio), gli ormoni, gli organi riproduttivi e i genitali. Alcune persone sono intersessuali, il che significa che non rientrano nelle definizioni classiche di “femmina” o “maschio”. Ci sono molti modi diversi in cui qualcuno può essere intersessuale, come ad esempio avere cromosomi XXY o avere sia tessuti testicolari che ovarici.
4. Fai notare quando si cerca di identificare se una persona è maschio o femmina che non si può effettuare un accertamento dei cromosomi o degli ormoni con il solo sguardo. È possibile, comunque, determinare quello che si ritiene essere il genere di quella persona. Il genere viene valutato attraverso molte supposizioni diverse, ad esempio sull’abbigliamento, sul modo in cui ci si muove, sull’acconciatura dei capelli e sulla presenza di cosmetici. Spiega che la società insegna a tutti, fin dalla più tenera età, come ci si aspetta che sia una donna o un uomo, e che questi insegnamenti precoci alimentano le nostre opinioni sul genere.
5. Specifica che il genere si riferisce agli attributi e ai ruoli che sono socialmente assegnati alle donne e agli uomini e che questi sono appresi e NON biologici o fisici. Il genere è determinato da diversi fattori sociali, tra cui la storia, la cultura, le tradizioni, le convenzioni sociali e la religione. In ogni società, il concetto di “genere” determina la socializzazione di ragazzi e ragazze, uomini e donne, determinandone i ruoli, le responsabilità, le opportunità, i privilegi, i limiti e le aspettative. Le norme di genere sono profondamente radicate in ogni cultura, ma possono variare molto da una cultura all’altra e da una generazione all’altra. Il genere non è un concetto statico, bensì soggetto a possibili cambiamenti, magari nell’arco di una sola vita o nel corso di molti decenni.
6. Fai un esempio in riferimento al luogo in cui si tiene il workshop. In molti Paesi europei, ad esempio, solo due generazioni fa le donne non erano incoraggiate a lasciare il proprio ambiente domestico per andare a lavorare: ci si aspettava che restassero a casa per occuparsi dei bambini. Oggi, molte donne europee hanno molte più probabilità di lavorare fuori casa e di avere meno figli delle loro nonne: il loro ruolo di genere è cambiato negli ultimi 50 anni.
7. Mostra la slide 1.8 e spiega che il termine “transgender” si riferisce a persone a cui è stato attribuito alla nascita il sesso maschile o femminile, ma il cui genere è diverso da quello attribuito. Ad esempio, un bambino nasce maschio, ma in seguito non si identifica come o non si sente maschio. Può identificarsi come una ragazza o non sentirsi affatto un ragazzo o una ragazza. In questo caso, il suo sesso e genere non coincidono. Questo è normale e ci sono persone transgender in tutte le culture del mondo.
8. Ricorda ai partecipanti che comprendere il concetto di genere li aiuterà a capire che donne e ragazze, uomini e ragazzi e persone transgender hanno esperienze di vita diverse. Tutti noi cresciamo con supposizioni e stereotipi radicati su uomini e donne e abbiamo tutti dei preconcetti sui modi in cui sono influenzati dal potere.
9. Chiedi ai partecipanti di parlare delle differenze di potere tra i sessi in diversi settori: economico, politico, sociale e fisico. Chi tende ad avere più potere in ogni settore della propria società? Donne o uomini? Ricorda loro che questo differisce da Paese a Paese, da città a città e da comunità a comunità. Mostra la slide 1.9 e nota che in ogni Paese, il disequilibrio nei rapporti di potere influenza:
 - I ruoli
 - Le responsabilità
 - Le aspettative
 - I privilegi
 - I diritti
 - I limiti
 - Le opportunità
 - L’accesso ai servizi.

1.1.4 Violenza

Scopo:

Comprendere che con violenza si intende qualsiasi atto che provoca un danno. La violenza implica l'uso di un qualche tipo di forza, reale o implicita. Questo è un elemento chiave per definire ciò che intendiamo quando utilizziamo il termine "violenza di genere".

Durata:

20 minuti

Note del facilitatore:

Molte persone associano il termine "violenza" alla forza e alla violenza fisica; tuttavia, essa assume molte forme, tra cui alcune che possono essere molto difficili da identificare, come la coercizione. Pertanto, è necessario definire meglio questo concetto ai partecipanti.

Guida passo per passo:

1. Mostra la slide 1.10 e chiedi ai partecipanti di dare la loro definizione di violenza. Annota sulla lavagna a fogli mobili le definizioni o gli esempi di violenza che condividono.
2. Mostra la slide 1.11 e spiega che con "violenza" si intende qualsiasi atto che provoca un danno. Essa implica l'uso di un qualche tipo di forza, reale o implicita. Questo è un elemento chiave per definire ciò che intendiamo quando utilizziamo il termine "violenza di genere".
3. Mostra la slide 1.12 e spiega che la violenza non sempre si manifesta attraverso la forza fisica. La violenza può anche includere abusi emotivi, sociali o economici, coercizione o pressioni. Può essere chiaramente riconoscibile, come un'aggressione fisica o una minaccia armata ai danni di qualcuno. Tuttavia, può anche essere la minaccia della violenza stessa. La violenza può essere di carattere emotivo, sociale o economico e può includere la coercizione, l'intimidazione, le minacce, la persecuzione o altre forme di pressione psicologica o sociale (ad esempio, nel caso di un matrimonio forzato). Allo stesso tempo, può essere perpetrata anche di nascosto, come quando si intimidisce qualcuno o si usa la coercizione per controllarlo. Spiega che con "coercizione" si intende forzare o tentare di costringere un'altra persona ad adottare comportamenti contro la sua volontà, utilizzando le minacce, l'insistenza verbale, la manipolazione, l'inganno, le aspettative culturali o il potere economico.

Sottolinea che la coercizione è specifica del contesto: ciò che non sembra minaccioso per una persona, può essere molto minaccioso per un'altra persona. Ad esempio, minacciare di condividere la foto di una donna seduta accanto a un uomo può sembrare innocuo in molti contesti. Tuttavia, in alcune culture, una donna può essere rinnegata o addirittura uccisa dalla sua famiglia per essere stata vista con un uomo che non è un parente, anche in un ambiente lavorativo. Dobbiamo, pertanto, mettere da parte i nostri pregiudizi e le nostre supposizioni e concentrarci sulla conoscenza, sulle convinzioni e sulle percezioni della persona sopravvissuta.

1.1.5 Consenso

Scopo:

Comprendere cosa si intende con consenso e che dire "sì" non sempre corrisponde a dare il proprio consenso.

Durata:

20 minuti

Note del facilitatore:

La seguente attività comprende il video "Tè e consenso" (www.youtube.com/watch?v=oQbei5JGiT8). Nota: il video è disponibile in diverse lingue. Se possibile, mostra la versione nella lingua dei partecipanti.

Guida passo per passo:

1. Mostra il video: "Tè e consenso".
2. Mostra la slide 1.13 e chiedi ai partecipanti di descrivere il consenso e porta avanti una breve discussione. Poni ai partecipanti la seguente domanda: "Potete ritirare il vostro consenso, in altre parole, dire di "no", senza subire conseguenze?"
3. Mostra la slide 1.14 e spiega che quando parliamo di consenso, intendiamo un concetto complesso che è composto da molti elementi.
4. Utilizziamo l'espressione "consenso informato" come uno dei concetti fondamentali della violenza di genere. "Consenso informato" significa compiere una scelta informata, in modo spontaneo e volontario, nell'ambito di un rapporto tra persone in condizioni di pari potere. In altre parole, persone in grado di comprendere le conseguenze delle proprie scelte, con pari potere e in grado di decidere liberamente di accettare tali conseguenze. Il consenso informato presuppone inoltre che l'individuo sia consapevole di avere il diritto di dire "no". Gli atti di violenza di genere vengono perpetrati senza il consenso informato. Se qualcuno dice "sì" sotto costrizione, non si tratta di consenso informato, poiché l'autore o gli autori della violenza hanno costretto quella persona a dire sì facendo uso della forza o abusando del loro potere. Se c'è coercizione o forza, le basi per il consenso vengono a mancare!
5. È fondamentale comprendere che i minori e le minori sotto i 18 anni sono ritenuti incapaci di esprimere il proprio consenso informato per atti quali le mutilazioni genitali femminili, il matrimonio precoce o rapporti sessuali, proprio a causa della loro probabile mancanza di potere. Questo concetto si applica anche alle persone sotto l'influenza di droghe o alcol o con determinate disabilità intellettive.
6. Chiedi ai partecipanti cosa succede alla capacità di una persona di dare il proprio consenso quando è molto vulnerabile e ha potere limitato. Per esempio, se hai fame, non hai un posto dove stare o cibo da mangiare e qualcuno ti offre denaro o un rifugio o cibo per fare sesso con lui/lei, si può veramente parlare di consenso?
7. Mostra la slide 1.15: di ai partecipanti che è facile ricordare il concetto di consenso pensando di condividere delle "FRIES" (sì, proprio come le patatine fritte)... FRIES: *Freely given, Retractable, Informed, Enthusiastic, Specific* (libero, revocabile, informato, entusiasta, specifico)²¹

1.1.6 La definizione di violenza di genere

Scopo:

Stabilire una definizione condivisa di violenza di genere, a partire dai concetti fondamentali.

Durata:

10 minuti

Note del facilitatore:

Questa sessione consiste nel riepilogare i concetti che sono stati discussi finora per aiutare i partecipanti a sviluppare una chiara comprensione

della violenza di genere. Sebbene le leggi siano scritte in molti modi diversi, e non tutte le forme di violenza di genere sono ritenute illegali in tutti i Paesi, la definizione dello IASC è sempre utile per determinare se un atto è o meno una forma di violenza di genere. Se qualcuno ha domande sull'acronimo SGBV (acronimo usato dall'UNHCR e da altre agenzie), questo sta per "Sexual and Gender-based Violence" (violenza sessuale e di genere) e ha una definizione più ampia che si può trovare.

Guida passo per passo:

1. Mostra la slide 1.16 e spiega che la nostra comprensione del termine "violenza di genere" viene rafforzata se combiniamo tutti questi concetti fondamentali. Ricapitola e collega i concetti nel modo seguente:
 - **Potere:** La violenza di genere riguarda l'**abuso di potere**. Nella maggior parte dei casi di violenza di genere, gli uomini abusano del loro potere sulle donne in una serie di modi che possono non limitarsi al solo aspetto fisico.
 - **Genere:** La violenza di genere è una violenza che si basa sui ruoli di genere, sulle aspettative e sulle limitazioni. Essa riflette la **disuguaglianza di genere** in tutte le nostre società.
 - **Violenza:** La violenza di genere causa **danni** e la violenza è esattamente questo: "ogni atto che causa danni". Il danno può assumere forme diverse, non solo fisiche.
 - **Consenso:** Gli atti di violenza di genere sono caratterizzati dalla **mancanza di consenso**.
2. Mostra la slide 1.17 e spiega che utilizziamo la definizione di violenza di genere secondo le linee guida della Commissione permanente inter-agenzie (IASC). Lo IASC è l'organo di governo per la risposta umanitaria internazionale e comprende agenzie delle Nazioni Unite e ONG che operano in questo settore. Lo IASC elabora linee guida e politiche umanitarie che vengono concordate da tutte le agenzie che ne sono membri. Molte organizzazioni e molti Paesi hanno una propria definizione di violenza di genere; ciononostante, questa definizione generale è molto accurata ed è stata concordata dalle principali agenzie umanitarie. Alcune agenzie si riferiscono a questo fenomeno come SGBV (sexual and gender-based violence), ovvero violenza sessuale e di genere.
3. Chiedi a un partecipante di leggere ad alta voce la prima voce dell'elenco puntato sulla slide 1.17 con la definizione di violenza di genere: "è un termine ombrello utilizzato per descrivere qualsiasi atto dannoso perpetrato contro la volontà di una persona e basato su differenze socialmente attribuite (cioè di genere) tra maschi e femmine." Il termine "violenza di genere" è usato principalmente per sottolineare le differenze di potere strutturali, basate sul genere, tra donne e uomini in tutto il mondo, che mettono le donne e le ragazze a rischio di molteplici forme di violenza. Sottolinea le diverse definizioni dei concetti che avete appena utilizzato.
4. Riassumi poi dicendo che "violenza di genere":
 - è un termine ombrello per qualsiasi atto dannoso, ossia, una violenza
 - che viene perpetrata contro la volontà di una persona, quindi, senza consenso
 - e che si basa sulle differenze socialmente attribuite tra maschi e femmine, ovvero, genere e differenze di potere.
5. Mostra la slide 1.18 e ricorda ai partecipanti che il termine "violenza di genere" viene comunemente utilizzato per sottolineare la disuguaglianza sistemica tra maschi e femmine, presente nelle società di tutto il mondo, e rappresenta una caratteristica comune della maggior parte delle violenze perpetrate ai danni delle donne e delle ragazze.

6. Afferma che gli atti di violenza di genere violano i diritti umani universali protetti da autorità e convenzioni internazionali. Molte forme di violenza di genere, ma non tutte, costituiscono reati ai sensi delle leggi e delle normative delle varie nazioni. Distribuisci la dispensa 3: Diritti umani: concetti fondamentali.
7. Mostra la slide 1.19 per riassumere i punti chiave discussi durante il modulo 1, tema 1. Ricorda ai partecipanti che le radici della violenza di genere sono l'abuso di potere, la violazione dei diritti umani e la disuguaglianza di genere. Comunica ai partecipanti che ora mostrerai un modo che li aiuterà a visualizzare questo argomento.

1.2 Comprendere le dinamiche della violenza di genere

Scopo:

Comprendere gli aspetti chiave e le dinamiche della violenza di genere nel suo complesso e nel contesto della migrazione.

Durata complessiva:

45 minuti

Modalità:

Presentazione

Discussione plenaria

Materiale essenziale:

PPT Modulo 1: Introduzione alla violenza di genere e alla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi, slide da 1.20 a 1.27

Strumenti:

Proiettore e schermo per PowerPoint

1.2.1 Tratti distintivi della violenza di genere attraverso l'albero della violenza di genere

Scopo:

Offrire ai partecipanti un modo visivo per comprendere gli aspetti chiave della violenza di genere che devono imparare: uno schema mentale che vada oltre i concetti fondamentali per mostrare l'"albero" che si sviluppa dalle radici della violenza di genere, i suoi fattori contributivi o fertilizzanti, i suoi tipi = i rami e le sue conseguenze = il frutto.

Durata:

25 minuti

Note del facilitatore:

A questo punto, i partecipanti dovrebbero avere una chiara idea e una buona comprensione di come si definisce la violenza di genere perpetrata ai danni delle donne e delle ragazze. L'esercizio dell'"albero della violenza di genere", permetterà loro di analizzare le forme più prevalenti di violenza di genere al mondo, tra cui la violenza sessuale, la violenza domestica, le pratiche tradizionali dannose, la tratta ai fini dello sfruttamento sessuale,

la schiavitù sessuale e altro ancora.

Se nutri qualche dubbio su qualcosa a cui fa riferimento un partecipante, annotalo di fianco all'albero e torna sull'argomento più tardi con l'intero gruppo per valutare se si tratta o meno di una forma di violenza di genere, attingendo ancora una volta alla definizione dello IASC. Ricorda ai partecipanti che le categorie di violenza fisica, sessuale, emotiva e psicologica comprendono molte forme diverse di violenza di genere.

Tieni pronti alcuni esempi di diverse forme di violenza di genere che sono state sperimentate dai rifugiati e dai migranti con cui i MLC lavorano nei loro paesi di origine, durante i loro viaggi e al loro arrivo. In Grecia, per esempio, molte donne e ragazze rifugiate e migranti sono state costrette al matrimonio precoce o hanno subito delle mutilazioni genitali femminili. In Italia, invece, molte donne e ragazze rifugiate e migranti sono diventate vittime della tratta a scopo sessuale e/o hanno subito atti di violenza per mano del partner.

Guida passo per passo:

1. Disegna una versione vuota dell'albero della violenza di genere.²²
2. Ricorda ai partecipanti che le tre radici dell'albero sono costituite dall'**abuso di potere, dalla disuguaglianza di genere e dalla violazione dei diritti umani**. Queste radici si riscontrano in ogni cultura e comunità del mondo, ma le singole radici possono essere lunghe e forti, o corte e deboli, a seconda del contesto.
3. Spiega che, mentre in questo corso vi concentrerete sui concetti di abuso di potere e di disuguaglianza di genere (rinvia al tema 1.1), desideri fare notare che la violenza di genere è radicata nella violazione o nella mancanza di consapevolezza dei diritti umani. Spiega che i diritti umani sono diritti e libertà fondamentali a cui ogni persona ha diritto, come la libertà dalla schiavitù e il diritto all'istruzione. I diritti umani sono universali e sono inalienabili; non possono, quindi, esservi sottratti. Tutte le persone sono tutelate dai diritti umani, indipendentemente dalla razza, dall'etnia, dal sesso, dal genere, dalla religione, dalle idee politiche, dall'origine nazionale o estrazione sociale o da altri status. Gli atti di violenza di genere violano una serie di principi universali sanciti nelle leggi internazionali sui diritti umani. Questi diritti includono, tra gli altri: il diritto alla vita, alla libertà e alla sicurezza della persona; il diritto al più alto livello raggiungibile di salute fisica e mentale; il diritto alla libertà dalla tortura o da trattamenti o punizioni crudeli, disumani o umilianti; il diritto alla libertà di opinione e di espressione; il diritto alla sicurezza sociale e il diritto allo sviluppo personale.
4. Ricorda che nella prima sezione avete parlato a lungo del potere e dell'abuso di potere. Chiedi ai partecipanti di fornire diversi esempi di come si può manifestare l'abuso di potere da parte di governi, comunità, famiglie e individui.
5. Fornisci alcuni esempi di esperienze di diversi paesi in materia di disuguaglianza di genere. Sebbene in alcuni Paesi le disuguaglianze di genere sono meno accentuate rispetto ad altri, nessuno ne è immune e la disuguaglianza di genere si trova in ogni Paese del mondo, non importa quanto sviluppato possa essere.
6. Chiedi ai partecipanti di menzionare le diverse forme di violenza di genere di cui sono a conoscenza, poi annotale intorno ai diversi rami dell'albero e spiega che questi sono i frutti tossici della violenza di genere.
7. Assicurati di riuscire a trattare e discutere i seguenti punti:
 - La **violenza sessuale** include lo stupro o il tentato stupro, le molestie sessuali, lo sfruttamento sessuale e altre forme di aggressione sessualizzata.
 - Con il termine "**sfruttamento sessuale**" si intende un genere di violenza sessuale in cui si sfrutta una posizione di vulnerabilità, una disparità di potere o si abusa della fiducia di qualcuno a fini sessuali. Ciò include il profitto economico, sociale o politico ottenuto dallo sfruttamento sessuale di un'altra persona. Fare delle promesse, dare ricompense o denaro per attività sessuali con un minore (persona di età inferiore ai 18 anni) equivale a sfruttamento sessuale.
 - I **matrimoni precoci e forzati** sono forme di violenza sessuale. Il matrimonio precoce si riferisce alla costrizione dei figli minorenni ad avere rapporti sessuali all'interno del quadro culturale o legale del matrimonio. Spiega che si tratta di una forma di violenza sessuale, perché le ragazze e i ragazzi sono ancora bambini e, quindi, troppo giovani per fornire il consenso per i rapporti sessuali. Spiega che chiunque abbia meno di 18 anni è considerato un minore (potrebbe essere la prima volta che alcuni partecipanti lo sentono). Molte lesbiche e altre persone LGBTQI+ sono costrette dai loro familiari a sposarsi contro la loro volontà.
 - Anche la **tratta a scopo sessuale e la schiavitù sessuale** sono forme di violenza sessuale. Alcuni MLC possono essere entrati in contatto con donne e ragazze che sono state schiavizzate sessualmente, come ad esempio nei territori un tempo sotto il controllo del cosiddetto Stato islamico (ISIS o Daesh). La tratta di donne e ragazze a scopo sessuale, che sono sfruttate come prostitute, è un fenomeno molto diffuso anche nel contesto europeo. Queste donne spesso non consentono alla "prostituzione legale" a causa dell'abuso di potere da parte dei loro trafficanti.

- **La violenza commessa dal partner e la violenza domestica** includono la violenza tra coloro che hanno una relazione intima, che siano sposati o meno (come la violenza nelle relazioni sentimentali) o che vivano insieme o meno (relazioni separate o poligame). La violenza agita dal partner in una relazione intima include anche la violenza sessuale.
 - **Le pratiche tradizionali dannose** includono pratiche diffuse in tutto il mondo, come le mutilazioni genitali femminili (MGF), le ustioni da acido, l'omicidio legato alla dote, o stiramento del seno, il sesso asciutto e altro ancora. Assicurati di includere anche i cosiddetti "omicidi d'onore" e il femminicidio, ovvero l'omicidio di una donna per il semplice motivo di essere donna. Se qualcuno propone una pratica che gli altri non conoscono, chiedigli di spiegarla al gruppo. Spiega ai partecipanti che ci sono pratiche tradizionali dannose in tutti i Paesi. I cosiddetti "delitti d'onore" vengono perpetrati ancora in molti Paesi europei. In alcuni Paesi europei, la possibilità per un autore di stupro di sposare la vittima "in cambio" di una riduzione della pena è stata eliminata dai codici penali solo nel XX secolo.
 - **Altre forme di violenza che possono essere menzionate**, possono essere il divieto d'accesso alle risorse (che include, per esempio, impedire a una donna o a una ragazza di abortire o di usare la contraccezione, o bloccare il suo accesso alle risorse economiche o all'aiuto psicologico), il cosiddetto *revenge porn* o la condivisione di foto/video di nudo senza consenso, gli aborti forzati; la lista può continuare a lungo.
8. Sottolinea che alcuni di questi atti di violenza di genere possono combinare contemporaneamente molte forme diverse di violenza: per esempio una donna può subire contemporaneamente violenza da parte del partner, violenza sessuale e una qualunque pratica tradizionale dannosa.
 9. Mostra la slide 1.20 contenente l'albero della violenza di genere "completo". Introduci i fattori contributivi o i fattori che contribuiscono a stimolare la crescita dell'albero (la pioggia, il sole o il fertilizzante). Nonostante i pregiudizi comuni, l'abuso di alcol, la mancanza di istruzione e la povertà non rappresentano le radici della violenza di genere, ma contribuiscono ad aumentarne i rischi. Sottolinea che alcuni uomini abusanti non toccano mai alcol o droghe e che alcuni sono altamente istruiti e ricchi.
 10. Le radici della violenza di genere sono anche rafforzate dal fattore contributivo rappresentato dalle emergenze umanitarie. In situazioni di emergenza, e spesso anche nelle migrazioni, i sistemi di sicurezza e i meccanismi di protezione sono minati e la coesione sociale è disgregata. Le ragazze e le donne possono essere esposte a nuovi e/o più alti livelli di violenza, rispetto a quelli già presenti nella comunità durante i periodi di stabilità.
 11. Se il tempo lo permette, incoraggia una discussione sui fattori che, nei Paesi d'origine dei rifugiati e dei migranti, li hanno spinti ad andarsene, sulle violenze che hanno affrontato lungo le rotte migratorie da loro scelte e sulle violenze che hanno subito dal loro arrivo.
 12. Ricorda ai partecipanti che ci sono diverse declinazioni della violenza di genere nei vari Paesi, che nessun Paese è privo di violenza di genere, e che queste colpiscono le donne e le ragazze come risultato della disuguaglianza di genere. Nella prossima sessione si imparerà a conoscere la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi, che è simile e, al contempo, diversa dalla violenza sessuale perpetrata ai danni delle donne e delle ragazze.
 13. Presenta la slide 1.21 sulle persone particolarmente a rischio di violenza di genere. Evidenzia che chi ha meno potere nella società è più a rischio di violenza di genere, a causa dell'abuso di potere.
 14. Presenta la diapositiva 1.22 sulla violenza contro i minori e la violenza di genere; La violenza contro i minori costituisce qualsiasi violenza vissuta da una persona di età inferiore a 18 anni ed è collegata all'età di una persona. Gli sforzi per affrontare violenza di genere e violenza contro i minori sono complementari e strettamente collegati e quindi, affrontare i fattori di rischio comuni può aiutare a ridurre entrambe.
 15. Presenta la slide 1.23 e conduci una discussione su ciò che i partecipanti sanno relativamente alla violenza di genere nel loro contesto sociale. Hanno sentito parlare delle diverse forme di violenza di genere che abbiamo illustrato nell'albero della violenza di genere? Succede nell'ambito della comunità ospitante?

1.2.2 La violenza di genere nel contesto della migrazione

Scopo:	rotta migratoria e in Europa. ²³
Descrivere le caratteristiche della violenza di genere nel contesto della migrazione, inclusi i rischi legati alla violenza di genere nei Paesi d'origine, lungo la	Durata: 20 minuti

Guida passo per passo:

1. Introduci il tema della violenza di genere nel contesto della migrazione, spiegando che la migrazione possiede una connotazione di genere, con ruoli di genere, relazioni e disuguaglianze che influenzano chi migra, come e perché si muove e dove finisce. Le ragazze e le donne migranti si trovano ad affrontare specifici rischi di violenza di genere prima, durante e dopo la migrazione e questi rischi sono esacerbati per chi viaggia da sola.
2. Presenta la slide 1.24, spiegando che la violenza di genere perpetrata ai danni di donne e ragazze nel Paese d'origine è spesso uno dei motivi per cui se ne vanno. Alcune ragazze fuggono da un matrimonio precoce o da abusi. Le migrazioni possono anche essere determinate da violenza sessuale perpetrata nel contesto di conflitti armati, tra cui ricade anche la tortura sessuale.
3. Presenta la slide 1.25 sulla violenza di genere sulle rotte di migrazione (questa slide può essere modificata per il tuo contesto):
 - Spiega che ci sono prove evidenti della presenza pervasiva e cronica di violenza di genere, compresa la violenza sessuale, contro le ragazze e le donne sulle rotte migratorie di tutto il mondo. Sebbene ogni rotta per l'Europa risulti difficile, il rischio di violenza e di abusi è particolarmente alto per chi si avvia lungo la rotta del Mediterraneo centrale, che passa attraverso la Libia.²⁴
 - Molte donne e ragazze sono esposte allo sfruttamento sessuale, in condizioni che equivalgono alla schiavitù sessuale.
4. Presenta la slide 1.26, spiegando che i rischi di violenza di genere non terminano con l'arrivo in Europa dei rifugiati e migranti:
 - una volta giunte in Europa, il rischio di donne e ragazze di cadere preda della tratta ai fini dello sfruttamento sessuale non è finito.²⁵ Si è stimato, per esempio, che la stragrande maggioranza delle donne e delle ragazze arrivate via mare in Italia nel 2016 erano ad alto rischio di diventare vittime di tratta a scopo di sfruttamento sessuale in Italia o in altri Paesi dell'Unione Europea.²⁶ Per "sfruttamento sessuale" si intende qualsiasi abuso, reale o tentato, di una posizione di vulnerabilità, di una disparità di potere o l'infrazione della fiducia di un'altra persona a fini sessuali, compreso il trarre profitto economico, sociale o politico dallo sfruttamento sessuale. Sotto questo concetto ricadono anche le prestazioni sessuali a pagamento, la prostituzione forzata, o le prestazioni sessuali a pagamento con chi versa in condizioni di indigenza.
 - A causa delle condizioni di vita insicure e rischiose nei centri di accoglienza di tutta Europa, (dove spesso vi sono mancanza di sicurezza e di privacy, per via di strutture di accoglienza di genere misto con scarso accesso ai servizi essenziali), le donne e le ragazze che vi risiedono sono soggetti particolarmente a rischio di violenza di genere.
 - Una volta raggiunta l'Europa, le donne e le ragazze possono anche continuare a subire atti di violenza da parte del loro partner, poiché, tra gli altri aspetti, le richieste di asilo spesso si riferiscono al nucleo familiare e questo può, involontariamente, far sì che le donne rimangano in situazioni di abuso.
 - La vulnerabilità delle donne e delle ragazze è esacerbata dalla scarsa diffusione dei servizi per le persone sopravvissute alla violenza di genere e dai diversi ostacoli all'accesso alle cure. Questo argomento sarà discusso più avanti nel corso della formazione.
5. Mostra la slide 1.27 per riassumere i punti chiave discussi durante il tema 1.2.

1.3 Comprendere la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi

Scopo:

Comprendere le similitudini e le differenze tra violenza di genere e violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi, descrivere le caratteristiche della violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi nei paesi d'origine, lungo la rotta migratoria e in Europa, e conoscere i gruppi vulnerabili.

Durata:

60 minuti

Modalità:

Presentazione

Discussione plenaria

Materiale essenziale:

PPT Modulo 1: Introduzione alla violenza di genere e alla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi, slide da 1.28 a 1.37

Dispensa 4: Violenza sessuale contro ragazzi e giovani migranti e rifugiati in Europa

Strumenti:

Proiettore e schermo per PowerPoint

1.3.1 Definire la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi

Scopo:

Introdurre il problema della violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi ed evidenziare le differenze e le similitudini con la violenza di genere perpetrata su donne e ragazze.

Durata:

30 minuti

Note del facilitatore:

Questa sessione fornisce una breve introduzione alla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi e alla sua correlazione con la violenza di genere. Ulteriori dettagli contestuali saranno trattati nella sessione successiva.

Guida passo per passo:

1. Presenta la slide 1.29 e spiega che violenza di genere e violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi possono avere alla radice sia cause simili che non, ma che entrambe sono fondate sull'abuso di potere e contraddistinte dal mancato rispetto dei diritti umani. Preferiamo non usare il termine "violenza di genere" per descrivere la violenza perpetrata su uomini e ragazzi perché una delle cause alla radice della violenza di genere contro donne e ragazze è una disuguaglianza sistemica di genere, aspetto che non contraddistingue l'esperienza dei sopravvissuti maschi. In questo caso, si parla invece di violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi. È importante ricordare che la violenza sessuale è dannosa per tutte le persone sopravvissute (donne, uomini, ragazze, ragazzi e persone transgender) e che il danno perpetrato è ugualmente grave, indipendentemente dal genere della persona che lo subisce.
2. Spiega che, a differenza della violenza di genere contro donne e ragazze, la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi viene talvolta perpetrata al fine di indebolire le norme di genere maschili tradizionali. Le norme di genere maschili ruotano spesso intorno al ruolo di protettori della famiglia e della comunità che ci si attende che essi rivestano. Per esempio, gli uomini potrebbero subire episodi di violenza sessuale connessa a un conflitto, perpetrata allo scopo di farli sentire impotenti e indifesi e per trasmettere loro il senso di fallimento del ruolo di genere che li vede forti o in grado di proteggere le proprie famiglie. Un esempio è il fenomeno denominato forced witnessing, che può consistere nel costringere un uomo a guardare la moglie che viene violentata, quando i principi della sua cultura prevedono che dovrebbe essere abbastanza forte da proteggerla. Questo tipo di violenza può essere profondamente dannoso dal punto di vista psicologico e minare il rapporto dell'uomo con la sua famiglia e la sua comunità.
3. Mostra la slide 1.30 spiegando che la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi può essere perpetrata contro chiunque, ovunque. Questo tipo di violenza può verificarsi nei paesi d'origine, lungo le rotte migratorie, all'arrivo in Europa e nel luogo di destinazione finale.

4. Spiega che, come nel caso della violenza di genere, gli autori della violenza sono per la stragrande maggioranza uomini eterosessuali, tuttavia anche le donne e le persone LGBTQI+ possono a volte perpetrare forme di violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi, come ad esempio lo sfruttamento sessuale. È importante sottolinearlo perché alcuni adolescenti e giovani uomini potrebbero pensare che qualsiasi attività sessuale con donne e ragazze sia “positiva” e non capire di essere stati vittime di abusi.
5. Utilizzando la slide 1.31, chiedi ai partecipanti di condividere esempi di violenza sessuale perpetrata su uomini, giovani e ragazzi all’interno del contesto di appartenenza di cui siano a conoscenza. Invitali a condividere esempi concreti, anche di sfruttamento sessuale, nei loro paesi d’origine. Ricorda loro che la maggior parte degli autori della violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi sono uomini, poiché alcuni partecipanti potrebbero pensare che il numero di donne che perpetrano violenza sessuale su uomini e ragazzi sia equivalente.

1.3.2 La violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi nel contesto migratorio

Scopo:

Descrivere le caratteristiche della violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi nei paesi d’origine, lungo la rotta migratoria e in Europa, e conoscere meglio i gruppi vulnerabili.

Durata:

30 minuti

Note del facilitatore:

Sarebbe opportuno modificare la dispensa e le slide per

questa sessione, includendo informazioni specifiche sulla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi rilevanti per il contesto in cui si svolge il workshop.

Per maggiori informazioni sulla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi lungo la rotta migratoria del Mediterraneo centrale dalla Libia verso l’Italia, consultare: www.womensrefugeecommission.org/research-resources/more-than-one-million-pains-sexual-violence-against-men-and-boys-on-the-central-mediterranean-route-to-italy/.

Guida passo per passo:

1. Presenta le slide da 1.32 a 1.34 e sottolinea che la violenza sessuale contro uomini e ragazzi viene perpetrata in diverse fasi della migrazione. Viene perpetrata nei paesi d’origine dei rifugiati e dei migranti, lungo le rotte migratorie e nei paesi di accoglienza, quindi anche in Europa.
Al momento di trattare la slide 1.34, fai notare che, sebbene sia difficile valutare con precisione la portata del problema, alcuni ragazzi adolescenti, giovani uomini e rifugiati e migranti gay, bisessuali e transgender subiscono abusi sessuali, anche nelle aree urbane e lungo le frontiere. Pochi hanno la possibilità di percepire un reddito stabile tramite un’occupazione regolare, pertanto sono molto esposti allo sfruttamento sessuale, perpetrato da membri della comunità ospitante e da altri rifugiati.
2. Presenta la slide 1.35 facendo notare che la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi si manifesta in molte forme diverse. La violenza sessuale va oltre lo stupro. In situazioni di guerra e in carcere, gli uomini possono essere costretti ad assistere a violenze sessuali perpetrate su altri, o essere costretti ad abusare sessualmente di un’altra persona. Esistono numerose altre forme di violenza che non contemplano la penetrazione, ad esempio l’umiliazione sessuale (nudità forzata o masturbazione forzata). Anche le ustioni e l’abuso sui genitali, come la circoncisione forzata, sono forme di violenza sessuale. Tuttavia, per molti uomini queste potrebbero essere considerate forme di tortura e non di violenza sessuale. Anche i ragazzi e gli uomini possono essere costretti alla schiavitù sessuale e sottoposti a sfruttamento sessuale, anch’esso una forma di violenza sessuale.
3. Distribuisci ai partecipanti la **Dispensa 4: Violenza sessuale contro ragazzi e giovani migranti e rifugiati in Europa**. Chiedi loro di leggere la dispensa in silenzio per qualche minuto. Chiedi ai partecipanti se hanno

mai sentito parlare di storie simili e cosa ne pensano. Dopo aver letto la dispensa, aver visto le presentazioni e discusso il tema, hanno imparato qualcosa di nuovo sulla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi? Fa' loro condividere i loro diversi punti di vista. Alcuni potrebbero avere difficoltà a riconoscere che anche uomini e ragazzi possono essere vittime di violenza sessuale, mentre altri potrebbero già esserne consapevoli. Se i partecipanti cercano di equiparare l'incidenza della violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi con quella della violenza di genere contro donne e ragazze, spiega che le ricerche mostrano costantemente una maggiore vittimizzazione sessuale di donne e ragazze rispetto a uomini e ragazzi. Ricorda loro che per via della disuguaglianza sistemica di genere, una donna su tre sperimenta una qualche forma di violenza di genere nella sua vita. Uomini e ragazzi possono subire abusi di potere e violenze, ma non si trovano ad affrontare la disuguaglianza sistemica di genere.

4. Presenta la slide 1.36 e individua gruppi di uomini e ragazzi che potrebbero essere particolarmente esposti alla violenza sessuale. Ad esempio, uomini e ragazzi che si trovano all'interno di strutture detentive o in carcere (o in qualsiasi forma di prigionia) sono ad alto rischio di violenza sessuale. Anche i ragazzi e i giovani non accompagnati sono particolarmente vulnerabili agli abusi e allo sfruttamento sessuale. Le persone gay, bisessuali e transgender e altre persone con diversi orientamenti sessuali o identità di genere sono particolarmente vulnerabili alla violenza sessuale perché spesso sono percepite come "diverse", o in contrasto con le norme di genere. Di solito godono di un sostegno economico estremamente limitato a causa dello stigma, della discriminazione, dell'omofobia e della mancanza di tutele legali. Possono essere vittime di violenza all'interno delle stesse famiglie e hanno meno risorse e sostegno. Chiedi ai partecipanti di provare a individuare altri gruppi esposti alla violenza sessuale nel contesto dal quale provengono.
5. Chiedi ai partecipanti se qualcuno di loro ha incontrato o ha fatto da interprete per conto di un sopravvissuto maschio. Nota: probabilmente non molti avranno affrontato discussioni specifiche sulla violenza sessuale, ma possono condividere la loro esperienza sulla violenza in genere o i propri pensieri a riguardo. Ricorda loro le norme di gruppo sulla riservatezza e la non discriminazione.
6. Presenta la slide 1.37 per riassumere i punti chiave emersi durante la trattazione del tema 1.3 e per ricordare ai partecipanti che la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi va oltre lo stupro, viene perpetrata contro numerosi uomini e ragazzi in molti contesti diversi, e che lo sfruttamento sessuale avviene anche qui in Europa.

1.4 Violenza di genere e violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi: conseguenze e risposta multisettoriale

Scopo:

Aiutare i partecipanti a comprendere le conseguenze significative per le persone sopravvissute di violenza di genere e violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi, i servizi essenziali di cui una persona sopravvissuta potrebbe aver bisogno per ridurre tali effetti negativi e consentire il loro recupero, nonché gli ostacoli principali per accedere alle cure.

Durata:

60 minuti

Modalità:

Presentazione
Discussione plenaria
Esercizio di gruppo

Materiale essenziale:

PPT Modulo 1: Introduzione alla violenza di genere e alla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi, slide da 1.38 a 1.44

Dispensa 4: Violenza sessuale contro ragazzi e giovani migranti e rifugiati in Europa

Dispensa 5: Conseguenze della violenza di genere e della violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi

Strumenti:

Proiettore e schermo per PowerPoint
Lavagna a fogli mobili e pennarelli

1.4.1 Conseguenze della violenza di genere e della violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi

Scopo:

Aiutare i partecipanti a comprendere che impatto abbiano, sulle persone sopravvissute, la violenza di genere e la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi.

Durata:

30 minuti

Note del facilitatore:

Per trattare questo argomento è necessario dividere i partecipanti in tre piccoli gruppi. Ognuno si concentrerà su una tipologia di conseguenze:

- Gruppo 1: Conseguenze fisiche
- Gruppo 2: Conseguenze sulla salute mentale
- Gruppo 3: Conseguenze sociali.

Guida passo per passo:

1. Mostra la slide 1.38 e dividi i partecipanti in tre piccoli gruppi per approfondire le diverse tipologie di conseguenze. Spiega che ogni gruppo si concentrerà su un tema specifico. Gruppo 1: Conseguenze fisiche, Gruppo 2: Conseguenze sulla salute mentale, Gruppo 3: Conseguenze sociali. Chiedi a ciascun gruppo di riflettere sull'impatto della violenza di genere su donne e ragazze e sull'impatto della violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi.
2. Chiedi ai gruppi di fare un brainstorming di 15 minuti sulle diverse conseguenze della violenza per una persona sopravvissuta, facendo riferimento alle diverse forme di violenza di genere presenti sull'albero e alla **Dispensa 4: Violenza sessuale contro ragazzi e giovani migranti e rifugiati in Europa**. Chiedi di osservare eventuali differenze per le donne, gli uomini, i ragazzi e le ragazze, comprese le persone LGBTQI+.
3. Chiedi a ciascun gruppo di nominare un portavoce che riferisca in plenaria.
4. Elenca ogni conseguenza della violenza su una lavagna a fogli mobili con l'obiettivo di discutere i seguenti argomenti:
 - **Le conseguenze fisiche della violenza di genere e della violenza sessuale possono comprendere:** infezioni sessualmente trasmesse (o IST, tra cui l'HIV), tagli, ferite, ustioni da acido, contusioni, lesioni cerebrali traumatiche e morte (compresi i decessi dovuti a suicidio e omicidio, come i cosiddetti "delitti d'onore" e il femminicidio, fenomeno per cui una donna viene uccisa per il fatto di essere donna). Per le sopravvissute donne, lesbiche e uomini transessuali, le conseguenze possono includere anche gravidanze indesiderate e aborti/interruzioni della gravidanza praticati in condizioni non sicure, aborto forzato, lacerazioni vaginali e rettili e fistole (con conseguente incontinenza), e morte in seguito ad aborto non sicuro. Per i sopravvissuti maschi, le conseguenze comprendono traumi o mutilazioni agli organi genitali, come il taglio del pene e dei testicoli, e traumi rettili come lacerazioni e fistole, che possono causare incontinenza fecale. Alcuni sopravvissuti possono riportare inoltre ernie e lacerazioni addominali.
 - **Conseguenze sulla salute mentale:** ciascuna persona sopravvissuta (indipendentemente dal sesso o dal genere) reagisce in modo diverso, ma tra le conseguenze vi sono ansia, depressione, disturbi da stress post-traumatico (PTSD), dissociazione, incubi, pensieri suicidi e strategie negative di coping (adattamento), come l'abuso di alcol o droghe. Le sopravvissute donne sono più esposte ai disturbi alimentari e ad azioni di autolesionismo, ad esempio tagli. I sopravvissuti maschi possono soffrire di disfunzione erettile, alcuni potrebbero avere difficoltà a gestire la rabbia o intraprendere comportamenti a rischio. In generale, le persone LGBTQI+ tendono ad avere livelli più alti di depressione e di ansia (a causa dello stigma e della discriminazione),²⁷ e queste condizioni possono aggravarsi in conseguenza alla violenza sessuale e alla violenza di genere.
 - **Le conseguenze sociali possono comprendere:** ostracismo, umiliazione, stigmatizzazione, perdita della custodia dei figli, separazione o divorzio, esclusione dalla comunità, perdita del lavoro o incapacità di garantirsi il sostentamento. Per i ragazzi e le ragazze, le conseguenze possono includere, ad esempio, difficoltà a scuola e una maggiore vulnerabilità a gravi episodi di bullismo. Le sopravvissute donne possono essere abbandonate dai mariti e costrette a prendersi cura dei figli senza alcun sostegno; talvolta sono costrette all'isolamento in casa. Alcuni uomini possono essere costretti a divorziare o venire abbandonati dai/dalle partner. I sopravvissuti maschi possono anche affrontare uno stigma tale da non essere più "visti come uomini", e alcuni potrebbero essere portati a fuggire dalle loro comunità. Le persone sopravvissute LGBTQI+ possono essere costretti, sotto ricatto, a subire abusi sessuali continuativi o al matrimonio forzato, con la minaccia di "svelare" la loro identità di genere alle loro famiglie o alla comunità.

5. Dopo la discussione, mostra la slide 1.39 e distribuisce la **Dispensa 5: Conseguenze della violenza di genere e della violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi**. Riassumi le conseguenze, sottolineando che le conseguenze della violenza di genere e della violenza sessuale sulle persone sopravvissute possono essere molteplici e diverse. È importante ricordare che tutte le persone sopravvissute reagiranno in modo diverso e avranno bisogno di un diverso tipo di sostegno. Fai riflettere sul fatto che la società tratta uomini e donne in modo diverso, e di conseguenza il nostro approccio dovrà essere diverso a seconda che abbiamo a che fare con uomini o con donne. In alcune culture, le donne possono sentirsi più a proprio agio ad esprimere i propri sentimenti in gruppo, mentre gli uomini no. Le donne possono sentirsi più a proprio agio nel mostrare emozioni come la tristezza o la disperazione, mentre gli uomini potrebbero sentirsi come se non fossero “autorizzati” a fare lo stesso. Non esistono modi “giusti” o “sbagliati” di sentirsi dopo aver subito un episodio di violenza di genere o di violenza sessuale, e dovremmo quindi accettare e sostenere tutti i sentimenti che le persone sopravvissute provano.

1.4.2 Risposta multisettoriale per le persone sopravvissute - comprendere gli ostacoli all'assistenza

Scopo:

Assicurarsi che i partecipanti conoscano i servizi essenziali a cui tutte le persone sopravvissute hanno diritto, e alcuni degli ostacoli principali all'accesso a questi servizi.

Durata:

30 minuti

Note del facilitatore:

Questo capitolo delinea i servizi essenziali per le persone sopravvissute alla violenza sessuale e alla violenza di genere, e descrive alcuni degli ostacoli più comuni che le persone sopravvissute si trovano ad

affrontare per accedere all'assistenza. Tra i punti chiave da ricordare vi è il fatto che le persone sopravvissute di tutti i generi sono spesso chiamate ad affrontare diversi ostacoli per accedere all'assistenza, che molte persone sopravvissute incontrano gli stessi ostacoli e che alcuni di questi ostacoli sono specifici di genere. Stiamo ancora studiando come gli uomini e i ragazzi rivelano la violenza subita. Sottolinea che tutte le persone sopravvissute di violenza di genere e violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi hanno diritto agli stessi servizi, che tutti devono superare ostacoli per accedervi, e che per molti di loro è davvero difficile rivelare quanto hanno vissuto.

Guida passo per passo:

1. Mostra la slide 1.41 e chiedi al gruppo di quali tipi di servizi e di supporto una persona sopravvissuta potrebbe avere bisogno per alleviare le conseguenze dannose dell'esperienza vissuta e per riprendersi. Man mano che suggeriscono le loro risposte, scriville su un foglio bianco della lavagna, suddiviso in quadranti a seconda dell'area del settore. Dopo aver scritto alcuni esempi sulla lavagna, scrivi i nomi dei settori su ogni quadrante. Alla fine, il foglio della lavagna dovrebbe apparire così:

Salute

Contraccezione d'emergenza per scongiurare una gravidanza
Cura delle lesioni
Cura di eventuali IST
Profilassi post-esposizione (PEP) per ridurre al minimo il rischio di trasmissione di HIV

Psicosociale

Supporto emotivo e mentale (counselling, peer support)
Attività generatrici di reddito
Formazione qualificante
Reintegro sociale, supporto sociale

Sicurezza

Sicurezza fisica
Casa sicura o alloggio temporaneo
Protezione da parte della polizia (ove opportuno)

Legale

Assistenza legale
Azione penale e sentenza

2. Chiedi ai partecipanti di elencare i servizi disponibili nel vostro contesto e di specificare se sono accessibili a tutti.

3. Continua a chiedere, suggerire, discutere e chiarire le potenziali risposte fino a che non si sarà elencato il maggior numero possibile di servizi di risposta principali. Sottolinea che i servizi per le persone sopravvissute alla violenza sessuale e alla violenza di genere, come ad esempio le cure mediche dopo uno stupro, sono essenziali e salvavita. Evidenzia che alcune strutture sanitarie possono fornire cure atte a ridurre al minimo il rischio di trasmissione di HIV entro le prime 72 ore dopo lo stupro e a prevenire gravidanze indesiderate entro 120 ore dallo stupro: è importante che i rifugiati e i migranti lo sappiano, in modo che possano richiedere assistenza il prima possibile.
4. Chiedi ai partecipanti se pensano che le persone sopravvissute incontrino ostacoli o difficoltà nell'accedere alle cure. Chiedi di fornire esempi specifici degli ostacoli che diverse persone sopravvissute (ad esempio un ragazzo o una ragazza adolescente, una donna anziana o un uomo gay) potrebbero trovarsi ad affrontare.
5. Mostra la slide 1.42. Spiega che spesso le persone sopravvissute devono affrontare molteplici ostacoli per accedere ai servizi e che molti di questi ostacoli sono comuni a tutte loro. Ad esempio, le persone sopravvissute hanno spesso paura che venga violata la riservatezza e temono che le loro famiglie o le loro comunità vengano a conoscenza della violenza e li incolpino o li ostracizzino. Spesso provano una profonda vergogna e un senso di auto-colpevolizzazione; questi sentimenti possono scoraggiare le persone sopravvissute dal cercare assistenza. Inoltre, molti non sono a conoscenza dei servizi disponibili o non sanno dove cercare aiuto.
6. Ricorda loro che uno degli ostacoli principali che scoraggia tutte le persone sopravvissute è l'atteggiamento negativo da parte degli operatori dei servizi, MLC compresi, che possono ridicolizzare, imbarazzare o addirittura incolpare le persone sopravvissute. Alcuni potrebbero non credere al racconto della persona sopravvissuta o potrebbero non prendere sul serio la violenza. Altri ancora potrebbero diffondere pettegolezzi sulla persona sopravvissuta, violando la sua privacy e mettendolo potenzialmente a rischio di ulteriori danni da parte dell'autore della violenza, della sua stessa famiglia o della sua comunità. Questi sono ostacoli significativi - e spesso gravi - per le persone sopravvissute che hanno il diritto di chiedere assistenza.
7. Presenta la slide 1.43 e descrivi i modi in cui i sopravvissuti maschi possono indirettamente alludere o fare accenno a una violenza sessuale subita. Spiega ai partecipanti che stiamo ancora imparando come uomini e ragazzi rivelano la violenza sessuale subita in contesti diversi e che le modalità in cui lo fanno a volte sono diverse da quelle delle donne e delle ragazze. Chiedi ai partecipanti di andare alla fine della Dispensa 4, quindi di rileggere la sezione 4.1 Come fornire supporto ai sopravvissuti maschi. Chiedi ai partecipanti se hanno qualcosa da aggiungere nel caso in cui abbiano lavorato con sopravvissuti maschi a violenze sessuali. Chiedi loro se hanno imparato qualcosa di nuovo sui modi in cui uomini e ragazzi rivelano una violenza subita.
8. Fornisci ulteriori esempi che spieghino che la vulnerabilità dei rifugiati e dei migranti in Europa può essere esacerbata da servizi limitati o inappropriati per le persone sopravvissute. La violenza contro le donne migranti e rifugiate potrebbe essere considerata la norma, non presa sul serio e attribuita alla "cultura" dagli operatori dei servizi. A causa dell'elevato numero di ragazzi non accompagnati, le ragazze non accompagnate spesso rimangono "invisibili": molti enti che forniscono servizi non sono consapevoli della necessità di adattare i loro servizi per raggiungere le ragazze, che semplicemente non appaiono nelle statistiche che influenzano dove e come i servizi dovrebbero essere forniti, lasciandole ancora più vulnerabili.
9. Spiega che molti operatori dei servizi non riconoscono il fatto che i ragazzi e i giovani uomini sono sfruttati sessualmente, o che tra molti di loro vi è l'errata convinzione che tali soggetti siano meno colpiti da questo abuso rispetto alle ragazze, e che anche questo impedisce loro di accedere all'assistenza di cui hanno bisogno. Molti chiudono gli occhi sul fatto che, allo stesso modo delle donne migranti e rifugiate, anche i rifugiati e i migranti uomini possono vendere sesso o essere sfruttati sessualmente da persone nel paese di accoglienza. Spesso mancano servizi che includano le persone LGBTQI+, che possono trovarsi ad affrontare lo scherno, la discriminazione e le molestie degli operatori dei servizi o di altri rifugiati/migranti quando cercano di accedere ai servizi.
10. Concludi ricordando ai partecipanti che la violenza sessuale e la violenza di genere sono perpetrate in ogni contesto. Il nostro compito è quello di creare le condizioni necessarie per permettere alle persone sopravvissute di tutti i sessi e generi di accedere ai servizi essenziali senza timore di giudizio o vergogna, in modo che possano ricevere l'aiuto che meritano.
11. Mostra la slide 1.44 per riassumere i punti chiave discussi durante il tema 1.4.

MODULO 2

Sostegno alle persone sopravvissute: un approccio basato sui principi

Obiettivi formativi

- Acquisire una conoscenza dei valori personali in grado di formare gli atteggiamenti verso la violenza di genere e la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi
- Comprendere l'approccio incentrato sulla persona sopravvissuta
- Definire i principi guida sulla violenza di genere: riservatezza, sicurezza, rispetto, non discriminazione e (per i minori) determinazione dell'interesse superiore del minore
- Applicare l'approccio incentrato sulla persona sopravvissuta.

Durata

60 min

70 min

Temi

- 2.1 Autoriflessione e chiarimento dei valori
- 2.2 Approccio incentrato sulla persona sopravvissuta
 - 2.2.1 Introduzione ai principi guida relativi alla violenza di genere
 - 2.2.2 Applicazione dell'approccio incentrato sulla persona sopravvissuta

Materiale essenziale:

- PPT Modulo 2: Prendersi cura delle persone sopravvissute: un approccio basato sui principi
- Dispensa 6: Esercizio relativo al chiarimento dei valori
- Dispensa 7: Sette principi guida per lavorare con minori sopravvissuti
- Dispensa 8: Obbligo di segnalazione
- Dispensa 9: L'approccio incentrato sulla persona sopravvissuta e i principi guida relativi alla violenza di genere

Preparazione:

- Disporre gli spazi in modo appropriato per ogni argomento
- Rivedere le slide pertinenti
- Rivedere le dispense pertinenti
- Rivedere le note del facilitatore e le guide passo dopo passo

2.1 Autoriflessione e chiarimento dei valori personali

Scopo:

Permettere ai partecipanti di condividere le loro conoscenze e i loro valori, relativamente ad alcune affermazioni "controverse", in un luogo sicuro facilita la riflessione personale sul perché qualcuno potrebbe avere opinioni diverse e rende possibile la discussioni sui miti comuni senza dover dichiarare che questi sono i propri punti di vista e valori.

Durata:

60 minuti

Modalità:

Discussione plenaria
Esercizio plenario

Materiale essenziale:

PPT Modulo 2: Prendersi cura delle persone sopravvissute: un approccio basato su principi, slide da 2.1 a 2.4
Dispensa 6: Esercizio relativo al chiarimento dei valori

Strumenti:

Proiettore e schermo per PowerPoint

Carta e penne/matite

Note del facilitatore:

Questo esercizio richiede un'aula sufficientemente grande da permettere ai partecipanti di camminare e parlare tra loro. Si tratta di un'attività molto popolare poiché i partecipanti hanno di solito molto da dire sui diversi temi e vogliono aggiungere i propri commenti. Cerca di rispettare i tempi assegnati o c'è il rischio che l'attività si protragga troppo!

Questa sessione dovrebbe svolgersi una volta che i partecipanti avranno sviluppato una certa familiarità gli uni con gli altri, poiché potrebbero essere riluttanti a condividere le loro convinzioni personali con gli estranei. È anche possibile modificare la Dispensa utilizzando affermazioni diverse sui miti comuni relativi allo stupro, come il fatto che le donne non possono essere stupratrici o che tutti gli stupratori sono gay, o altri miti e idee errate radicati nel paese in cui si svolge la formazione. Assicurati di rafforzare i messaggi chiave dopo ogni discussione e incoraggia un dibattito empatico e comprensivo.

Guida passo per passo:

1. Mostra la slide 2.2 e spiega che bisogna comprendere i sistemi che regolano i nostri valori personali, che tali valori sono alla base delle nostre convinzioni e che queste formano il nostro comportamento. Il comportamento delle persone rispecchia le loro convinzioni e le loro convinzioni rispecchiano i loro valori. Questo non è importante solo per noi e per il nostro ruolo nella prevenzione, nella limitazione o nella risposta alla VG e alla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi, ma anche per le comunità con cui lavoriamo.
2. Consegna ad ogni partecipante una copia della Dispensa 6: Esercizio relativo al chiarimento dei valori. Chiedi ai partecipanti di compilarlo con le loro effettive opinioni sulle affermazioni elencate **senza scrivere il loro nome**. Dopo qualche minuto, invita tutti ad accartocciare il foglio formando una palla e a lanciarla al centro della stanza.
3. Mescola le risposte, quindi chiedi ad ogni partecipante di scegliere una delle palle di carta. Così facendo, rappresenteranno le opinioni scritte sul foglio, anche se non le condividono. Può essere utile che il facilitatore ne compili uno con delle risposte "sbagliate" in modo da evitare che tutti rispondano con ciò che pensano di dover dire.
4. Spiega ai partecipanti che un lato dell'aula è per chi "è d'accordo" e l'altro per chi "non è d'accordo".
5. Leggi ogni affermazione della Dispensa 6. Dopo ogni affermazione, chiedi ai partecipanti di spostarsi sul lato dell'aula che corrisponde alla risposta che hanno sul foglio che tengono in mano, che la condividano o meno.
6. Chiedi ai partecipanti che si trovano sul lato "concordo" di difendere l'affermazione riportata sul foglio che hanno in mano, con empatia e rispetto, anche se non riflette il loro punto di vista personale. Chiedi anche ai

partecipanti che si trovano sul lato “non concordo” di difendere l’affermazione. Altri possono intervenire per fornire supporto nella discussione. Nel prosieguo della discussione, assicurati che i seguenti messaggi chiave siano menzionati ed evidenziati in relazione a ciascuna affermazione:

AFFERMAZIONE: Fare sesso per pagarsi il viaggio in Europa non è violenza.

Messaggio chiave: Chiedi ai partecipanti di ricordare la definizione di VG e di ripensare ai concetti chiave. Chiedi loro di decidere se questa situazione soddisfa i criteri, quindi di rispondere alle seguenti domande:

- Si basa su una relazione di potere paritario? No, perché la persona ha meno potere finanziario di chi la paga in cambio di sesso.
- Aumenta il danno? Sì, poiché è improbabile che la persona sia in grado di richiedere l’uso del preservativo e può esporsi al rischio di malattie sessualmente trasmesse, HIV o violenza fisica. Questo può anche causare loro danni emotivi.
- È basata sul consenso? No, poiché non si è potuto dare il consenso nel contesto di un rapporto di potere paritario. Si tratta, quindi, di una forma di violenza perché non implica un consenso libero e informato (la capacità di dire no senza ripercussioni).

AFFERMAZIONE: Gli uomini non possono essere stuprati.

Messaggio chiave: la definizione di stupro è simile sia che si parli di uomini che di donne.

- Lo stupro viene perpetrato per umiliare e togliere potere, sia che la persona sopravvissuta sia un uomo o una donna.
- Anche se alcuni uomini sono fisicamente forti, ciò non significa che sia impossibile violentarli: gli autori della violenza possono usare la forza fisica, un’arma o altri mezzi di coercizione, come il ricatto.
- Anche gli uomini gay e bisessuali possono essere violentati: l’orientamento sessuale non ha nulla a che vedere con l’essere costretti o obbligati a fare sesso.
- Ogni forma di sesso senza consenso è stupro, sia che sia contro la legge o meno. Sempre.

AFFERMAZIONE: Flirtare e vestirsi in modo sexy significa accettare di fare sesso.

Messaggio chiave: alcuni pensano che chi flirta o si veste in modo sexy incoraggi l’attività sessuale, cioè il pensiero che “se la sia cercata”. Questa è un’idea errata di cui tutti noi dobbiamo essere consapevoli, poiché potremmo giudicare il comportamento delle persone sulla base dei nostri preconcetti e delle nostre convinzioni culturali o personali.

- È importante fare sempre riferimento alla **definizione di consenso**, e al concetto di FRIES (libero, revocabile, informato, entusiasta, specifico).
- Nessuno chiede di essere ferito emotivamente o fisicamente senza il suo consenso. La persona che provoca il danno è quella che ha preso la decisione di usare la violenza.
- Non importa cosa indossi, non “chiedi” mai violenza. Anche i bambini di sei mesi e le donne di 80 anni che indossano il burqa completo subiscono aggressioni sessuali. Nessuno chiede alle persone che sono state derubate cosa indossavano per vedere se questo è stato un fattore determinante nella rapina.
- La persona che sta flirtando può cambiare idea sul sesso e può ritirare il consenso (ricorda loro che il consenso è revocabile). L’altra persona non ha il diritto di costringerla a fare sesso.

AFFERMAZIONE: Essere lesbica, gay, bisessuale o transgender è una scelta.

Messaggio chiave: l'orientamento sessuale e l'identità di genere sono parti naturali di ciò che sei: non sono scelte.

- L'orientamento sessuale si riferisce all'attrazione fisica, sentimentale e/o emotiva che una persona prova nei confronti di altre persone.
 - La ricerca mostra che l'orientamento sessuale è formato da numerosi fattori, compresi quelli biologici.
 - L'identità di genere si riferisce all'esperienza di genere personale e individuale sentita profondamente da una persona, che può corrispondere o meno al sesso assegnato alla nascita.
 - Le persone non possono scegliere da chi essere attratte e la terapia, il trattamento o la persuasione non cambieranno il loro orientamento sessuale né l'identità di genere.
 - Molte violenze emotive, fisiche e sessuali vengono perpetrate ai danni di persone lesbiche, gay, bisessuali e transgender a causa di questo mito dannoso.
7. Mostra la slide 2.3 e sottolinea che ci sono molti miti e idee errate sulla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi e la violenza di genere. Questi miti sono dannosi perché impediscono alle persone sopravvissute di rendersi conto che la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi e la violenza di genere possono accadere a chiunque, e contribuiscono a creare una cultura del silenzio intorno alla questione perché scoraggiano le persone sopravvissute dal parlare. È importante dissipare queste idee sbagliate. Chiedi ai partecipanti se hanno sentito parlare di altri miti.
 8. Mostra la slide 2.4 e concludi evidenziando che dobbiamo essere consapevoli dei miti che circondano la violenza di genere e la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi. Tutti noi portiamo sul lavoro le nostre convinzioni culturali, ma abbiamo anche il dovere di rimanere neutrali e di aiutare le persone sopravvissute, indipendentemente da ciò in cui crediamo. Per essere professionali è importante essere consapevoli dei propri pregiudizi. L'autoconsapevolezza è un viaggio che dura tutta la vita, ma tale consapevolezza ci aiuta a comprendere i valori personali che formano i nostri atteggiamenti, le nostre convinzioni e i nostri comportamenti. Adottare un approccio al lavoro basato sui principi può aiutarci a svolgere bene e con successo il nostro lavoro. Per questo motivo, nella prossima sessione, ci si concentrerà sui principi guida relativi alla violenza di genere.
 9. Mostra la slide 2.5 per riassumere i punti chiave discussi durante il tema 2.1.

2.2 Approccio incentrato sulla persona sopravvissuta

Scopo:

Aiutare i partecipanti a comprendere gli aspetti teorici dell'approccio incentrato sulla persona sopravvissuta e aiutarli a capire come mettere in pratica tale approccio nel loro ruolo di mediatrici e mediatori linguistico-culturali.

Durata complessiva:

70 minuti

Modalità:

Presentazione
Discussione plenaria
Esercizio di gruppo

Materiale essenziale:

PPT Modulo 2: Prendersi cura delle persone sopravvissute: un approccio basato su principi, slide da 2.6 a 2.22
Dispensa 7: Sette principi guida per lavorare con minori sopravvissuti
Dispensa 8: Obbligo di segnalazione
Dispensa 9: L'approccio incentrato sulla persona sopravvissuta e i principi guida relativi alla violenza di genere

Strumenti:

Proiettore e schermo per PowerPoint

2.2.1 Introduzione ai principi guida relativi alla violenza di genere

Scopo:

Aiutare i partecipanti a comprendere l'approccio incentrato sulla persona sopravvissuta e l'importanza dei principi guida relativi alla violenza di genere esaminandoli in dettaglio.

Durata:

30 minuti

Note del facilitatore:

Questo tema introduce i principi guida relativi alla violenza di genere che rappresentano regole di comportamento consolidate e accettate per interagire con le persone sopravvissute alla violenza di genere. Devono essere compresi e rispettati da coloro che lavorano con le persone sopravvissute, compresi i MLC. È impossibile creare regole per ogni situazione in cui potrebbe trovarsi un individuo che lavora con le

persone sopravvissute. Questi principi creano piuttosto un quadro di riferimento all'interno del quale operare.

Prima del workshop, bisogna acquisire una conoscenza delle leggi in vigore nel proprio contesto riguardo all'obbligo di segnalazione, in modo da poter adattare le slide 2.18 e 2.19 e la Dispensa 8: Obbligo di segnalazione nel proprio contesto e, se lo si desidera, aggiungere alla presentazione alcune slide pertinenti. È possibile chiedere a qualcuno che conosce la legge di fare questa presentazione, in particolare se si tratta di un tema fondamentale per il vostro contesto. Può essere una buona idea anche avere qualcuno, eventualmente un partecipante, che lavora nell'ambito della protezione dei bambini/adolescenti, che prepari una breve spiegazione di ciò che si intende per "interesse superiore dei minori". Inoltre, è necessario essere pronti a far consultare le dispense ai partecipanti.

Guida passo per passo:

- Mostra la slide 2.7:
 - Spiega che la programmazione relativa alla violenza di genere o alla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi dovrebbe essere regolata da un approccio incentrato sulla persona sopravvissuta. Questo approccio è stato sviluppato da specialisti della violenza di genere che lavorano con le persone sopravvissute alla violenza di genere. Costituisce il cardine della prevenzione, mitigazione e risposta alla violenza di genere e dovrebbe essere integrato in ogni parte del lavoro.
 - Spiega che è importante applicare un approccio incentrato sulle persone sopravvissute perché mira a garantire che i diritti di ogni persona sopravvissuta siano in primo piano in ogni azione. Ponendo la persona sopravvissuta al centro del processo di sostegno, questo approccio promuove il suo recupero, riduce il rischio di ulteriori danni e rafforza la sua capacità di agire e la sua autodeterminazione.

- Spiega che l'approccio incentrato sulle persone sopravvissute si applica attraverso i principi guida relativi alla violenza di genere e altri principi che guidano il lavoro di tutti, indipendentemente dal loro ruolo, in tutte le interazioni con le persone sopravvissute.
 - L'uso di questo approccio è particolarmente importante per i MLC in quanto sono in "prima linea" e interagiscono con le persone sopravvissute in molti modi. Per i MLC, praticare un approccio incentrato sulla persona sopravvissuta significa stabilire con lei un rapporto in grado di promuovere la sua sicurezza emotiva e fisica, costruisce la fiducia e aiuta la persona a riacquistare un certo controllo sulla propria vita.
2. Mostra la slide 2.8 ed elenca brevemente i principi guida, accennando che ogni principio sarà poi approfondito.
 3. Presenta la slide 2.9 sulla riservatezza.
 4. Mostra la slide 2.10 sulle eccezioni alla riservatezza.
 5. Presenta le slide da 2.11 a 2.14 sulla sicurezza, il rispetto e la non discriminazione (rispettivamente).
 6. Presenta le slide 2.15 e 2.16 sul consenso informato.
 7. Spiega che chi lavora con i bambini/adolescenti deve conoscere non solo i principi guida relativi alla violenza di genere, ma anche i principi specifici che si applicano ai bambini/adolescenti. Chiedi ai partecipanti di consultare la Dispensa 7: Sette principi guida per lavorare con i bambini/le bambine e le/gli adolescenti sopravvissuti/e e presenta la slide 2.17 per fornire una breve panoramica del principio dell'"interesse superiore del minore".
 8. L'"interesse superiore del minore" è un fondamento della *Convenzione sui diritti del fanciullo*. Rappresenta, pertanto, una considerazione preminente in tutte le azioni che riguardano i bambini/gli adolescenti. Questo significa che le decisioni e le azioni riguardanti le ragazze e i ragazzi, compresi gli adolescenti LGBTQI+, dovrebbero riflettere ciò che è meglio per il benessere di quel particolare bambino/adolescente. Sottolinea i seguenti punti:
 - Ogni minore è unico e sarà segnato in modo diverso dalla violenza; le decisioni e le azioni che lo riguardano dovrebbero riflettere ciò che è meglio per la sua sicurezza, il suo benessere e sviluppo.
 - Lo scopo primario dell'intervento è quello di fornire assistenza, sostegno e protezione ai singoli minori, non di raggiungere altri obiettivi.
 - Spiega che l'interesse superiore del bambino/adolescente è fondamentale per una buona assistenza. I prestatori di servizi devono valutare le conseguenze positive e negative delle azioni con il pieno coinvolgimento del bambino/adolescente e dei caregiver (se del caso). La linea d'azione meno dannosa è sempre quella preferibile. Tutte le azioni devono garantire che i diritti del bambino/adolescente alla sicurezza e allo sviluppo non siano mai compromessi.
 9. Presenta la slide 2.18 sull'obbligo di segnalazione e chiedi ai partecipanti di consultare la Dispensa 8: Obbligo di segnalazione. Si noti che l'obbligo di segnalazione si riferisce a leggi o politiche che richiedono ai servizi di denunciare gli atti di violenza alle autorità. Spesso esistono regole relative all'obbligo di segnalazione in caso di abusi presunti o reali su minori, ma in alcuni casi possono esistere leggi in merito all'obbligo di segnalazione che si applicano anche alle persone adulte sopravvissute. L'obbligo di segnalazione può rappresentare un ostacolo significativo per le persone sopravvissute che vogliono accedere all'assistenza, perché potrebbero non volerlo fare. Bisogna comunicare alla persona sopravvissuta, sin dall'inizio, le limitazioni alla riservatezza, in modo che possa scegliere con cognizione di causa cosa rivelare.
 10. Presenta le slide 2.19 e 2.20 sull'obbligo di segnalazione, che avrai adattato in base alle leggi del vostro contesto specifico.
 11. Condividi la Dispensa 9: L'approccio incentrato sulla persona sopravvissuta e i principi guida relativi alla violenza di genere.

2.2.2 Applicazione dell'approccio incentrato sulla persona sopravvissuta

Scopo:

Promuovere l'empatia con le persone sopravvissute e aiutare i partecipanti a capire l'importanza del rispetto dei principi guida relativi alla violenza

di genere e dimostrare come mettere in pratica l'approccio incentrato sulla persona sopravvissuta.

Durata:

40 minuti

Guida passo per passo:

1. Mostra la slide 2.21. Spiega ai partecipanti che ora prenderanno parte a un'attività che darà loro l'opportunità di riflettere sui principi guida relativi alla violenza di genere nella loro esperienza.
2. Dividi i partecipanti in quattro gruppi assegnando ad ogni partecipante un colore particolare (ad es. rosso, blu, arancione e viola) e chiedi loro di raggrupparsi a seconda del colore. Questo è un buon modo per mescolare i gruppi in modo che i partecipanti possano parlare con coloro che non hanno mai incontrato prima e sentire parlare di esperienze diverse. Assegna ad ogni gruppo un principio su cui lavorare: riservatezza, sicurezza, rispetto o non discriminazione.
 - Chiedi ad ogni gruppo di dedicare 10 minuti a discutere dell'importanza del loro principio e rispondere alle seguenti domande: come mi sentirei, se fossi un sopravvissuto/a, se questo principio non fosse rispettato? Ci sarebbero conseguenze negative per me?
3. Chiedi a ciascun gruppo di riassumere i risultati ottenuti e assicurati che vengano trattati, come minimo, i seguenti punti.

Se il principio della riservatezza non viene rispettato, una persona sopravvissuta potrebbe:

- temere gravi conseguenze, tra cui l'emarginazione dalla comunità
- sentirsi tradita e ingannata e quindi perdere la fiducia nei confronti degli operatori dei servizi e di altri che cercano di fornire sostegno
- sentirsi privata della propria dignità
- correre il rischio di ulteriori danni, compreso l'omicidio da parte dell'autore della violenza o della famiglia di quest'ultimo
- anche altre persone sopravvissute potrebbero sentirsi scoraggiate dal farsi avanti per chiedere aiuto e perdere la fiducia nei servizi che dovrebbero sostenerle.

Se il principio della sicurezza non viene rispettato, una persona sopravvissuta potrebbe:

- rischiare di essere vittima di ulteriori episodi di violenza da parte degli autori della violenza e di coloro che li proteggono, nonché da parte dei membri della propria famiglia per via di questioni legate all'"onore" della famiglia stessa
- essere "punita" dall'autore della violenza o correre il rischio che sia fatto del male ai propri cari, come ad esempio a un figlio o un animale
- affrontare un'escalation di violenza: per molte donne che cercano di lasciare il proprio partner violento, la violenza può aumentare quando cercano sostegno, ed è questo il momento in cui sono più a rischio, e nel quale possono essere perfino in pericolo di essere assassinate.

Se il principio del rispetto non viene seguito, una persona sopravvissuta potrebbe:

- provare vergogna e l'efficacia della risposta potrebbe, quindi, essere ridotta o potrebbero verificarsi danni

- incolpare sé stessa, causando maggiore angoscia
- perdere la fiducia nel MLC o negli operatori dei servizi e potrebbe smettere di cercare di accedere all'assistenza, quando ad esempio viene spinta a intraprendere qualsiasi azione (come denunciare alla polizia o andare da un medico) che non desidera intraprendere, o se ha bisogno di più tempo per rifletterci
- sentirsi costretta, ancora una volta, a fare qualcosa che non vuole fare.

Se il principio della non discriminazione non viene rispettato, una persona sopravvissuta potrebbe:

- provare ancora più impotenza e vergogna
 - sentirsi scoraggiata dal cercare aiuto e sostegno
 - essere diffidente nei confronti delle persone della comunità ospitante, e non sentirsi benvenuta.
4. Chiedi a ogni gruppo di dedicare altri 10 minuti a discutere l'importanza del loro principio e rispondere come se fossero un MLC: come posso applicare questo principio nel mio lavoro quotidiano?

Un MLC che garantisce la riservatezza dovrà:

- capire che una persona sopravvissuta che rivela la sua esperienza di violenza sessuale sta condividendo qualcosa che potrebbe avere gravi conseguenze, tra cui l'emarginazione dalla comunità, nonché l'essere espulsa o danneggiata dalla propria famiglia. Le persone sopravvissute possono temere che l'autore della violenza venga a conoscenza della loro rivelazione e le danneggi ulteriormente, anche uccidendole, per proteggersi
- rassicurare la persona sopravvissuta sulla riservatezza, pur essendo molto chiaro che ci sono momenti in cui la riservatezza non può essere garantita e il vostro team potrebbe dover rivelare la violenza a qualcun altro senza il suo permesso. Spiegare che queste limitazioni alla riservatezza si riferiscono a situazioni in cui possono esistere obblighi di legge o di altro tipo che prevalgono sul diritto alla riservatezza dell'individuo
- ricordare alla persona sopravvissuta le eccezioni alla riservatezza, come ad esempio l'obbligo di segnalazione. Spiegare che sono previste tali eccezioni per la persona sopravvissuta e/o altri al sicuro. L'obbligo di segnalazione non sempre implica il coinvolgimento delle autorità. Discutere sempre con il proprio team quando si ritiene di dover violare il diritto alla riservatezza.

Un MLC che garantisce la sicurezza dovrà:

- comprendere che tutte le sue azioni devono salvaguardare il benessere della persona sopravvissuta, compresa la sua sicurezza emotiva e fisica
- evitare di intraprendere azioni che potrebbero mettere la persona sopravvissuta a rischio di ulteriori danni, anche coinvolgendo l'autore della violenza
- non permettere ai familiari di fare da interpreti
- far sentire la persona sopravvissuta a proprio agio e fare in modo che si fidi di voi
- essere a conoscenza di tutti i numeri di emergenza necessari, come il pronto soccorso e la polizia
- non cercare mai di "mediare" tra l'autore della violenza e la persona sopravvissuta
- assicurarsi che la persona sopravvissuta possa incontrarvi in un luogo sicuro dove non possa essere ascoltata o dove possa decidere se parlare o meno di ciò che è successo.

Un MLC che garantisce il rispetto dovrà:

- capire che il rispetto è importante per le persone sopravvissute perché sono stati costretti a fare qualcosa che non volevano fare

- capire che uno dei primi passi per aiutare una persona sopravvissuta a guarire è quello di riacquistare il controllo del proprio corpo e la capacità di decidere cosa è meglio per lei/lui (è fondamentale rispettare la sua volontà, tanto più che la sua volontà è già stata ignorata)
- utilizzare un approccio convalidante, non colpevolizzante e non giudicante
- sostenere la persona sopravvissuta nel prendere le proprie decisioni sulla propria assistenza
- custodire le informazioni della persona sopravvissuta in modo sicuro e protetto.

Un MLC che garantisce la non discriminazione dovrà:

- credere e sostenere tutte le persone sopravvissute senza discriminazioni o pregiudizi
 - capire che le persone che si trovano ad affrontare la discriminazione sono molto vulnerabili alla violenza di genere, e gli autori della violenza potrebbero prenderle di mira perché sanno che “nessuno crederà loro”, il che rende particolarmente importante per loro il fatto di essere credute, in quanto possono aspettarsi di dover affrontare discriminazioni
 - essere consapevole che, a causa della nostra cultura e del modo in cui siamo cresciute/i, è naturale avere qualche sentimento discriminatorio a volte. Se state aiutando una persona sopravvissuta che ha rivelato una caratteristica personale che disapprovate (come la vendita del proprio corpo), è importante riflettere se potete aderire ai principi di non discriminazione e rispetto per sostenere o meno la persona sopravvissuta. In caso contrario, parlarne con il proprio supervisore, che può assegnare un altro MLC, se necessario. (Questo non dovrebbe mettere a repentaglio il vostro lavoro, perché vi state concentrando sui diritti e sulle esigenze della persona sopravvissuta).
5. Presenta le slide 2.22 e 2.23 per riassumere i punti chiave discussi nel tema 2.2. Ricorda ai partecipanti che è importante “non fare del male” e seguire i principi guida per incoraggiare la guarigione fin dal primo momento in cui la persona sopravvissuta incontra qualcuno che può aiutarla. Distribuire la Dispensa 9: L’approccio incentrato sul la persona sopravvissuta e i principi guida relativi alla violenza di genere.

MODULO 3

Ruoli e responsabilità dei mediatori linguistico-culturali nel sostenere le persone sopravvissute

Obiettivi formativi

- Capire e chiarire le differenze e le similitudini tra i ruoli di un MLC e di un interprete
- Capire il ruolo svolto da un MLC, a seconda del contesto e della situazione
- Capire i limiti della comunicazione verbale e non verbale e sottolineare la necessità di un'interpretazione accurata
- Comprendere gli elementi di base della comunicazione come processo bidirezionale
- Comprendere l'importanza delle parole che utilizziamo e della scelta di un lessico non discriminante.

Durata

30 min

50 min

60 min

45 min

Temi

- 3.1 Mediatori linguistico-culturali e interpreti: ruoli e responsabilità
- 3.2 Il ruolo complesso dei mediatori linguistico-culturali
- 3.3 La comunicazione nella mediazione linguistico-culturale
- 3.4 Il potere delle parole

Materiale essenziale:

- PPT Modulo 3: Ruoli e responsabilità dei mediatori linguistico-culturali nel sostenere le persone sopravvissute
- Dispensa 10: Esempio di descrizione del lavoro del mediatore linguistico-culturale
- Dispensa 11: Consigli per la mediazione linguistico-culturale da remoto
- Dispensa 12: Glossario dei termini

Preparazione:

- Organizzare gli spazi in modo appropriato per ogni argomento
- Rivedere le slide pertinenti
- Rivedere le dispense pertinenti
- Rivedere le note del facilitatore e le guide passo dopo passo

3.1 Mediatori linguistico-culturali e interpreti: ruoli e responsabilità

Scopo:

Capire e chiarire le differenze e le similitudini tra il ruolo dei mediatori linguistico-culturali (MLC) e degli interpreti.

Durata:

30 minuti

Modalità:

Presentazione
Discussione plenaria

Materiale essenziale:

PPT Modulo 3: Ruoli e responsabilità dei MLC nel sostenere le persone sopravvissute, slide da 3.1 a 3.8

Strumenti:

Proiettore e schermo per PowerPoint

Note del facilitatore:

È importante arrivare a questa parte del workshop con una certa conoscenza dei ruoli e delle responsabilità principali dei MLC e del interprete nel contesto in cui si svolge la formazione. Assicurati di consultare le organizzazioni partner esperte in questo campo prima del workshop per contestualizzare e chiarire questo tema. Quando la formazione si riferisce alla *lingua veicolare* si indica la lingua utilizzata quando due o più interlocutori non condividono la lingua madre.

Guida passo per passo:

1. Chiedi ai partecipanti di alzare la mano se sono MLC, poi chiedi loro di alzare la mano se sono interpreti.
2. Conduci una breve discussione chiedendo ai partecipanti di suggerire alcune delle differenze e delle similitudini tra queste due professioni in base alle loro conoscenze. Sottolinea che sebbene i due lavori possano essere simili, essi divergono in alcuni aspetti chiave. Evidenzia che, siccome MLC e gli interpreti possono trovarsi a lavorare nello stesso campo, è importante comprendere le similitudini e le differenze tra questi due ruoli per minimizzare eventuali conflitti.
3. Spiega che a volte gli interpreti possono sentirsi più preparati e qualificati dei MLC perché hanno affrontato un percorso di studi universitario e specialistico per svolgere la loro professione, mentre i MLC possono sentirsi più qualificati perché parlano più di una lingua, anche quelle che non è possibile studiare nelle scuole di interpretariato e che sono necessarie per comunicare con molte comunità di migranti e rifugiati e conoscono le abitudini culturali e i simboli della loro comunità.
4. Presenta la slide 3.3 e sottolinea che gli interpreti sono una categoria professionale riconosciuta in molti paesi con una formazione specifica che deve soddisfare criteri standardizzati.
5. Presenta la slide 3.4 e indica che i MLC non sono una categoria professionale riconosciuta. Non esiste, quindi, una formazione standard, e i MLC possono avere diversi background. Questo, tuttavia, non significa necessariamente che non siano ben preparati. Spiega che i MLC usano sia la loro lingua madre che le lingue veicolari che vanno oltre i confini della loro comunità di origine: lingue che sono usate come seconda lingua per la comunicazione tra le comunità. Ad esempio, la lingua madre di un bulgaro che parla il farsi agli afgani è il bulgaro, ma la lingua veicolare utilizzata è il farsi.
6. Presenta la slide 3.5 e sottolinea che il livello di sostegno necessario per interpretare gli elementi culturali varia notevolmente a seconda dell'incarico, del contesto e dei diversi modelli di lavoro adottati nei diversi Paesi europei.
7. Mostra le slide 3.6 e 3.7 e riassume dicendo che i MLC e gli interpreti possono trovarsi a lavorare in diversi settori nell'ambito dei servizi territoriali a cui migranti e rifugiati hanno accesso e quindi a supportarli nell'assistenza sanitaria, nel supporto psicologico e sociale, nella sicurezza e protezione e nei servizi legali. La presenza sia di MLC qualificati sia di interpreti qualificati aiuta a costruire la fiducia e a sostenere il processo di recupero della persona sopravvissuta.
8. Mostra la slide 3.8 per riassumere i punti chiave discussi durante il tema 3.1.

3.2 Il ruolo complesso dei mediatori linguistico-culturali

Scopo:

Evidenziare la complessità del ruolo di MLC e chiarire che, sebbene il ruolo principale del MLC consista nell'interpretazione bilaterale tra migranti e rifugiati ed operatori dei servizi, gli enti per i quali lavorano potrebbero richiedere loro, esplicitamente o implicitamente, di lavorare in modo più indipendente, ad esempio nell'ambito dell'assistenza sociale, o di accompagnare le persone sopravvissute nelle situazioni di accesso e fruizione di diversi servizi.

Durata:

50 minuti

Modalità:

Presentazione
Discussione plenaria
Esercizio di gruppo

Materiale essenziale:

PPT Modulo 3: Ruolo e responsabilità dei mediatori linguistico-culturali (MLC) nel sostenere le persone

sopravvissute, slide da 3.9 a 3.14

Dispensa 10: Esempio di descrizione del lavoro di un mediatore linguistico-culturale (MLC)

Strumenti:

Proiettore e schermo per PowerPoint
Lavagne a fogli mobili e pennarelli

Note del facilitatore:

Questa sessione mette in evidenza i diversi compiti che i MLC potrebbero essere chiamati a svolgere. È importante essere consapevoli del fatto che, come spiegato in precedenza, i ruoli e le responsabilità dei MLC possono variare in modo sostanziale in contesti diversi. Durante la discussione su questo argomento, quindi, individua i compiti che sono comuni (come l'interpretazione) e altri che sono meno comuni. Ad esempio, l'estensione e la portata del ruolo di MLC al di là dell'interpretazione (come l'assistenza o l'accompagnamento delle persone sopravvissute per la fruizione di determinati servizi) varia in modo significativo da paese a paese e da contesto a contesto.

Guida passo per passo:

1. Dividi i partecipanti in quattro gruppi, scegliendo quattro frutti e assegnando un frutto a ciascun partecipante. Chiedi ai partecipanti di raggrupparsi in base al frutto che è stato loro assegnato.
2. Spiega che questo esercizio li aiuterà a capire i diversi ruoli e compiti che i MLC potrebbero trovarsi a svolgere. Spesso le aspettative nei confronti dei ruoli che i MLC possono trovarsi a svolgere sono diverse a seconda degli enti non governativi che offrono servizi, i servizi pubblici e le autorità.
3. Dai a ciascun gruppo 15 minuti per redigere una descrizione delle mansioni di un MLC che lavori in una struttura sanitaria non governativa, attingendo dalle proprie esperienze. La descrizione del lavoro dovrebbe indicare i ruoli e le responsabilità, identificando tutto ciò che l'operatore dei servizi può chiedere di fare a un MLC.
4. Chiedi ad ogni gruppo di scrivere la descrizione del lavoro su una lavagna a fogli mobili e prepararsi ad esporla a tutto il gruppo in 5 minuti.
5. Al termine dei 15 minuti, chiedi ai partecipanti di tornare in plenaria ed esporre quanto definito, gruppo per gruppo.
6. Annota tutti i compiti che vengono menzionati su una lavagna a fogli mobili all'ingresso dell'aula.
7. Concludi l'esercizio evidenziando quanto siano diversi i ruoli e le responsabilità emersi, distribuire la Dispensa 10: Esempio di descrizione del lavoro di un MLC e dà ai partecipanti qualche minuto per leggerla.
8. Conduci una discussione in plenaria sottolineando che la Dispensa 10 si basa su una vera descrizione del lavoro di un MLC fornita da un ente non governativo in Italia.
9. Fai ai partecipanti le seguenti domande:
 - Credete che questa descrizione del lavoro rispecchi la realtà?

- Manca qualcosa?
 - Tra gli aspetti elencati, c'è qualcosa che non rientra nel ruolo di un MLC nel vostro contesto?
10. Riassumi i punti chiave, sottolineando nuovamente che la descrizione del lavoro riflette l'esperienza di alcuni, e che alcuni MLC si ritrovano ad avere responsabilità diverse con enti o istituzioni con regole diverse, come un tribunale o una clinica medica, una stazione di polizia o una scuola. Le organizzazioni e le persone assistite hanno spesso aspettative diverse nei confronti dei MLC. È importante, quindi, chiarire il loro ruolo e capire cosa possono e non possono fare.
 11. Mostra le slide da 3.10 a 3.12 e sottolinea che i MLC devono capire come passare da un ruolo ad un altro, da un dialogo ad un trialogo, seguendo regole diverse in ogni contesto e prestando attenzione a tutti gli aspetti che abbiamo discusso.
 12. Presenta la slide 3.13 e concludi spiegando che la gestione della complessità di questo ruolo è un percorso di apprendimento continuo, a volte impegnativo e frustrante. Tuttavia, l'apprendimento continuo, così come il confronto con i colleghi e con gli operatori dei servizi, rimangono strumenti essenziali che permetteranno agli MLC di diventare più efficienti e resilienti.
 13. Mostra la slide 3.14 per riassumere i punti chiave discussi durante il tema 3.2.

3.3 La comunicazione nella mediazione linguistico-culturale

Scopo:

Comprendere gli elementi di base della comunicazione come processo bidirezionale che comprende la codifica, la trasmissione e la decodifica, per essere consapevoli delle potenziali barriere che possono rappresentare un ostacolo per una comunicazione efficace e acquisire strategie per una buona comunicazione.

Durata:

60 minuti

Modalità:

Presentazione
Esercizio plenario

Materiale essenziale:

PPT Modulo 3: Ruolo e responsabilità dei MLC nel sostenere le persone sopravvissute, slide da 3.15 a 3.29
Dispensa 11: Consigli per la mediazione linguistico-culturale da remoto

Strumenti:

Fogli della lavagna mobile piegati
Proiettore e schermo per PowerPoint
Lavagne a fogli mobili e pennarelli

Note del facilitatore:

La comunicazione è alla base dell'interazione umana e segue determinate regole e modelli. È fondamentale quindi capire quali sono gli elementi di base della comunicazione come processo bidirezionale che comprende la codifica, la trasmissione e la decodifica, per essere consapevoli delle potenziali barriere che possono rappresentare un ostacolo per una comunicazione efficace.

L'obiettivo della comunicazione nel contesto della fornitura di servizi è quello di stabilire un rapporto di fiducia, sicuro e di sostegno. Le relazioni di aiuto incoraggiano le persone sopravvissute a sentirsi accuditi e rispettati dall'operatore dei servizi. Facilitare la comunicazione tra le parti è il fulcro della mediazione linguistico-culturale: è quindi essenziale per i MLC essere consapevoli del potere e dei limiti delle diverse forme di comunicazione.

In questa sessione, i partecipanti faranno un gioco che li aiuterà a capire questi concetti. Ciò richiede uno spazio abbastanza grande da permettere a tutti di stare in cerchio senza però stare stretti; questa attività si può fare sia all'esterno che all'interno. Al termine dell'attività, i partecipanti torneranno alla plenaria principale.

Guida passo per passo:

1. Mostra la slide 3.16 e chiedi ai partecipanti di recarsi in un punto spazioso e formare un cerchio. Ricorda ai partecipanti che tutti loro si affidano alle parole per il loro lavoro di interpreti o di MLC, eppure la comunicazione non si basa solo sulle parole. L'espressione del volto, del corpo e la gestualità spesso sono alla base della comunicazione non verbale delle emozioni.
2. Spiega il gioco: ciascun partecipante si nasconde sotto un grande foglio di carta e fa girare l'espressione facciale che "riceve" dalla persona che lo precede. L'espressione facciale deve rappresentare una delle emozioni umane fondamentali (come la paura, la rabbia, la tristezza, il disgusto, la gioia o la sorpresa). La persona sotto al foglio di carta deve mostrare questa espressione solo alla persona accanto, senza dire nulla e rimanendo nascosta al resto del gruppo.
3. Iniziate dicendo alla persona accanto a voi l'emozione che avete scelto, facendo in modo che nessun altro senta, e fate in modo che la persona abbia chiara l'emozione che ora deve mostrare alla persona successiva.
4. Una volta che l'espressione facciale è passata da persona a persona lungo tutto il cerchio, chiedere all'ultima persona quale emozione ha identificato e poi controllare la risposta con la prima persona.
5. Passare poi un messaggio sussurrando una frase all'orecchio della prima persona, facendo attenzione che gli altri non sentano. La frase deve essere semplice e descrittiva, ad esempio: "I pantaloni di Luca sono blu con strisce rosse".
6. Quella persona poi dovrà sussurrare la frase all'orecchio della seconda persona, facendo nuovamente attenzione a non farsi sentire dagli altri. La frase deve essere sussurrata da una persona all'altra.
7. L'ultima persona che riceve il messaggio deve dire la frase ad alta voce.
8. Il facilitatore deve chiedere ai partecipanti se il messaggio è stato comunicato correttamente o se ci sono stati degli ostacoli.
9. Nel corso della riflessione con i partecipanti, tratta i seguenti aspetti:
 - la comunicazione è sia verbale che non verbale: entrambe possono aiutare, ma entrambe possono anche essere male interpretate
 - a volte è più facile "vedere" come si sente qualcuno piuttosto che capirlo a parole, anche se non dovremmo fare supposizioni
 - gli accenti possono essere difficili da capire e le parole possono essere fraintese.
10. Chiedi ai partecipanti di tornare in plenaria.
11. Spiega ai partecipanti che questa è solo un'introduzione al tema della comunicazione, ma che spera che l'esercizio stimoli la riflessione sul loro fondamentale ruolo nella comunicazione come interpreti e MLC.
12. Chiedi ai partecipanti se hanno avuto una formazione specifica come interpreti e MLC. Ad esempio: sono stati formati sull'interpretazione e/o sulla mediazione? Hanno ricevuto altra formazione sul processo comunicativo?
13. Mostra la slide 3.17, che spiega che il processo comunicativo è costituito da 3 fasi:
 - Codifica, che è la formulazione del messaggio da trasmettere
 - Trasmissione, che è il modo in cui viene trasmesso un messaggio (per lo più attraverso il linguaggio del corpo, le parole e/o la scrittura)
 - Decodifica, che è il modo in cui il messaggio viene ricevuto e compreso.

14. È importante notare che il messaggio inviato potrebbe non corrispondere sempre al messaggio ricevuto. Questo perché, come dimostrato in precedenza, ci sono limiti alla comunicazione sia verbale che non verbale. Alcune delle sfide da affrontare per ottenere una comunicazione efficace hanno radici culturali.
15. Mostra e spiega la slide 3.18, osservando che è necessario che il mittente o l'oratore prestino attenzione alla formulazione del messaggio, che deve essere il più chiara possibile.
16. Mostra e spiega la slide 3.19, sottolineando che il messaggio può essere composto da parole parlate o scritte e segnali non verbali, per esempio:
 - Nella comunicazione faccia a faccia: le parole, il contenuto di ciò che si dice e il tono della voce, ma anche gli indizi non verbali, come ad esempio il linguaggio del corpo
 - nella comunicazione telefonica: le parole sono il mezzo principale, oltre al tono di voce
 - nella comunicazione scritta: le parole sono il mezzo principale.
17. Presenta la slide 3.20 su come il destinatario decodifica il messaggio.
18. Mostra le slide 3.21, 3.22 e 3.23, osservando che, considerato che i MLC facilitano la comunicazione, spesso possono essere chiamati a passare da un "trialogo" (tra operatore dei servizi e persona sopravvissuta) a un "dialogo" in cui lavorano direttamente con la persona sopravvissuta.
19. Mostra le slide 3.24 e 3.25, evidenziando che la percezione è la capacità di vedere, sentire o diventare consapevoli di qualcosa attraverso i sensi. Ci sono diverse limitazioni che influenzano la percezione personale. Chiarire più approfonditamente che l'effetto alone è una distorsione cognitiva secondo cui la nostra impressione generale di una persona influenza il modo in cui percepiamo e pensiamo al suo carattere. In sostanza, l'impressione generale su una persona ("È simpatico!") influisce sulle valutazioni dei tratti specifici di quella persona ("È anche intelligente!").
20. Mostra la slide 3.26 e spiega che la comprensione è anche influenzata dalle caratteristiche del mittente, dagli spunti culturali e dall'ambiente fisico.
21. Mostra le slide 3.27 e 3.28 che spiegano che una comunicazione efficace è bidirezionale: oltre a richiedere buoni comunicatori, richiede anche buoni ascoltatori. Evidenzia l'importanza dell'ascolto attivo. Ricorda che questo aspetto è essenziale anche nella mediazione a distanza, che è venuta alla ribalta durante la pandemia di COVID-19, e nelle misure di risposta messe in atto dai vari governi. Distribuisci la Dispensa 11: Consigli per la mediazione linguistico-culturale da remoto.
22. Concludi la sessione sottolineando che comprendere il funzionamento della comunicazione, e quali siano gli ostacoli a una buona comunicazione, può aiutarci a diventare comunicatori migliori anche nella nostra vita quotidiana e nel nostro lavoro. Questo è molto importante per i MLC, soprattutto quando sostengono una persona sopravvissuta. Anticipa il fatto che la prossima sessione si concentrerà sulle parole e sul loro uso.
23. Mostra la slide 3.29 per riassumere i punti chiave discussi durante il tema 3.3.

3.4 Il potere delle parole

Scopo:

Capire la necessità di prestare attenzione alle parole che usiamo e alla scelta di un lessico non discriminante, evidenziando i modi in cui possiamo evitare un linguaggio discriminatorio. Consentire ai partecipanti di riflettere sulla lingua che utilizzano regolarmente e determinare se essa include eventuali connotazioni negative legate alla cultura, alla posizione sociale, allo status, al genere o alla religione.

Durata:

45 minuti

Modalità:

Presentazione
Discussione plenaria
Esercizio plenario

Materiale essenziale:

PPT Modulo 3: Ruolo e responsabilità dei mediatori linguistico-culturali nel sostenere le persone sopravvissute, slide da 3.30 a 3.39

Dispensa 12: Glossario dei termini

Strumenti:

Proiettore e schermo per PowerPoint
Lavagne a fogli mobili e pennarelli

Note del facilitatore:

Prestare attenzione alle parole che usiamo, in particolare nel contesto della mediazione linguistico-culturale e dei servizi a cui accedono migranti e rifugiati, è importante perché attraverso il linguaggio e il vocabolario esprimiamo i nostri atteggiamenti e le nostre convinzioni. Dobbiamo riflettere sul significato dei termini che utilizziamo, in particolare quando parliamo di violenza e di altre questioni che potrebbero essere delicate o complesse. Poiché il linguaggio è in costante evoluzione, è importante stare al passo con i cambiamenti, come la nuova terminologia o le norme relative all'orientamento sessuale e all'identità di genere.

Guida passo per passo:

1. Mostra la slide 3.31 e spiega che le lingue:
 - possono avere parole con connotazioni negative: ci sono spesso significati impliciti che riproducono certi atteggiamenti e credenze
 - possono essere prive delle parole necessarie: alcune lingue possono non avere termini che traducono con precisione certe parole (come masturbazione, stupro o transgender) e le persone possono usare termini che sono considerati offensivi (come i termini relativi al linguaggio in evoluzione per le persone LGBTQI+).
2. Mostra la slide 3.32 e chiedi ai partecipanti di ricordare i principi guida sulla violenza di genere: Riservatezza, sicurezza, rispetto e non discriminazione. Evidenzia che, poiché la non discriminazione è un principio guida per lavorare con le persone sopravvissute, dovremmo fare attenzione a non usare un linguaggio discriminatorio. In qualità di MLC, è importante sviluppare approcci alla mediazione e alla traduzione che non siano discriminatori per aiutarci a svolgere il nostro lavoro nel miglior modo possibile.
3. Chiedi ad alcuni dei partecipanti se hanno avuto delle difficoltà perché non hanno saputo interpretare una parola legata alla violenza di genere, al sesso o all'orientamento sessuale nel lavoro quotidiano. Chiedi loro di spiegare come hanno affrontato il problema.
4. Presenta la slide 3.33 e aggiungi un esempio alla fine della slide. Nel contesto italiano, ad esempio, la parola *marocchinate* era un tempo usata per indicare le donne che erano state violentate dai soldati marocchini durante la Seconda guerra mondiale, per sottolineare la doppia vergogna di essere state violentate e "macchiate" da uno straniero. Purtroppo, è usato ancora oggi come termine sessista e razzista per riferirsi alle donne che hanno relazioni con uomini provenienti dall'Africa o dal Medio Oriente.
5. Presenta le slide 3.34 e 3.35, sottolineando l'importanza di approfondire la conoscenza dei propri atteggiamenti

e delle proprie convinzioni attraverso la pratica dell'auto-riflessione, la partecipazione a corsi di formazione e lo scambio regolare con il proprio team.

6. Evidenzia che, finora, ci siamo concentrati sull'uso discriminatorio e quindi svilente delle parole. Al tempo stesso, i MLC possono anche usare il potere delle parole in modo positivo e incoraggiante. Mostra la slide 3.36 che include l'esempio della parola chiave: "persona sopravvissuta", spiegando che questo è il termine generalmente preferito nell'ambito del supporto psicologico e sociale perché implica resilienza.
7. Presenta la slide 3.37 e riassume i possibili ostacoli ad una mediazione adeguata. Se necessario, ricorda a tutti le definizioni di cui sopra.
8. Ricorda ai partecipanti che se si rendono conto di non poter fornire servizi in modo neutrale e incoraggiante, è importante che lo comunichino al loro supervisore e, se necessario, facciano un passo indietro rispetto ai casi delicati che non si sentono in grado di seguire come si dovrebbe per via di convinzioni personali, adoperandosi nel contempo per affrontare il problema, lavorando sulla propria capacità di essere più aperti e di supporto. Questa è una parte essenziale dell'approccio incentrato sulla persona sopravvissuta: quando necessario, fare un passo indietro per dare priorità alla persona sopravvissuta.
9. Mostra la slide 3.38 e spiega ai partecipanti che l'esercizio che seguirà li aiuterà a mettere in pratica ciò di cui hanno appena discusso:
 - Disegna 3 o 4 colonne su una lavagna a fogli mobili:
 - Colonna 1: neutra (=)
 - Colonna 2: negativa (-)
 - Colonna 3: positiva (+)
 - Colonna 4: "ambivalente" (?)
 - Scrivi qualche parola nella lingua in cui si svolge la formazione (come "stupro", "gay", "transgender", "ragazza").
 - Chiedi ad ogni partecipante di tradurle nella propria lingua e di scriverle ognuna su un post-it diverso, inserendo sempre anche la parola usata nella lingua della formazione per una più facile comprensione.
 - Chiedi loro di aggiungere un simbolo accanto alle parole tradotte, secondo la loro connotazione morale: neutra (=), negativa (-), positiva (+), "ambivalente" (?).
10. Dopo qualche minuto, chiedi ai partecipanti di alzarsi e posizionare il post-it con la traduzione nella colonna corrispondente della lavagna a fogli mobili principale.
11. Dopo qualche minuto, chiedi ai partecipanti di alzarsi e posizionare il post-it con la traduzione nella colonna corrispondente della lavagna a fogli mobili principale.
12. Ricorda ai partecipanti che una persona sopravvissuta potrebbe usare una parola con una connotazione negativa per descrivere se stesso. In questo caso, si può interpretare la parola usata dalla persona sopravvissuta nel modo più letterale possibile, anche scegliendo una parola nella lingua dell'operatore del servizio che abbia una connotazione negativa seguita da una breve spiegazione all'operatore sul perché sia stato usato quel termine. Se possibile, suggerire all'operatore di spiegare questo aspetto alla persona sopravvissuta e chiedere loro se preferiscono usare una parola diversa.
13. Distribuisci la Dispensa 12: Glossario dei termini e concludere evidenziando che, in base ai Principi guida sulla VG, l'utilizzo del linguaggio è un metodo fondamentale per sostenere il principio di non discriminazione. L'uso di parole gergali o dispregiative porta verso la discriminazione e può danneggiare la persona sopravvissuta. Devono quindi essere evitate. Prendersi il tempo di riflettere sulle parole che usiamo sarà d'aiuto.
14. Mostra la slide 3.39 per riassumere i punti chiave discussi durante il tema 3.4.

MODULO 4

Riassunto di tutti gli elementi: Mediazione linguistico-culturale a sostegno delle persone sopravvissute

Obiettivi formativi

- Capire come fornire il primo soccorso psicologico (PSP) e sostenere le persone sopravvissute
- Esercitarsi sul PSP e sull'approccio incentrato sulla persona sopravvissuta
- Capire gli approcci collaborativi tra MLC e altri professionisti

Durata

40 min

165 min

15 min

Temi

4.1 La mediazione linguistico-culturale e il sostegno alle persone sopravvissute: utilizzare il primo soccorso psicologico (PSP)

4.2 Caso di studio
4.2.1 Caso studio di Omid e Azar: gestire l'emersione della violenza

4.2.2 Caso studio di Omid e Azar: collaborare con altri professionisti nel processo di supporto

4.2.3 Caso studio di Omid e Azar: autoconsapevolezza

4.3 Riepilogo

Materiale essenziale:

- PPT Modulo 4:
- Riassunto di tutti gli elementi: La mediazione linguistico-culturale nel processo di recupero
- Dispensa 13: Caso studio di Omid e Azar
- Dispensa 14: Cosa fare e cosa non fare nella mediazione linguistico-culturale
- Dispensa 15: esempio di Codice di condotta per i mediatori linguistico-culturali

Preparazione:

- Disporre gli spazi in modo appropriato per ogni argomento
- Rivedere le slide pertinenti
- Rivedere le dispense pertinenti
- Rivedere le note del facilitatore e le guide passo dopo passo

4.1 La mediazione linguistico-culturale a sostegno delle persone sopravvissute: utilizzare il primo soccorso psicologico (PSP)

Scopo:

Chiarire che a qualsiasi operatore dei servizi, compreso un MLC o un interprete, potrebbe essere fatta una rivelazione di violenza direttamente da una persona sopravvissuta. Hanno quindi la responsabilità di capire come fornire sostegno e il primo soccorso psicologico (PSP), gestendo tale rivelazione.

Durata:

40 minuti

Modalità:

Presentazione
Esercizio in plenaria

Materiale essenziale:

PPT Modulo 4: Riassunto di tutti gli elementi: La mediazione linguistico-culturale nel processo di recupero, slide da 4.1 a 4.10
Lavagna a fogli mobili con su disegnato l'albero della violenza di genere

Strumenti:

Proiettore PowerPoint
Post-it
Penne/matite

Note del facilitatore:

Le persone sopravvissute possono vedere i MLC come parte del sistema dei servizi territoriali e possono sentirsi più a proprio agio a parlare con loro e a condividere informazioni difficili perché condividono una lingua o una cultura. Pertanto, come succede a qualsiasi altro operatore dei servizi, anche al MLC possono essere rivelate le violenze subite. È importante che i MLC siano formati e preparati per questo, in quanto possono far parte del processo di recupero applicando i principi guida sulla VG e fornendo il PSP. Il PSP è uno strumento importante per chiunque lavori con persone vulnerabili. Anche se i MLC lavorano in modo indipendente in determinati luoghi, potrebbero essere avvicinati da persone che vogliono il loro aiuto anche laddove hanno un ruolo diverso. È importante adattare la sessione al contesto ed essere chiari sui limiti del ruolo del MLC.

Guida passo per passo:

1. Chiedi ai partecipanti se è mai stata rivelata loro una violenza. Se sì, come è stato? Erano nervosi? Sapevano cosa dire?
2. Spiega che tutti possono aiutare il processo di recupero di una persona sopravvissuta che rivela una violenza. Allo stesso modo, il processo di recupero della persona sopravvissuta può essere seriamente ostacolato se la persona a cui viene rivelata la violenza reagisce in modo critico, moralista o sbrigativo. Per questo motivo promuoviamo i Principi guida sulla violenza di genere. Un approccio utile da usare quando ci viene rivelata una violenza è il **primo soccorso psicologico (PSP)**.
3. Mostra la slide 4.2 e spiega che il PSP è una reazione di sostegno verso coloro che si trovano in difficoltà e che potrebbero aver bisogno di aiuto. Chiarisci che il PSP è una metodologia che può essere utilizzata da chiunque in qualsiasi situazione di emergenza o di stress per offrire sostegno alle persone; non è solo una risposta a una rivelazione di violenza e non è solo per gli "specialisti".
4. Mostra la slide 4.3, spiegando che il PSP può essere riassunto in quattro fasi: Preparare, osservare, ascoltare e mettere in contatto. Mostra e presenta le slide da 4.4 a 4.8.
5. Mostra la slide 4.9 e abbozza il concetto di "frasi di supporto", evidenziando che una delle prime risposte per un qualsiasi processo di recupero efficace dovrebbe essere il riconoscimento del problema, accompagnato da frasi di sostegno e non giudicanti. In particolare, nel caso di emersione della violenza, dobbiamo confermare di aver sentito ciò che la persona sopravvissuta ha detto e rassicurarla. Ricorda ai partecipanti che può essere difficile accogliere questa rivelazione. Conoscere ed utilizzare alcune frasi di supporto pronte può essere utile.
6. Spiega che il PSP si basa su una comunicazione efficace e chiedi ai partecipanti di pensare a come comunicare e rispondere a qualcuno che rivela la violenza in modo da sostenerne il processo di recupero.

7. Introduci un esercizio: invita i partecipanti a scrivere alcune frasi di supporto su diversi post-it (dando loro 5-10 minuti). Possono scriverle nella loro lingua.
8. Invita i partecipanti a spostarsi all'ingresso dell'aula e attaccare i post-it all'albero della VG realizzato il giorno precedente.
9. Chiedi ad alcuni di loro di leggere ad alta voce le frasi di sostegno in tutte le lingue in cui le hanno scritte.
10. Concludi sottolineando che bisogna fare in modo che le persone sopravvissute sappiano che ci stiamo prendendo cura di loro, che li rispettiamo e rispettiamo le loro decisioni. Le frasi di supporto dovrebbero essere ispirate da un approccio incentrato sulla persona sopravvissuta per rassicurarla sul fatto che ha diritto di scegliere per la sua vita e che può contare sul nostro aiuto.
11. Mostra la slide 4.10 per riassumere i punti chiave discussi durante il tema 4.1.

4.2 Caso studio di Omid e Azar

Scopo:

Aiutare i partecipanti a capire come:

- Mettere in pratica il PSP
- utilizzare un approccio incentrato sulla persona sopravvissuta
- gestire i diversi ruoli del MLC, dal lavoro diretto con la persona assistita al supporto ad altri professionisti
- gestire i limiti dei ruoli e delle responsabilità dei MLC.

Durata:

165 minuti

Modalità:

Esercizio di gruppo
Presentazione

Materiale essenziale:

Dispensa 13: Caso studio di Omid e Azar
Dispensa 14: Cosa fare e cosa non fare nella mediazione linguistico-culturale
Dispensa 15: Esempio di codice di condotta per i mediatori linguistico-culturali
PPT Modulo 4: Mettere insieme tutti gli elementi: la mediazione linguistico-culturale nel processo di recupero, slide da 4.11 a 4.23

Strumenti:

Lavagne a fogli mobili

Penne e pennarelli

Proiettori e schermo per PowerPoint

Note del facilitatore:

La seguente sessione è strutturata in modo da seguire le diverse fasi di un caso studio. I facilitatori devono prepararsi per essere chiari sui punti chiave di ogni fase del lavoro di gruppo.

Per garantire che i partecipanti possano seguire il caso studio nel modo giusto, è importante stampare e distribuire ogni parte del caso studio separatamente. Questa è una parte fondamentale della formazione, in quanto dà ai MLC la possibilità di esercitarsi su molti dei concetti chiave della formazione. È importante inoltre fornire istruzioni chiare e rispettare le tempistiche.

Nel corso dell'approfondimento del caso studio, i partecipanti potrebbero voler parlare della discriminazione e del trattamento negativo dei rifugiati e dei migranti che hanno riscontrato da parte di alcuni operatori dei servizi. Notare che possono sentirsi frustrati a causa di queste esperienze negative. Non tutti gli enti che offrono servizi rispondono nel modo giusto o sono sufficientemente organizzati per garantire gli standard minimi. Ascolta e avvalora le frustrazioni dei MLC relative ai problemi da affrontare nei servizi per i migranti e i rifugiati.

4.2.1 Caso studio di Omid e Azar: gestire l'emersione della violenza

Scopo:

Esercitarsi sulla gestione dell'emersione di una violenza, sull'uso del PSP e sull'approccio incentrato sulla persona sopravvissuta

Durata:

55 minuti

Guida passo per passo:

1. Spiega ai partecipanti che nelle due ore successive si lavorerà su un lungo caso studio, composto da 3 diverse parti e relative domande. Si lavorerà in gruppi di quattro o cinque partecipanti, restando nello stesso gruppo per tutto il tempo. Il caso studio è stato progettato per aiutare i partecipanti ad applicare e mettere in pratica i diversi elementi discussi nel corso della formazione, dovrebbero quindi cercare di ricordare e utilizzare queste nuove nozioni. Tutti i gruppi lavoreranno su tutte le domande, ma sarà chiesto a un solo gruppo per volta di rispondere ad ogni domanda (gli altri gruppi saranno invitati ad aggiungere le loro opinioni). Chiedi ai partecipanti di cercare di utilizzare messaggi sintetici con gli elementi chiave che possono essere condivisi in breve tempo e di identificare uno o due presentatori. Incoraggia i partecipanti a sostenersi a vicenda e a condividere le responsabilità nel lavoro di gruppo.
2. Distribuisci la parte 1 del caso studio (Dispensa 13) ai partecipanti, poi dividili in quattro gruppi.
3. Spiega che avranno 30 minuti per lavorare a questa parte. A quel punto avranno cinque minuti per riferire in plenaria e cinque minuti per ricevere un feedback dagli altri gruppi.

Parte 1

Omid è un giovane afgano che vive in un insediamento informale vicino a una stazione degli autobus. Secondo il permesso di soggiorno, ha 19 anni. Omid ha una conoscenza approssimativa della lingua locale e frequenta una scuola vicino alla stazione. Azar è una MLC che lavora per una clinica locale. Due volte a settimana, Azar e il team della clinica (composto da Azar in qualità di MLC di lingua pashtu, da un assistente sociale e un infermiere) forniscono servizi di assistenza nella zona della stazione, condividendo informazioni sull'accesso ai servizi sanitari per i giovani come Omid. Omid conosce Azar perché lo ha aiutato ad interagire con l'assistente sociale in un paio di occasioni. Nelle ultime settimane, l'aspetto di Omid è cambiato: ha perso peso e ha la barba lunga e trasandata.

Mentre i suoi colleghi parlano con un uomo che vive nelle vicinanze, Azar e Omid iniziano a parlare, e lei gli chiede come si sente e come vanno le cose. All'inizio, Omid è vago e sembra esitante. Sembra agitato e preoccupato per qualcosa. Omid le dice che nessuno dovrà venire a sapere ciò che sta per confessarle, né i suoi colleghi né gli altri adulti e ragazzi afgani che vivono lì.

Omid le parla di alcune pratiche in uso nella regione dell'Afghanistan da cui proviene. Alcuni uomini adulti si recano a delle feste dove ci sono dei ragazzi adolescenti che ballano per loro e, a volte, gli uomini abusano sessualmente dei ragazzi. Lui era uno di quei ragazzi. Omid le confessa anche che durante il viaggio per raggiungere il posto in cui vive oggi, ha iniziato a usare il sesso per ottenere in cambio denaro, cibo e ricariche per il cellulare.

Domanda 1: Descrivere, passo dopo passo, cosa dovrebbe fare Azar per fornire primo soccorso psicologico (PSP). Inoltre, fornire esempi di come può mettere in pratica i principi guida.

Omid confessa ad Azar che si sente depresso e che da un po' di tempo non sta bene: è sempre stanco e ha una forte nausea che gli impedisce di mangiare. Azar gli chiede se è stato da un medico di recente e lui risponde di no, perché non si fida dei medici. Azar gli suggerisce di farsi visitare e gli fornisce informazioni precise su un medico che lavora in una clinica vicina. Omid ribadisce nuovamente che non vuole andare in una clinica e che non si fida dei medici. Azar gli fa notare che la clinica offre anche altri servizi e assistenza.

Domanda 2: Che cosa dovrebbe fare Azar davanti al rifiuto di Omid di andare in clinica? Quale principio guida diventa particolarmente rilevante?

4. Dopo 20 minuti, invita un gruppo a tua scelta a rispondere alla domanda 1, quindi concedi cinque minuti agli altri tre gruppi per aggiungere i loro commenti.
5. Una volta terminata la presentazione, assicurati di fornire un feedback che metta in evidenza come Azar dovrebbe utilizzare il PSP a questo punto della storia di Omid, come indicato di seguito.
 - Ancora prima di recarsi sul campo a svolgere il suo lavoro di assistenza, Azar dovrebbe conoscere i servizi essenziali disponibili nella zona, i problemi riguardanti la tutela dei giovani e il PSP (**PREPARARSI**).
 - Durante uno dei suoi giri, Azar osserva Omid e nota cambiamenti nel suo aspetto fisico e decide di parlare con lui (**OSSERVARE**). Coglie l'occasione per iniziare un dialogo con lui: a questo punto dovrebbe salutarlo in modo gentile, ricordandogli chi è e che tipo di lavoro fa.
 - Dovrebbe ascoltarlo con attenzione (**ASCOLTARE**), facendolo sentire compreso e rassicurandolo con alcune frasi di supporto, come ad esempio: "Mi dispiace molto che ti sia successo questo", "Sei stato molto coraggioso a condividere questa cosa", "Non sei solo in questa cosa" e "Farò del mio meglio per sostenerti, se è quello che vuoi".
 - Azar suggerisce poi un luogo dove Omid può trovare supporto dandogli informazioni su dove si trova la clinica dove lavora, quando è aperta e come raggiungerla. Potrebbe anche lasciare un opuscolo o un numero di telefono della clinica o di altri servizi di assistenza (**METTERE IN CONTATTO**). Dovrebbe incoraggiare Omid a cercare sostegno e a fornire tutte le informazioni necessarie, ma dovrebbe anche accettare la sua eventuale scelta di non accedere ai servizi.
 - Dovrebbe congedarsi da lui con parole gentili, ricordargli che tornerà nei giorni seguenti e che potrà sempre cambiare idea. Sottolinea ai partecipanti che un dialogo diretto con una persona sopravvissuta può creare un legame tra MLC e persona sopravvissuta, che può, a sua volta, rivelare ulteriori informazioni.
6. In merito a come è possibile applicare i principi guida in questa situazione:

Riservatezza: Azar dovrebbe spiegare a Omid che ciò che condivide con lei è riservato e che lei manterrà la riservatezza; può invitarlo ad andare a parlare in un luogo comodo e tranquillo nelle vicinanze.

Sicurezza: Azar potrebbe chiedere a Omid se si sente al sicuro in quel momento e fornirgli il numero di un rifugio d'emergenza dove, se vuole, potrà passare la notte invece di dormire in stazione.

Non discriminazione: Azar dovrebbe fornire informazioni e supporto a Omid, anche se si sente a disagio o disapprova quello che lui le sta dicendo (come la rivelazione di aver fatto sesso in cambio di denaro o beni).

Rispetto: questo aspetto verrà affrontato più nel dettaglio dopo la prossima domanda.
7. Invita un altro gruppo a rispondere alla domanda 2, quindi concedi cinque minuti agli altri tre gruppi per aggiungere i loro commenti.
8. Una volta terminata la presentazione, fornisci un feedback che sottolinei quali aspetti del principio del rispetto può applicare Azar.
 - Azar dovrebbe assicurarsi di mettere in pratica il principio del rispetto rispettando la volontà di Omid, trattandosi di un adulto che può prendere una decisione informata sull'accesso ai servizi. Il rispetto della sua volontà creerà un rapporto di fiducia. Se Azar facesse pressioni su Omid, potrebbe metterlo a disagio e lui potrebbe rifiutarsi di continuare a parlare con lei. Dobbiamo sempre ricordare: ogni individuo ha il diritto di prendere le proprie decisioni e sta a lui decidere se condividere o meno qualcosa con noi. Sottolinea che Azar dovrebbe cercare dei modi per costruire un rapporto di fiducia con Omid. Un bravo operatore dei servizi e MLC sa che è fondamentale rispettare le scelte del cliente.
 - Spiega che alcune persone potrebbero sostenere che "non spingere" una persona sopravvissuta ad accedere ai servizi potrebbe costituire un rischio per la sua vita o la sua salute. Ma come sopravvissuto alla violenza sessuale, Omid è già stato privato del suo potere e la MLC non deve privarlo ulteriormente spingendolo a fare qualcosa che non vuole fare. I MLC devono rispettare la volontà della persona sopravvissuta, anche se più giovane, vulnerabile o meno esperta. Allo stesso tempo, incoraggiare la persona sopravvissuta a prendere una decisione è un passo importante verso il suo recupero.

- A volte, la cosa migliore che possiamo fare è “piantare i semi” con la persona assistita dandogli informazioni utili se si rifiuta di seguire subito i nostri “collegamenti”. Il rifiuto di Omid di accedere ai servizi non è un fallimento di Azar.
 - Anche se Omid si rifiuta di accedere ai servizi, Azar ha messo in atto tutti i metodi di supporto corretti: ha fornito PSP, ha ascoltato e poi fornito informazioni, ha reso Omid più consapevole dei servizi disponibili e delle possibilità di assistenza e ha seguito un approccio incentrato sulla persona sopravvissuta.
 - Ricorda ai partecipanti la centralità del lavoro di squadra. Quando ci occupiamo di casi complessi, è importante chiedere aiuto ai colleghi, ed è bene ricordare che non si è soli: si fa parte di una squadra. Puoi chiedere (anzi, a volte devi chiedere) un consiglio al tuo team o ai tuoi supervisori o a persone con più esperienza, sempre nel rispetto della riservatezza. Sottolinea che anche Azar dovrebbe chiedere aiuto per quanto riguarda i propri sentimenti e il suo sentirsi frustrata, sempre nel rispetto della riservatezza.
9. Mostra la slide 4.12 per riassumere i punti chiave discussi durante la prima parte del caso studio.

4.2.2 Caso studio di Omid e Azar: collaborare con altri professionisti nel processo di supporto

Scopo:

Evidenziare le regole della collaborazione tra MLC e operatori dei servizi e garantire che i MLC si esercitino nella gestione dei loro diversi ruoli, nonché riflettere ulteriormente sull'uso delle parole.

Durata:

55 minuti

Guida passo per passo:

1. Spiega ai partecipanti che verrà esaminata una breve presentazione su come collaborare con gli operatori nei servizi prima di passare alla parte successiva del caso studio.
2. Presenta le slide da 4.14 a 4.17 e spiega che anche un buon team a volte può ignorare le buone pratiche a causa di caratteristiche personali dei suoi membri o di una situazione difficile in un contesto specifico.
3. Mostra la slide 4.18 e ricorda ai partecipanti l'importanza di attivare pratiche di collaborazione positive con i team in cui lavorano, compresa la condivisione di problemi e soluzioni con i colleghi e i supervisori, e l'organizzazione di riunioni periodiche del team su casi o argomenti complessi.
4. Una volta terminata la presentazione delle slide e dopo aver risposto a tutte le domande, mostra la slide 4.19 e presenta ai partecipanti la seconda parte del caso studio (dispensa 13) e spiega che i gruppi avranno 30 minuti di tempo per lavorarci. Anche in questo caso, tutti devono essere pronti a fare la presentazione dei risultati in plenaria.

Parte 2

Il giorno dopo l'incontro tra Azar e Omid, Omid decide di andare in clinica. Azar è lì perché è di turno ed è felice di vederlo. Gli spiega che, poiché lavora lì, può aiutarlo durante la visita, se lo desidera. Omid accetta. Azar gli chiede se può dire al medico che si sono già incontrati in precedenza; lui è d'accordo, ma le dice che non vuole che il medico sappia del suo passato. Una volta nella stanza, il medico visita Omid, mentre Azar traduce le domande e le risposte. Omid non parla della sua esperienza di violenza durante la visita. Il medico gli prescrive degli esami. Una volta terminata la visita, Azar aiuta Omid a compilare alcuni moduli e a fissare un appuntamento per discutere dei risultati degli esami.

Domanda 3: Che cosa dovrebbe fare Azar e cosa dovrebbe dire al medico prima della visita? Che cosa dovrebbe fare e dire Azar una volta entrati nella stanza del medico? Quale dei ruoli di MLC sta svolgendo Azar?

Omid torna in clinica per ritirare i risultati degli esami. Con l'aiuto di Azar, il medico comunica a Omid che ha contratto l'epatite B e che dovrà seguire una terapia speciale, per cui dovrà recarsi regolarmente alla clinica, senza saltare nessun appuntamento. Quando Omid chiede che tipo di malattia sia l'epatite B, il medico gli dà un opuscolo in cui vengono descritte le conseguenze dell'infezione virale e le modalità di trasmissione, inclusa quella sessuale. Il medico legge le informazioni a Omid, che si agita molto e sembra preoccupato quando apprende le modalità di trasmissione del virus. A questo punto, Omid afferma bruscamente "Sì, ho contratto questo virus perché mi hanno fatto diventare gay", usando un termine offensivo nella sua lingua.

Domanda 4: Che cosa dovrebbe fare Azar quando Omid dice questa frase?

5. Invita un gruppo a scelta a rispondere alla domanda 3 in cinque minuti, quindi concedi cinque minuti agli altri tre gruppi per aggiungere i loro commenti.
6. Una volta che i gruppi sono intervenuti, riassumi evidenziando quanto segue:
 - È importante che Azar spieghi chiaramente il suo ruolo a Omid prima dell'incontro con il medico per evitare qualsiasi confusione. Dovrebbe spiegare che sarà il medico a guidare il processo durante la visita e che lei tradurrà tutto quello che diranno.
 - Fai presente ai partecipanti che questa parte del caso studio mostra uno dei modi in cui i MLC devono gestire il loro complesso ruolo e passare da operatore indipendente a collegamento fra un membro della comunità e i servizi/gli operatori dei servizi (ad esempio, medici, psicologi, assistenti sociali, educatori, legali, forze dell'ordine), a facilitatore della comunicazione occupandosi dell'interpretazione durante le visite mediche.
 - Aggiungi che Azar ha dovuto cambiare ruolo molte volte, passando dall'interpretazione per gli operatori sanitari al supporto fornito a Omid per la compilazione dei moduli. Deve sempre tenere a mente questo aspetto e aiutare gli altri a capire il suo ruolo e i limiti dello stesso. I MLC dovrebbero riconoscere questi limiti senza interferire con le funzioni degli altri. Il ruolo professionale dell'operatore dei servizi (medico, infermiere, assistente sociale, psicologo) deve essere sempre rispettato. Un buon lavoro di squadra garantirà un servizio migliore ai clienti, nonché un ambiente più favorevole per i membri del team.
 - Prima di iniziare la seduta, Azar dovrebbe parlare brevemente con il medico, informandolo che conosce già il paziente per via del suo lavoro di assistenza. Tuttavia, è una scelta di Omid condividere la sua esperienza di violenza con il medico e lei dovrebbe rispettare la riservatezza. In questo caso, Omid ha acconsentito a condividere alcune informazioni ma non tutto, quindi - tornando al concetto del consenso informato - dovremmo ricordare che una persona sopravvissuta ha il diritto di condividere le informazioni con chi vuole, quando vuole. È importante che Omid si senta a suo agio nel parlare e sia rassicurato che qualsiasi cosa di cui parlerà rimarrà riservata.
7. Invita un quarto gruppo a scelta a rispondere alla domanda 4 in cinque minuti, quindi concedi cinque minuti agli altri tre gruppi per aggiungere i loro commenti.
8. Una volta che i gruppi sono tutti intervenuti, evidenzia quanto segue:
 - Dovremmo sempre ricordare i rischi legati al vocabolario e le connotazioni negative di certe parole. Azar dovrebbe tradurre alla lettera l'espressione usata da Omid, ma potrebbe anche aggiungere una breve spiegazione per il medico.
 - Dovrebbe ricordarsi di usare le sue capacità di ascolto attivo ed essere consapevole del linguaggio del corpo.
 - Anche se un'espressione o un termine specifico usato la mettono a disagio, dovrebbe fornire una traduzione completa senza mostrare reazioni negative.
9. Mostra la slide 4.19 per riassumere i punti chiave discussi durante la seconda parte del caso studio.

4.2.3 Caso studio di Omid e Azar: autoconsapevolezza

Scopo:	avranno un impatto sull'efficacia del servizio.
Esercitarsi su come supportare un operatore dei servizi durante una visita e su come gestire una situazione in cui i vostri atteggiamenti e le vostre convinzioni	Durata: 55 minuti

Guida passo per passo:

1. Spiega che i quattro gruppi lavoreranno ora sulla terza parte e che avranno 30 minuti per leggere, discutere e rispondere alle domande. Distribuisci la terza parte del caso studio (Dispensa 13). Anche in questo caso, tutti devono essere pronti a fare la presentazione.

Parte 3

Alla fine, Omid decide di confidarsi con il medico e gli racconta delle violenze subite da ragazzo e del modo in cui è riuscito a sopravvivere durante e dopo la sua migrazione. La traduzione di Azar sottolinea che egli si vergogna profondamente e si addossa la colpa per quanto successo. È visibilmente angosciato e parla dell'epatite B come di un castigo per la sua colpa.

Il medico ascolta attentamente e quando Omid finisce di raccontare la sua storia, prende la parola e gli dice che non ha nessuna colpa per le molte forme di violenza e abuso che ha subito. La responsabilità è di chi ha abusato di lui. Il medico spiega a Omid che molti altri ragazzi e giovani sono stati abusati in modo simile: non è l'unico e non è solo. Spiega anche che l'aver subito degli abusi non ha alcuna ripercussione sul suo orientamento sessuale.

A questo punto, Azar comincia ad agitarsi sulla sua sedia, assume un'espressione corruciata ed evita il contatto visivo con Omid e il medico. Azar chiede al dottore di ripetere ciò che ha detto e traduce il tutto a Omid con estrema precisione. C'è un po' di tensione, ma la visita si conclude positivamente. Il medico propone a Omid di usufruire del sostegno psicologico e di fare un colloquio con l'assistente sociale, e Omid accetta. Al termine della visita, il medico e Azar si confrontano brevemente.

Domanda 5: Considerando i principi guida e i ruoli e le responsabilità di Azar, quali sono le cose più importanti che dovrebbe fare Azar durante la sessione? Cosa avrebbe potuto fare Azar in modo diverso?

Domanda 6: Di cosa dovrebbe parlare Azar durante la riunione conclusiva con il medico?

2. Invita un gruppo a scelta a rispondere alla domanda 5 in cinque minuti, quindi concedi cinque minuti agli altri gruppi per aggiungere i loro commenti.
3. Una volta che il gruppo ha completato la sua presentazione, riassumi specificando che durante la visita:
 - Azar dovrebbe interpretare tutto quello che viene detto dal medico e da Omid, anche se è preoccupata per la reazione di qualcuno o se l'argomento è sensibile o con una forte carica emotiva. Questo è il momento in cui l'assistenza all'operatore dei servizi (il medico) deve essere molto chiara.
 - Questo tipo di interpretazione richiede un elevato standard di precisione e deve rivelare gli spunti non verbali e culturali nel modo più chiaro possibile. Chiedere di ripetere un concetto di cui non siamo sicuri è meglio che tradurre in modo sbagliato.
 - Azar avrebbe dovuto essere più consapevole del suo linguaggio del corpo e della sua espressione facciale, in questo modo Omid si sarebbe sentito maggiormente a suo agio. Nel prosieguo dell'incontro, il linguaggio del corpo di Azar avrebbe potuto causare a Omid sofferenza o addirittura danni perché è per lui una persona di fiducia.

4. Invita l'ultimo gruppo a rispondere alla domanda 6 in cinque minuti, quindi concedi cinque minuti agli altri gruppi per aggiungere i loro commenti.
5. Una volta che il gruppo ha completato la sua presentazione, riassumi quanto segue:
 - Durante la riunione conclusiva, Azar ha un'importante opportunità per discutere di ciò che è successo durante l'incontro fra Omid e il medico. Dovrebbe dire al medico se si è sentita a disagio rispetto ad alcuni concetti che hanno discusso. Azar e il medico dovrebbero parlare di altre modalità in cui Azar potrebbe accrescere la sua autoconsapevolezza e affrontare eventuali percezioni negative che potrebbe avere. Sottolinea ai partecipanti che, naturalmente, anche i medici avranno determinati atteggiamenti e convinzioni e che il lavoro sulla propria autoconsapevolezza è un esercizio che dura tutta la vita, per tutti.
 - Cogli l'occasione per ricordare ai partecipanti il tema delle percezioni personali e i pericoli che possono derivare dagli stereotipi, dall'effetto alone e dalla percezione selettiva. Fai riferimento al tema 3.3 fase 19 e alla slide 3.25.
 - Ricorda ai partecipanti che, in alcuni casi, quando i MLC capiscono che i loro atteggiamenti e le loro convinzioni possono mettere a repentaglio l'efficacia del lavoro di assistenza, è meglio spiegare apertamente la situazione al prestatore del servizio e permettere ad un altro MLC di assumere l'incarico.
 - Concludi dicendo che queste situazioni sono comuni e possono essere il punto di svolta per cambiare alcune pratiche e superare le difficoltà, utilizzando le varie competenze dei professionisti del team come risorsa.
6. Mostra le slide 4.21 e 4.22 e distribuisci la dispensa 14: Cosa fare e cosa non fare nella mediazione linguistico-culturale. Chiedi ai partecipanti di leggere i consigli, uno alla volta e ad alta voce.
7. Chiedi ai partecipanti se hanno altri suggerimenti da condividere e, in caso affermativo, scrivilo sulla lavagna a fogli mobili.
8. Distribuisci la dispensa 15 "Esempio di Codice di condotta per i mediatori linguistico-culturali" e sottolinea l'importanza di attenersi ad esso.
9. Mostra la slide 4.23 per riassumere i punti chiave discussi durante la terza parte del caso studio.

4.3 Ricapitoliamo

Scopo:

Riassumere le principali osservazioni fatte sul modo in cui i MLC dovrebbero sostenere le persone sopravvissute, nonché sugli strumenti e le strategie per farlo.

Durata:

15 minuti

Modalità:

Presentazione
Discussione plenaria

Materiale essenziale:

PPT Modulo 4: Riassunto di tutti gli elementi: La mediazione linguistico-culturale nel processo di recupero, slide 4.24

Strumenti:

Proiettore e schermo per PowerPoint

Note del facilitatore:

Termina questo modulo mostrando le slide finali della presentazione relativa al Modulo 4 e riassumi ciò che si è appreso sul ruolo dei MLC.

Guida passo per passo:

1. Mostra la slide finale 4.24 del Modulo 4, avendo cura di coprire i seguenti punti:
 - I MLC sono spesso punti di riferimento importanti per le persone sopravvissute quando queste ultime non parlano in modo adeguato la lingua del paese di destinazione. I MLC hanno quindi il "potere delle parole". Questo fa sì che i le persone sopravvissute si fidino di loro; a volte più dei professionisti che

appartengono a una cultura diversa.

- I MLC servono sia le persone sopravvissute che gli operatori dei servizi, lavorando con un obiettivo comune: dare supporto utilizzando l'approccio incentrato sulle persone sopravvissute nei casi di VG e violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi.
- Lavorare insieme in squadra può aiutare le persone sopravvissute nel loro processo di recupero e può aiutarli a ripristinare le loro capacità interiori per riguadagnare progressivamente la propria autonomia e il proprio benessere.
- L'obiettivo finale dei MLC, nonché degli altri operatori dei servizi, è quello di sostenere un processo che faciliti il recupero della persona sopravvissuta.

2. Chiedi ai partecipanti se hanno domande, quindi discutere le risposte finali.

MODULO 5

Gestire lo stress

Obiettivi formativi

- Comprendere gli impatti dello stress, incluso il burnout e la traumatizzazione vicaria
- Identificare comportamenti e pratiche utili per gestire lo stress e promuovere la cura di sé
- Identificare i passi da compiere per gestire lo stress sul lavoro

Durata

45 min

60 min

30 min

60 min

Tem

5.1 Comprendere lo stress

5.2 La cura di sé per gestire lo stress

5.3 Modi di gestire lo stress sul lavoro: supervisione

5.4 Conclusione del workshop

Materiale essenziale

- PPT Modulo 5: Gestire lo stress
- Most Shocking Second Video: www.youtube.com/watch?v=nKDgFCojiT8
- Dispensa 16: Stress, sofferenza e confusione
- Dispensa 17: Fattori che promuovono l'abilità di farcela, la resilienza e la ripresa
- Dispensa 18: Foglio di lavoro relativo all'autovalutazione della cura di sé
- Allegato 3: Meditazione guidata per il corpo

Inoltre:

- Dispensa 1: Test finale
- Dispensa 19: Valutazione
- Certificato

Preparazione

- Disporre gli spazi in modo appropriato per ogni argomento
- Rivedere le slide pertinenti
- Rivedere le dispense pertinenti
- Rivedere le note del facilitatore e le guide passo dopo passo

5.1 Comprendere lo stress²⁸

Scopo:

Aiutare i partecipanti a conoscere meglio lo stress (positivo e negativo), i suoi effetti e come usare la cura di sé e altre pratiche per gestire meglio lo stress nella loro vita quotidiana e sul lavoro.

Durata:

45 minuti

Modalità:

Presentazione

Discussione plenaria

Presentazione di video e discussione

Materiale essenziale:

Most Shocking Second Video: www.youtube.com/watch?v=nKDgFCojiT8

PPT Modulo 5: Gestire lo stress, slide da 5.1 a 5.21

Dispensa 16: Stress, sofferenza e confusione

Dispensa 17: Fattori che promuovono l'abilità di farcela, la resilienza e la ripresa

Strumenti:

Proiettore e schermo per PowerPoint

Altoparlanti

Connessione a internet o video scaricato

Note del facilitatore:

In preparazione del video, ricorda che alcune/i MLC sono a loro volta rifugiati o migranti e potrebbero aver avuto esperienze simili a quelle che verranno mostrate. Potrebbero quindi aver bisogno di un po' di tempo per elaborare le immagini o ricomporre sé stessi. Avvia la discussione, ma non esortare o spingere nessuno a partecipare. Assicurati di:

- dare ai partecipanti tempo sufficiente per esprimere le loro reazioni ed emozioni
- fare una pausa subito dopo l'esercizio, se necessario
- assicurati che i partecipanti, compresi le possibili persone sopravvissute, abbiano un sistema di supporto a cui rivolgersi (all'interno della loro organizzazione, tra colleghi o altro) alla fine della formazione.

La presentazione dovrebbe aiutare i partecipanti a distinguere tra lo stress naturale (e anche positivo) e lo stress dannoso che può portare a gravi problemi. Questa parte è stata adattata dal Vicarious Trauma Toolkit (strumenti per il trauma vicario), un archivio online di strumenti e ricerche che fornisce le conoscenze e le competenze necessarie alle organizzazioni per affrontare le esigenze relative ai traumi vicari di cui soffre il loro personale. Per ulteriori informazioni, visitare il sito <https://vtt.ovc.ojp.gov/>.

Guida passo per passo:

1. Prima di iniziare con il video, chiedi ai partecipanti cosa fanno di solito per affrontare lo stress. Alcuni potrebbero affermare che le loro esperienze come MLC sono stressanti. Spiega che si procederà con un esercizio che mira ad aiutarli a comprendere le diverse sensazioni fisiche e come queste possono contribuire allo stress cumulativo, e a capire l'impatto dello stress sul corpo. Rassicura i partecipanti sul fatto che siete a conoscenza che guardare questo video può essere difficile. Spiega che va bene distogliere lo sguardo o lasciare la stanza se si sentono a disagio e che non c'è alcuna pressione nel far loro condividere le loro reazioni personali.
2. Prima di iniziare con il video, chiedi a tutti di fare un bel respiro e di sintonizzarsi su come si sente il loro corpo in questo momento, partendo dalla sommità della testa e scendendo fino alle dita dei piedi. Chiedi loro di fare un 'inventario' dei loro muscoli, nonché dello stato interno del corpo, dei sentimenti e dei pensieri. Com'è la loro postura? Come stanno seduti sulle loro sedie? Che espressione del viso mostrano?
3. Riproduci il video di 4 minuti. Una volta finito fai passare qualche minuto in silenzio.
4. Poi chiedi ai partecipanti di sintonizzarsi nuovamente sui loro corpi, pensieri e sentimenti e di parlare delle loro reazioni. Disegna le seguenti categorie sulla lavagna a fogli mobili: **Reazioni del corpo; Emozioni; Pensieri; Comportamenti.**

- Chiedi ai partecipanti di condividere alcune delle loro reazioni e scrivi le risposte sulla lavagna a fogli mobili nelle colonne corrispondenti. Si possono usare alcune delle seguenti domande:

Reazioni del corpo:

- “Descrivi il modo in cui ti sei sentito” (ad esempio, teso, sensazione di formicolio, sensazione di disagio)
- “Descrivi ciò che hai sentito a livello di stomaco e organi interni” (ad esempio, tensione, nausea, calore)
- “Descrivi come hai sentito braccia o gambe” (ad esempio, pesanti, in tensione, palmi delle mani sudaticci)
- “Come hanno reagito i tuoi muscoli?” (ad esempio, mascella serrata o spalle tese).

Reazioni emotive:

- “Quali sono i tuoi sentimenti?” (ad esempio, rabbia, tristezza, impotenza, vuoto).

Pensieri che si potrebbero avere:

- “A cosa stavi pensando?” o “Che pensieri hai avuto?” (ad esempio: “Qualcuno dovrebbe fare qualcosa a questo riguardo!” o “Vorrei poter aiutare!”).

Reazioni comportamentali:

- “Che cosa hai fatto mentre guardavi il video?” (ad esempio, agitarsi, cambiare la posizione da seduto, distrarsi, stringere i pugni, incrociare le gambe)
- “Cosa avresti voluto fare?” (ad esempio, alzarsi e correre fuori dall’aula, piangere, colpire qualcuno).

- Spiega che ci sono delle somiglianze tra le reazioni che abbiamo mentre guardiamo il video e quelle che abbiamo quando parliamo con una persona sopravvissuta. Ciò accade per via dei neuroni specchio.²⁹ Quando vediamo un altro essere umano muoversi, attiviamo le stesse aree cerebrali della persona che esegue il movimento, permettendoci di copiare il movimento, capire il suo intento, o provare un’emozione vedendone la sua rappresentazione sul viso della persona che la sta provando.
- Spiega che questi neuroni specchio ci permettono di riconoscere e provare emozioni mettendoci nei panni di qualcun altro. Siamo animali sociali a causa di questi neuroni: il nostro apprendimento e le nostre relazioni dipendono da come il nostro cervello si attiva nel momento in cui percepiamo un’altra persona, o addirittura ricordiamo o immaginiamo di percepirla. Impariamo ad essere umani nel nostro specifico contesto culturale, ma le emozioni fondamentali hanno la stessa espressione in ogni parte del mondo e in ogni cultura: se siamo felici, sorridiamo e ridiamo; se siamo molto tristi, piangiamo.
- Accenna al fatto che le capacità e i meccanismi di adattamento di una persona sopravvissuta influenzano le sue immediate reazioni fisiche, cognitive, emotive e sociali. Nel ruolo di MLC, si potrebbero dover interpretare alcune esperienze molto difficili e dolorose ed è normale sentirsi, in seguito, a disagio o angosciati. Alcuni MLC hanno riferito di sentire del dolore fisico dopo una storia particolarmente inquietante. È importante essere più consapevoli relativamente a come il nostro corpo risponde allo stress e alle storie di violenza.
- Annota se i partecipanti riferiscono dell’utilizzo di meccanismi di adattamento positivi, come pregare o cantare, per affrontare lo stress. Asserisci che si discuterà di modi efficaci per affrontare lo stress nelle sezioni seguenti.
- Mostra la slide 5.2. Chiedi ai partecipanti di dirti come fanno di essere stressati. Che tipo di sentimenti, comportamenti o altri indicatori hanno osservato? Per esempio, provano frustrazione molto facilmente, hanno difficoltà a dormire, si preoccupano molto, hanno pensieri pessimisti, bevono o mangiano troppo o evitano il contatto con altre persone? Si noti che tutti sanno cos’è lo stress. Tutti noi ci siamo sentiti stressati per un motivo o per l’altro, a volte più volte al giorno. Sappiamo anche come ci si sente sotto stress: i nostri muscoli diventano tesi, diventiamo irritabili e irascibili, respiriamo rapidamente e debolmente e il nostro cuore inizia a battere forte.
- Presenta la slide 5.3 e spiega che la risposta che il nostro corpo dà di fronte allo stress serve a uno scopo importante quando ci si trova in una situazione difficile. Allo stesso tempo, una risposta che coinvolga il

rilassamento è importante per riportare il corpo in equilibrio. Più tardi si illustrerà la tecnica di respirazione alternata delle narici presente nell'allegato 3.

12. Presenta la slide 5.4. Discuti sui tre tipi di stress e chiedi esempi relativi a ciascuno di essi. Spiega che ci si concentrerà sullo stress cumulativo, che, se non gestito, può portare al burnout o a traumi vicari. Le reazioni da stress cumulativo sono una forma meno drammatica e più graduale di reazioni allo stress. Di solito si riferiscono a fattori di stress a bassa intensità ma più cronici che pervadono la vita di una persona e si "accumulano" l'uno sull'altro. Anche se si pensa che un evento critico possa causare la forma di stress più dannosa, lo stress cumulativo può essere altrettanto grave. Si noti che eventi frequenti, anche se solo leggermente stressanti, possono creare livelli di stress elevati se non vengono affrontati in modo efficace e continuo.
13. Presenta la slide 5.5. Fai notare che lo stress ha una cattiva reputazione, ma che in realtà è piuttosto complesso. Questo grafico mostra come lo stress può influire sulle nostre prestazioni. Quando parliamo di prestazioni, parliamo della nostra capacità di rispondere a un fattore di stress o a una sfida. Quando ci troviamo nella zona verde, siamo rilassati e tranquilli. È una bella sensazione, ma non ci prepara a rispondere a un fattore di stress. La zona gialla indica un livello di stress ottimale. Questo è chiamato "eustress" (noto anche come "stress positivo"). Questo è lo stress che ci prepara a fare un esame, a concentrarci su un compito o ad uscire senza problemi da una situazione difficile. Con l'aumento dello stress, però, le nostre prestazioni tendono a risentirne e la stanchezza comincia a farsi sentire, come si può vedere nella zona arancione. Di fronte a uno stress ancora maggiore, iniziamo a provare ansia e panico e il nostro livello delle prestazioni si deteriora fino a raggiungere il livello più basso.
14. Presenta le slide da 5.6 a 5.9 e parla del burnout e del suo impatto. C'è una differenza tra stress e burnout: lo stress è naturale e può essere utile a piccole dosi, ma quando diventa troppo, porta a reazioni emotive iper-esagerate, senso di urgenza/iperattività e perdita di energia. Può anche causare disturbi legati all'ansia. Il danno primario che può causare è di tipo fisico e può portare alla morte, ad es. con attacchi di cuore e ictus. Il burnout, invece, è diverso e il suo danno primario è di tipo emotivo. Il burnout può avere un impatto sia a livello professionale che personale. Nella vita professionale può causare una diminuzione della qualità dell'assistenza, un aumento degli errori, una diminuzione della produttività e un maggiore turnover del personale. Porta a una sensazione di distacco: le emozioni si smussano, ci si sente spesso impotente o senza speranza e si perde la motivazione, in più si possono anche mettere in discussione i propri ideali. Nella vita personale, il burnout può portare al distacco, alla depressione e a pensieri di suicidio. Il burnout è il risultato di uno stress non trattato che si accumula e non viene rilasciato. Spiega che il burnout è comune tra le persone che lavorano con chi è in difficoltà, come infermieri, agenti di polizia, assistenti sociali e MLC.
15. Presenta le slide 5.10 e 5.11 e spiega che lavorare in situazioni di prima linea come ad esempio la risposta alla crisi di migranti e rifugiati può portare a un trauma secondario, a volte anche detto *traumatizzazione vicaria*. Questo accade quando si "assorbe" il trauma dei propri clienti. Ciò può fare sentire come se si fosse vissuto in prima persona l'evento traumatico. La traumatizzazione vicaria è una forma di stress cumulativo e si verifica attraverso un'esposizione ripetuta nel tempo. Si noti che spesso questo accade perché le persone si preoccupano molto e vogliono impegnarsi ad aiutare chi soffre, ma non riescono ad adempiere a questo impegno a causa di circostanze che sfuggono al loro controllo. Questo senso di impegno e responsabilità può aumentare il loro sentirsi oppressi, sopraffatti e impotenti di fronte ai grandi bisogni e alla sofferenza. Può anche portare i lavoratori di prima linea ad andare oltre ciò che è ragionevole per il loro benessere. Una componente chiave del trauma vicario è il cambiamento che avviene a livello di spiritualità, che può avere un impatto profondo sul modo in cui si vede il mondo e sul proprio senso più profondo di significato e speranza. Distribuisci la dispensa 16: Stress, sofferenza e confusione.
16. Presenta la slide 5.12 e chiedi ai partecipanti che si sentono a proprio agio nel condividere tali informazioni come lo stress del loro lavoro li colpisce. Riconoscono segni di stress cumulativo in loro stessi o nei loro colleghi? Spiega che le reazioni da stress cumulativo sono una forma meno drammatica e più graduale di reazioni allo stress. Di solito si riferiscono a fattori di stress a bassa intensità ma più cronici che pervadono la

vita di una persona e si “accumulano” l’uno sull’altro. Anche se si pensa che un evento critico possa causare la forma di stress più dannosa, lo stress cumulativo può essere altrettanto grave nel corso della carriera. Inoltre, eventi frequenti di livello mediamente stressante possono accumularsi e creare alti livelli di stress se non vengono affrontati in modo efficace su base continuativa.

17. Presenta le slide 5.13 e 5.14. Spiega che è importante riconoscere i propri segnali di avvertimento che indicano l’accumulo di stress. Sono segnali comuni di stress eccessivo, e dovremmo esserne consapevoli per poter intervenire per mitigarli e gestirli.
18. Presenta la slide 5.15 su come le emozioni provate dagli operatori dei servizi possono riflettere quelle delle persone sopravvissute.
19. Presenta le slide 5.16 e 5.17, spiegando che un secondo passo fondamentale è sapere di cosa si ha bisogno per affrontare lo stress legato al lavoro. Incoraggia i partecipanti a discutere alcuni degli indicatori comuni di stress che si sono osservati e di cosa si può aver bisogno per gestire questo stress. Questo può includere, ad esempio, passare del tempo con la famiglia e gli amici, fare esercizio fisico o guardare film.
20. Presenta la slide 5.18, facendo notare che la gestione dello stress e la riduzione dello stress sono due modi per affrontare lo stress in modo efficace e prevenire il burnout e la traumatizzazione vicaria. Per gestire e ridurre lo stress, bisogna saper identificare ciò che, nella propria vita, si può controllare e quello che non si può controllare. Fare mente locale sui fattori di stress che si possono controllare e possibilmente ridurre, come la gestione del proprio programma giornaliero, il dire no a certe richieste e la riduzione degli spostamenti per lavoro. Si pensi poi ad altri fattori di stress che non si possono controllare, come le storie dei propri clienti, e cosa si può fare per gestirli.
21. Presenta la slide 5.19 e ricorda ai partecipanti che la gestione base dello stress comporta la cura del corpo e della mente. Gli aspetti chiave includono: esercizio fisico regolare, buona alimentazione, dormire e riposarsi abbastanza, relax e divertimento. L’integrazione di queste attività nella vita quotidiana contribuirà a stimolare la risposta di rilassamento del vostro corpo e a ridurre lo stress. Anche prendersi cura di sé dal punto di vista spirituale, emotivo e intellettuale è importante. Spiega che è importante prendersi del tempo per lasciarsi il lavoro alle spalle e costruirsi uno spazio all’interno della propria vita per la cura di se stessi, altrimenti lo stress si accumulerà.
22. Presenta la slide 5.20 che spiega che evadere, riposarsi e giocare sono tre modi per gestire lo stress e favorire il rilassamento. **Evadere:** allontanarsi da tutto, fisicamente o mentalmente (attraverso libri o film, prendendosi un giorno o una settimana di ferie, giocando ai videogiochi, o parlando con gli amici di cose diverse dal lavoro). **Riposare:** non avere un obiettivo o un calendario temporale specifico, oppure fare cose che si trovano rilassanti (sdraiarsi sull’erba guardando le nuvole, sorseggiare una tazza di tè, fare un pisolino, farsi fare un massaggio). **Giocare:** partecipare ad attività che fanno ridere o sollevano il morale (condividere storie divertenti con un amico, giocare con un bambino, essere creativi, essere fisicamente attivi).
23. È importante notare che può essere possibile trasformare il trauma vicario. La *trasformazione vicaria*³⁰ è un processo continuo e intenzionale che si traduce in un senso più profondo di connessione con gli altri, in un maggiore apprezzamento della propria vita e in un maggiore senso di significato e speranza.
24. Distribuire la dispensa 17: I fattori che promuovono la capacità di adattamento, la resilienza e il recupero. Incoraggia i partecipanti a leggerla attentamente per saperne di più sui comportamenti e le pratiche che possono aiutare a rendere le persone più sane e resilienti.
25. Mostra la slide 5.21 per riassumere i punti chiave discussi durante il tema 5.1.

5.2 La cura di sé per gestire lo stress

Scopo:

Identificare strategie di adattamento positive che i partecipanti possono utilizzare nel proprio tempo per gestire lo stress.

Durata:

60 minuti

Modalità:

Discussione plenaria
Riflessione individuale

Materiale essenziale:

Dispensa 18: Foglio di lavoro relativo

all'autovalutazione della cura di sé

Strumenti:

Lavagna a fogli mobili e pennarelli

Note del facilitatore:

Se possibile, sarebbe utile far tradurre la dispensa 18 nella lingua che la maggior parte dei partecipanti può leggere, poiché è piuttosto lunga. Molti potrebbero non completare il foglio di lavoro se non si dà loro il tempo necessario per farlo durante il workshop, quindi dai loro tutto il tempo necessario per permetterne la compilazione.

Guida passo per passo:

1. Chiedi ai partecipanti che cosa fanno quando sono stressati e scrivi le risposte sulla lavagna a fogli mobili. Assicurati di fare riferimento anche alle strategie negative di adattamento, come il fumo, il consumo eccessivo di alcol o caffè, l'uso eccessivo dei social media e la fame nervosa.
2. Riferisci ai partecipanti che una cosa che possono fare per calmare il loro sentimento di stress è ricordare a se stessi quali sono le attività positive che si amano fare.
3. Distribuisci la dispensa 18. Esercizio: Foglio di lavoro relativo all'autovalutazione della cura di sé. Dai ai partecipanti 15-20 minuti per compilare il foglio. Dovrebbero pensare a qualsiasi attività e riflettere su quanto spesso la svolgono:
 - 5 = Frequentemente
 - 4 = Occasionalmente
 - 3 = Raramente
 - 2 = Mai
 - 1 = Non mi è mai venuto in mente di farlo.
4. Dopo che tutti hanno completato l'esercizio, chiedi se qualcuno è rimasto sorpreso da qualcosa presente sul foglio di lavoro. Chiedi loro di condividere l'ultima volta che hanno fatto qualcosa che hanno amato fare.
5. Ricorda ai partecipanti che la maggior parte delle persone non si prende del tempo per pensare alle cose che ama fare. Quindi, quando sono stressati, molti ricorrono a meccanismi di adattamento negativi. I partecipanti possono rivedere il questionario ogni volta che si sentono stressati per ricordare a sé stessi le attività che li fanno stare bene. Possono quindi fare alcune di queste attività per tornare ad uno stato più rilassato e meno stressato.
6. Chiedi ai partecipanti di riguardare il questionario compilato e di scegliere una voce per ogni area alla quale cercheranno attivamente di dedicare più tempo. Incoraggiali a condividere queste aree con il gruppo, se se la sentono. Oppure, se ci fosse tempo a disposizione, potresti chiedere ai partecipanti di dividersi in coppie e condividere tra loro le proprie idee, impegnandosi a dedicare più tempo per fare qualcosa sulla lista.
7. Utilizza l'allegato 3 per fare un breve esercizio di meditazione guidata e di respirazione per aiutare i partecipanti a rilassarsi.
8. Una volta che i partecipanti avranno completato la meditazione e l'esercizio di respirazione, spiega che è qualcosa che tutti possono fare per calmarsi quando si è molto stressati. Per aiutarli, è possibile condividere la parte pertinente dell'allegato 3.
9. Chiedi se qualcuno conosce altre tecniche di riduzione dello stress. Festeggiate il fatto che tutti possono fare qualcosa per gestire il proprio stress. Non è per forza una cosa solitaria: si possono fare attività con i propri amici e la famiglia e incoraggiare le proprie comunità a gestire lo stress.

5.3 Modi di gestire lo stress sul lavoro: supervisione

Scopo:

Conoscere le misure che i MLC possono adottare per gestire lo stress sul lavoro, nonché garantire un supporto aggiuntivo, come la supervisione.

Durata:

30 minuti

Modalità:

Presentazione
Discussione plenaria

Materiale essenziale:

PPT Modulo 5: Gestire lo stress, slide da 5.22 a 5.31

Strumenti:

Proiettore e schermo per PowerPoint

Note del facilitatore:

La supervisione in questo contesto si riferisce ai manager o ai supervisori che supportano i membri del loro team nell'affrontare in modo costruttivo qualsiasi problema che può causare stress sul posto di lavoro. Alcune organizzazioni danno priorità alla supervisione di sostegno per il loro personale, compresi i MLC, mentre altre non lo fanno. Ad esempio, in Bulgaria, la ONG Consiglio per le Donne Rifugiate in Bulgaria (CRWiB) offre sessioni di supervisione ai MLC che lavorano con loro, mentre i MLC che lavorano per il governo potrebbero non avere accesso a tali servizi. Incoraggia i partecipanti che hanno accesso a una supervisione di sostegno a condividere le loro esperienze con il gruppo.

Guida passo per passo:

1. Mostra la slide 5.22, che spiega che ci sono due modi per gestire lo stress: controllare le cose che si possono controllare all'interno della propria esperienza (come abbiamo appena discusso) e cercare di sostenersi a vicenda in aree in cui non possiamo controllare lo stress, come ad esempio sul lavoro. Si noti che, secondo alcuni MLC, gran parte dello stress che li affligge deriva dalle loro condizioni di lavoro e dalla gestione all'interno delle loro organizzazioni, e non soltanto dal contenuto effettivo delle storie che sentono o dal lavoro che svolgono.
2. Presenta la slide 5.23, in cui si spiega che la supervisione è una strategia chiave per affrontare lo stress sul posto di lavoro ed è anche importante per la capacità continuativa del personale e per garantire la qualità dell'assistenza. Spiega che la supervisione può essere fornita in diversi modi, incluso il supporto individuale, in gruppi, attraverso l'osservazione e il coaching sul posto di lavoro e nelle riunioni periodiche del team. Nel contesto europeo, due forme chiave di supervisione sono quelle definite "supervisione interna" e "supervisione esterna".
3. Presenta le slide da 5.24 a 5.25 per descrivere le due forme di supervisione. Chiedi ai partecipanti di condividere qualsiasi esperienza relativa alla supervisione sul posto di lavoro.
4. Presenta le slide 5.26 e 5.27 che spiegano il modo in cui funziona la supervisione esterna.
5. Presenta le slide 5.28 e 5.29 facendo notare che un'altra forma di supervisione è quella alla pari. Chiedi ai partecipanti come, secondo loro, si può prevenire lo stress in un contesto di squadra. Sottolinea che i manager (e gli altri) dovrebbero prestare attenzione al personale, ai loro pari, ai colleghi, ai partner e notare come stanno. È importante fare un resoconto con il personale e i colleghi su casi, eventi o situazioni particolarmente difficili e assicurarsi che voi e il vostro team vi prendiate del tempo libero.
6. Si noti che la supervisione virtuale è anche un'opzione, che comporta la connessione informale con i propri pari non all'interno della vostra organizzazione e un supporto fornito attraverso messaggi di testo, gruppi di chat privati, videoconferenze o altre forme di comunicazione. Ricorda loro che, pur parlando di aspetti del proprio lavoro, si deve comunque mantenere la riservatezza su eventuali storie specifiche di persone sopravvissute con cui si lavora: non bisogna condividere alcuna informazione identificativa! Sentitevi liberi, come facilitatori, di condividere le vostre esperienze e di offrire uno spazio per discutere le strategie di supporto.
7. Si noti che la supervisione virtuale è anche un'opzione, che comporta la connessione informale con i propri pari

non all'interno della vostra organizzazione e un supporto fornito attraverso messaggi di testo, gruppi di chat privati, videoconferenze o altre forme di comunicazione. Ricorda loro che, pur parlando di aspetti del proprio lavoro, si deve comunque mantenere la riservatezza su eventuali storie specifiche di persone sopravvissute con cui si lavora: non bisogna condividere alcuna informazione identificativa! Sentitevi liberi, come facilitatori, di condividere le vostre esperienze e di offrire uno spazio per discutere le strategie di supporto.

8. Mostra la slide 3.30 e chiedi ai partecipanti di tornare alla dispensa 18 e di scegliere almeno tre azioni che intraprenderanno nei mesi avvenire. Permetti loro di discuterne per qualche minuto con la persona che sta loro accanto e di ringraziare l'altra persona per il lavoro svolto.
9. Mostra la slide 5.31 per riassumere i punti chiave discussi relativi alla supervisione.

5.4 Conclusione del workshop

Scopo:

Valutare i risultati della formazione e confermare l'apprendimento reciproco da parte dei partecipanti e dei facilitatori.

Durata:

60 minuti

Modalità:

Esercizio scritto
Condivisione

Materiale essenziale:

Dispensa 1: Test preliminare e test finale
Dispensa 19: Modulo di valutazione
Certificati

Note del facilitatore:

I moduli di valutazione e i test finali devono essere preparati in anticipo. Ricorda ai partecipanti di firmare i test col proprio nome. Tuttavia, le valutazioni devono rimanere in bianco. Anche i certificati devono essere preparati in anticipo e devono essere consegnati ai partecipanti solo dopo il completamento del test finale.

Guida passo per passo:

1. Ringrazia tutti i partecipanti per la loro partecipazione alla formazione.
2. Distribuisci la dispensa 1 e ricorda ai partecipanti di scrivere i loro nomi.
3. Una volta che avranno restituito i test finali, distribuisci la dispensa 18: Modulo di valutazione e chiedi loro di compilarlo.
4. Una volta che avranno restituito la valutazione, potranno ricevere il loro certificato.
5. Congratulati con loro per aver completato il corso e fai fare un applauso.



ALLEGATI

Allegato 1: Agenda giornaliera dettagliata per 3 giorni

Orario	Durata	Argomento	Materiali	Strumenti
Giorno 1				
09:00 -- 09:30	30 minuti	Modulo 0, Tema 1: Registrazione al workshop	Dispensa 1: Test preliminare e test finale Targhette con i nomi per tutti i partecipanti Foglio di iscrizione	Banco iscrizioni
09:30 – 10:00	30 minuti	Modulo 0, Tema 2: Introduzione al workshop	PPT Modulo 0: Introduzione	Proiettore e schermo per PowerPoint Lavagna a fogli mobili e pennarelli
10:00 – 10:30	30 minuti	Modulo 0, Tema 3: Iniziare a conoscersi	PPT Modulo 0: Introduzione	
10:30 – 11:00	30 minuti	Modulo 0, Tema 4: Introduzione al programma e riassunto degli obiettivi del corso	PPT Modulo 0: Introduzione Dispensa 2: Draft agenda	Lavagna a fogli mobili e pennarelli Piccoli cartoncini, preferibilmente colorati, per elencare le aspettative Proiettore e schermo per PowerPoint
11:00 – 11:15	15 minuti	Pausa		
11:15 – 13:00	105 minuti	Modulo 1, Tema 1.1: Concetti base sulla violenza di genere*	PPT Modulo 1: Introduzione alla violenza di genere e alla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi, slide da 1.1 a 1.19 Video "Tè e consenso": www.youtube.com/watch?v=oQbei5JGiT8	Proiettore e schermo per PowerPoint Lavagna a fogli mobili e pennarelli o lavagna bianca Carta e penne/matite Connessione a internet o video scaricato Altoparlante per la presentazione video Lavagna bianca (opzionale)
13:00 – 14:00	60 minuti	Prima della pausa pranzo svolgere un'attività rilassante (vedi allegato 3) Pranzo		
14:00 – 14:45	45 minuti	Modulo 1, Tema 1.2: Comprendere le dinamiche della violenza di genere	PPT Modulo 1: Introduzione alla violenza di genere e alla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi, slide da 1.20 a 1.26	Proiettore e schermo per PowerPoint
14.45 - 15.45	60 minuti	Modulo 1, Tema 1.3: Comprendere la violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi	PPT Modulo 1: Introduzione alla violenza di genere e alla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi, slide da 1.28 a 1.37 Dispensa 3: Violenza sessuale contro ragazzi e giovani migranti e rifugiati in Europa	Proiettore e schermo per PowerPoint
15:45 – 16:00	15 minuti	Pausa Dopo la pausa svolgere un'attività rilassante o energizzante (vedi allegato 3)		

Orario	Durata	Argomento	Materiali	Strumenti
16:00– 17:00	60 minuti	Modulo 1, Tema 1.4: Conseguenze della violenza di genere e violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi e una risposta multisettoriale	PPT Modulo 1: Introduzione alla violenza di genere e alla violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi, slide da 1.38 a 1.44 Dispensa 5: Conseguenze della violenza di genere e della violenza sessuale perpetrata su uomini e ragazzi	Proiettore e schermo per PowerPoint Lavagna a fogli mobili e pennarelli
Prima di terminare la giornata svolgere un'attività rilassante				

Giorno 2

09:00 – 09:15	15 minuti	Riepilogo del giorno 1		
09:15 – 10:15	60 minuti	Modulo 2, Tema 2.1: Autoriflessione e chiarimento dei valori	PPT Modulo 2: Prendersi cura delle persone sopravvissute: un approccio basato su principi, slide da 2.1 a 2.4 Dispensa 6: Esercizio relativo al chiarimento dei valori	Proiettore e schermo per PowerPoint Carta e penne/matite
10:15 – 10:45	30 minuti	Modulo 2, Tema 2.2: Un approccio incentrato sulla persona sopravvissuta	PPT Modulo 2: Prendersi cura dei sopravvissuti: Un approccio basato su principi, slide da 2.5 a 2.22 Dispensa 7: Sette principi guida per lavorare con minori sopravvissuti Dispensa 8: Obbligo di segnalazione Dispensa 9: L'approccio incentrato sulla persona sopravvissuta e i principi guida relativi alla violenza di genere	Proiettore e schermo per PowerPoint
10:45 – 11:00	15 minuti	Prima della pausa svolgere un'attività rilassante o energizzante (vedi allegato 3) Pausa		
11:00 – 11:40	40 minuti	Modulo 2, Tema 2.2: Un approccio incentrato sulla persona sopravvissuta (continua)		
11:40 -12:10	30 minuti	Modulo 3, Tema 3.1: Mediatori linguistico-culturali e interpreti: ruoli e responsabilità	PPT Modulo 3: Ruolo e responsabilità dei mediatori linguistico-culturali nel sostenere le persone sopravvissute, slide da 3.1 a 3.8	Proiettore e schermo per PowerPoint
12:10 – 13:00	50 minuti	Modulo 3, Tema 3.2: Il ruolo complesso dei mediatori linguistico-culturali	PPT Modulo 3: Ruolo e responsabilità dei mediatori linguistico-culturali nel sostenere le persone sopravvissute, slide da 3.9 a 3.14 Dispensa 10: Esempio di descrizione del lavoro di un mediatore linguistico e culturale	Proiettore e schermo per PowerPoint Lavagne a fogli mobili e pennarelli

Orario	Durata	Argomento	Materiali	Strumenti
13:00 – 14:00	60 minuti	Pranzo Dopo la pausa pranzo fare un'attività energizzante (allegato 3)		
14:00- 15:00	60 minuti	Modulo 3, Tema 3.3: La comunicazione nella mediazione linguistico-culturale	PPT Modulo 3: Ruolo e responsabilità dei mediatori linguistico-culturali nel sostenere le persone sopravvissute, slide da 3.15 a 3.29 Dispensa 11: Consigli per la mediazione linguistico-culturale da remoto	Proiettore e schermo per PowerPoint Lavagne a fogli mobili e pennarelli
15:00 – 15:15	15 minuti	Prima della pausa svolgere un'attività rilassante o energizzante (vedi allegato 3) Pausa		
15:15 – 16:00	45 minuti	Modulo 3, Tema 3.4: Il potere delle parole	PPT Modulo 3: Ruolo e responsabilità dei mediatori linguistico-culturali nel sostenere le persone sopravvissute, slide da 3.30 a 3.39 Dispensa 12: Glossario dei termini	Proiettore e schermo per PowerPoint Lavagne a fogli mobili e pennarelli
16:00 – 16:40	40 minuti	Modulo 4, Tema 4.1: Riassunto di tutti gli elementi: La mediazione linguistico-culturale e il sostegno alle persone sopravvissute: utilizzare il primo soccorso psicologico (PSP)	PPT Modulo 4: Riassunto di tutti gli elementi: La mediazione linguistico-culturale nel processo di recupero, slide da 4.1 a 4.10 Lavagna a fogli mobili con su disegnato l'albero della VG	Proiettore e schermo per PowerPoint Post-it Penne/matite
Prima di terminare la giornata svolgere un'attività rilassante				

Giorno 3

09:00 – 09:15	15 minuti	Riepilogo dei giorni 1 e 2		
09:15 – 11:00	105 minuti	Modulo 4, Tema 4.2: Caso di studio	Dispensa 13: Caso studio di Omid e Azar Dispensa 14: Cosa fare e cosa non fare nella mediazione linguistico-culturale Dispensa 15: Esempio di codice di condotta per i mediatori linguistico-culturali PPT Modulo 4: Mettere insieme tutti gli elementi: la mediazione linguistico-culturale nel processo di recupero, slide da 4.11 a 4.19	Lavagne a fogli mobili Penne e pennarelli Proiettori e schermo per PowerPoint
11:00 – 11:15	15 minuti	Prima della pausa svolgere un'attività rilassante o energizzante (vedi allegato 3) Pausa		

Orario	Durata	Argomento	Materiali	Strumenti
11:15 – 12:15	60 minuti	Modulo 4, Tema 4.2: Caso di studio (continua)	PPT Modulo 4: Riassunto di tutti gli elementi: La mediazione linguistico-culturale nel processo di recupero, slide da 4.20 a 4.23	
12:15 - 12:30	15 minuti	Modulo 4, Tema 4.3: Ricapitoliamo	PPT Modulo 4: Riassunto di tutti gli elementi: La mediazione linguistico-culturale nel processo di recupero, slide 4.24	Proiettore e schermo per PowerPoint
12:30 – 13:00	30 minuti	Modulo 5, Tema 5.1: Comprendere lo stress	Most Shocking Second Video: www.youtube.com/watch?v=nKDgFCojiT8 PPT Modulo 5: Gestire lo stress, slide da 5.1 a 5.21 Dispensa 16: Stress, sofferenza e confusione Fattori che promuovono l'abilità di farcela, la resilienza e la ripresa	Proiettore e schermo per PowerPoint Altoparlanti Connessione a internet o video scaricato
13.00 - 14.00	60 minuti	Prima della pausa pranzo svolgere un'attività rilassante o energizzante (vedi allegato 3) Pranzo		
14.00 – 14.15	15 minuti	Modulo 5, Tema 5.1: Comprendere lo stress (continua)		
14.15 - 15.15	60 minuti	Modulo 5, Tema 5.2: La cura di sé per gestire lo stress	Dispensa 18: Foglio di lavoro relativo all'autovalutazione della cura di sé	Lavagna a fogli mobili e pennarelli
15.15 - 15.45	30 minuti	Modulo 5, Tema 5.3: Modi di gestire lo stress sul lavoro: supervisione	PPT Modulo 5: Gestire lo stress, slide da 5.22 a 5.31	Proiettore e schermo per PowerPoint
15.45 – 16.00	15 minuti	Dopo la pausa svolgere un'attività rilassante o energizzante (vedi allegato 3) Pausa		
16.00 - 17.00	60 minuti	Modulo 5, Tema 5.4: Workshop conclusivo	Dispensa 1: Test preliminare e test finale Dispensa 19: Modulo di valutazione Certificati	

* questa sessione può essere abbreviata o eliminata se i partecipanti hanno già ricevuto una formazione su questo argomento.

Allegato 2: Competenze base della facilitazione

Ci sono competenze fondamentali che ogni buon facilitatore dovrebbe avere e il team di facilitazione dovrebbe discutere su come queste possono essere rafforzate.

Ascolto attivo: I facilitatori hanno bisogno di capacità di ascolto attivo per fare buon uso degli strumenti di questo curriculum. Ascoltare attivamente significa molto di più che ascoltare: significa far sentire alle persone che vengono capite, oltre che ascoltate. L'ascolto attivo incoraggia le persone ad essere più aperte nel condividere le loro esperienze, pensieri e sentimenti. Questo è importante quando si tratta di incoraggiare i gruppi a parlare più apertamente dei ruoli sociali e della vita sessuale di donne e uomini, comprese le persone LGBTQI+. L'ascolto attivo comporta:

- usare il linguaggio del corpo e il viso per mostrare il proprio interesse e la propria comprensione. Questo può includere guardare negli occhi l'oratore, fare un cenno con la testa e girare il corpo verso l'oratore
- ascoltare non solo ciò che viene detto, ma anche come viene detto, prestando attenzione al linguaggio del corpo e al tono di voce dell'oratore
- fare domande alla persona che sta parlando per dimostrare il vostro desiderio di capirla
- riassumere le discussioni per verificare che tutti abbiano capito ciò che è stato detto e chiedere un feedback.

Domande efficaci: Essere in grado di porre domande efficaci è un'abilità essenziale che aiuta le persone a comprendere meglio la complessità relativa a genere, potere e mascolinità e i loro legami con l'oppressione, la disuguaglianza e la violenza. Questa abilità aumenta anche la partecipazione delle persone alle discussioni del proprio gruppo su come trasformare le mascolinità e promuovere la giustizia di genere. Domandare efficacemente comprende:

- fare domande a risposta aperta, per esempio usando le sei domande chiave (Perché? Cosa? Quando? Dove? Chi? Come?)
- fare domande indagatrici: prendendo spunto dalle risposte delle persone, fare ulteriori domande che approfondiscono la questione o il problema

- fare domande chiarificatrici riformulando una domanda precedente
- fare domande relative ai punti di vista personali, chiedendo alle persone come si sentono, e non solo quello che fanno
- fare domande in modo costruttivo
- riconoscere gli input dei partecipanti, specialmente quando i partecipanti condividono le loro riflessioni personali.

Capacità di lavorare in gruppo: Queste competenze sono necessarie per aumentare la partecipazione delle persone alle discussioni di gruppo e per garantire che i membri del gruppo possano esprimere la loro gamma di opinioni e interessi. Possono anche aiutare i gruppi a concordare i cambiamenti necessari e ad impegnarsi ad agire su questi cambiamenti. Non esiste un unico modo migliore per facilitare una discussione di gruppo: facilitatori diversi hanno stili diversi e gruppi diversi hanno esigenze diverse. Ma ci sono alcuni aspetti comuni di una buona facilitazione di gruppo.

- **Coinvolgere tutti:** Aiutare tutti i membri del gruppo a partecipare alla discussione è un'abilità importante per facilitare una riunione di gruppo. Si tratta di prestare attenzione su chi parla tanto e su chi invece non dice molto. Le persone con maggiore "anzianità" o esperienza possono dominare le discussioni plenarie. Ci possono essere molte ragioni per cui qualcuno rimane in silenzio durante una discussione di gruppo; per esempio, si può essere impegnati a fare pensieri profondi. In generale però, è una buona idea far partecipare alla discussione i membri più tranquilli del gruppo ponendo loro, per esempio, una domanda diretta. Al contrario, se qualcuno è molto loquace, è utile chiedergli di permettere anche ad altri di partecipare alla discussione.
- **Mantenere il gruppo sulla buona strada:** Un compito fondamentale per il facilitatore è quello di aiutare il gruppo a rimanere concentrato sulle questioni che vengono discusse e sugli obiettivi della discussione di gruppo. Se il gruppo sembra perdere la concentrazione, è importante ricordare ai membri del gruppo gli obiettivi dell'attività e le questioni che si stanno esplorando. Questo aiuterà a rimetterli in carreggiata. Uno dei compiti principali del facilitatore è quello di aiutare il gruppo guidandone la discussione. Un buon

facilitatore utilizzerà le domande per plasmare la discussione e indirizzarla verso i punti chiave di apprendimento e le domande rimanenti.

- **Gestire i conflitti:** Le divergenze sono sane e vanno accolte con favore. Spesso è attraverso le divergenze che insorgono con gli altri che si arriva a comprendere meglio i propri pensieri e sentimenti. Possono però crearsi situazioni in cui le divergenze si trasformano in conflitto, ovvero quando le persone difendono le proprie posizioni fisse piuttosto che esplorare i problemi tra di loro. I diversi modi di affrontare la questione hanno alcune caratteristiche comuni, tra cui:
 - bisogna far sì che le persone dichiarino chiaramente le loro preoccupazioni e le ragioni che le giustificano: questo riduce il pericolo che altre persone facciano supposizioni
 - bisogna far sì che le persone ascoltino attentamente gli altri: questo aiuta le persone a muoversi dalle loro posizioni fisse e crea un'atmosfera di rispetto in cui diventa più facile risolvere un conflitto
 - bisogna far sì che le persone cerchino piuttosto aree di accordo e preoccupazioni condivise per creare un terreno comune dove potersi riunire per risolvere un conflitto.
- **Affrontare le interruzioni:** Spesso le persone assumono ruoli particolari quando sono in gruppo e alcuni di questi possono interferire con il lavoro di gruppo. Facilitare una discussione di gruppo può significare avere a che fare con persone negative o di disturbo o con qualcuno che continua a interrompere la discussione. Ricordare al gruppo gli accordi relativi al lavoro da svolgere e chiedere a tutti di essere responsabili nel prestare fede a tali accordi è un buon modo per affrontare le interruzioni. È importante coinvolgere il gruppo quando si chiede a un membro che è di disturbo per il gruppo, di aiutare piuttosto che ostacolare il lavoro. Nelle circostanze più estreme, quando un membro del gruppo continua ad essere davvero di disturbo, il facilitatore potrebbe dover chiedere a questa persona di lasciare la sessione di gruppo. In una situazione come questa, è importante organizzare un colloquio con questa persona in un secondo momento per capire meglio la sua posizione e per prendere una decisione reciproca sull'opportunità di continuare il lavoro con il gruppo.

Durante il workshop³¹

I facilitatori dovrebbero essere pronti ad affrontare una serie di problematiche che possono sorgere durante il corso, come ad esempio le seguenti.

Affrontare stereotipi dannosi

È probabile che i partecipanti abbiano un forte punto di vista su alcune delle questioni sollevate nel corso della formazione, in quanto queste sfidano le norme di genere o sessuali che si possono dare per scontate o che si credono scolpite nella pietra. Alcuni membri del gruppo potrebbero non essere d'accordo con i messaggi principali che si vogliono trasmettere. È importante accogliere questo disaccordo come un'opportunità per discutere ulteriormente di queste questioni e per aiutare le persone a comprendere meglio il proprio punto di vista e quello degli altri. Tuttavia, alcune delle opinioni di alcuni membri del gruppo possono causare dei danni.

Un facile esempio è incolpare le vittime della violenza. Un partecipante potrebbe dire: "Se un uomo viene stuprato, è perché non era abbastanza uomo per reagire". Questo punto di vista è dannoso perché dà la colpa alla persona sopravvissuta e scusa il colpevole. Un tale punto di vista, se espresso direttamente parlandone alla persona sopravvissuta, potrebbe contribuire a un sentimento di auto colpevolezza e potrebbe impedirle di accedere alle cure perché potrebbe credere di aver provocato la violenza su di sé.

Ognuno ha diritto alla propria opinione, ma non il diritto di opprimere gli altri con le proprie opinioni. È essenziale che i facilitatori mettano in discussione i punti di vista dannosi. Il modo migliore per farlo è ripetere i valori e i messaggi fondamentali del workshop e dare alla persona la possibilità di riflettere più profondamente sul suo punto di vista e sull'impatto che ha, o potrebbe avere, sulle persone sopravvissute, oltre che di ascoltare più da vicino i diversi punti di vista del gruppo. Questo può essere difficile, ma è d'importanza vitale perché i facilitatori devono aiutare i membri del gruppo a lavorare verso un cambiamento positivo.

Il procedimento che segue è un suggerimento per affrontare una tale situazione. In questo esempio, un membro del gruppo incolpa una persona sopravvissuta di essere stata stuprata:

- **Fase 1:** Chiedere dei chiarimenti: "Grazie per

aver condiviso la tua opinione con noi. Puoi dirci perché pensi così?”

- **Fase 2:** Cercare un punto di vista diverso: “Grazie. Dunque, almeno una persona la pensa così, ma forse gli altri no. Cosa ne pensa il resto di voi? Chi ha un’opinione diversa?”
- **Fase 3:** Se non viene offerto un altro punto di vista, fornirne uno: “So che molte persone non sono d’accordo con questa affermazione. La maggior parte degli uomini e delle donne che conosco ritiene che l’unica persona da incolpare per uno stupro sia lo stupratore. Ogni individuo ha la responsabilità di rispettare il diritto di un’altra persona di dire ‘no’”.
- **Fase 4:** Raccontare fatti che supportano un punto di vista diverso: “I fatti parlano chiaro. La legge stabilisce che ogni individuo ha il diritto di dire “no” all’attività sessuale. Indipendentemente dal fatto che la persona sopravvissuta si difenda o meno, ha il diritto di non essere violentata. Lo stupratore è l’unica persona da incolpare”.

È importante ricordare che è difficile far cambiare opinioni profondamente radicate. Anche se il facilitatore ha messo in atto queste fasi, è improbabile che il partecipante cambi apertamente o immediatamente la sua opinione. Tuttavia, contestando l’opinione originaria, il facilitatore ha fornito un altro punto di vista su cui il partecipante può benissimo riflettere, e forse adottare, in seguito. È buona pratica per i facilitatori rendersi disponibili durante le pause o dopo il workshop per i partecipanti che vogliono parlare di alcuni di questi temi in uno spazio privato.

Creare un ambiente di supporto nell’aula in cui si svolge la formazione

Ci sono anche specifiche misure che si possono adottare per assicurarsi di creare un ambiente positivo e di supporto per il workshop, tra cui:

- **Stabilire una serie di accordi relativi al lavoro da svolgere (le regole di base del workshop):** questi sono gli accordi che il gruppo stipulerà, collettivamente, su come lavorare insieme. Il modulo 1 comprende un esempio di regole di base comuni. Questa è una parte importante del workshop e non dovrebbe essere affrontata velocemente, in quanto dà ai partecipanti e ai facilitatori la possibilità di fare riferimento ad accordi sulla riservatezza e sulla

necessità di non giudicare.

- **Definire chiaramente come si agirà in quanto alla riservatezza:** questo è essenziale per costruire la fiducia all’interno del gruppo. Questo accordo dovrebbe stabilire che i membri del gruppo non possono rivelare a persone esterne al workshop nessun dettaglio su ciò che gli altri partecipanti hanno confidato al resto del gruppo.
- **Iniziare a conoscersi:** è importante prendersi del tempo all’inizio del workshop per far sì che le persone si conoscano attraverso giochi introduttivi divertenti e creativi. Alcuni partecipanti possono conoscersi bene tra loro, altri no. Non importa quanto bene i membri del gruppo si conoscano già, è utile iniziare qualsiasi processo di lavoro di gruppo con delle attività che aiutino i partecipanti a sentirsi più a proprio agio l’uno con l’altro. Oltre a pianificare modi divertenti per i membri del gruppo per conoscersi meglio, i partecipanti stessi possono suggerire giochi e attività.
- **Prestare attenzione all’energia del gruppo:** è importante mantenere alta l’energia dei membri del gruppo durante il lavoro di gruppo. Quando si trattano argomenti difficili e delicati c’è la possibilità tangibile che i partecipanti si sentano sopraffatti. È necessario essere creativi sui modi per mantenere l’energia del gruppo; questo può includere l’uso di attività preparatorie, energizzanti, ed esercizi per rompere il ghiaccio. Chiedere ai partecipanti di suggerire delle tecniche per rompere il ghiaccio o energizzanti aiuta ad adattare la formazione alla loro cultura. Prima di ogni pausa, i facilitatori possono far fare un breve esercizio di rilassamento che può aiutare i partecipanti a cambiare umore per rilassarsi durante le pause e tornare più freschi e pronti ad apprendere.
- **Mantenere il senso dell’umorismo:** questo curriculum affronta questioni serie, ma l’umorismo è un utile strumento di apprendimento in sé; le persone imparano meglio quando si sentono più a proprio agio e rilassate, e l’umorismo aiuta a far sì che ciò avvenga.
- **Rendere facile alle persone il poter uscire dall’aula di formazione senza chiedere il permesso e/o organizzare uno “spazio sicuro”** dove possono raccogliersi a pensare, affrontare emozioni che potrebbero nascere, o semplicemente stare da soli per qualche minuto.

Un'idea è quella di utilizzare un'area dell'aula che possa essere separata grazie a delle tende e abbia un divano su cui accomodarsi. Scoraggiare l'uso di questo spazio per la ricezione di chiamate di lavoro.

- **Aiutare i membri del gruppo a mantenersi in forze:** come si è visto, fornire bevande e spuntini, così come il pranzo durante il workshop, aiuterà a sostenere il lavoro del gruppo e farà sentire i partecipanti apprezzati. È anche essenziale pianificare le pause e il tempo da dedicare alla socialità. Questo curriculum affronta molti temi e attività di apprendimento e potrebbe non essere possibile coprire tutto in un unico workshop. Un errore comune che le persone commettono quando pianificano i workshop è quello di riempirli eccessivamente di attività, e questo fa sì che i partecipanti si sentano stanchi, incapaci di apprendere cose nuove e incapaci di riflettere su come queste si relazionano con la propria vita. È importante lasciare del tempo e spazio ai partecipanti per poter "respirare" durante il workshop.
- **Aiutare i partecipanti a tenere traccia dei progressi durante il workshop:** questo può essere fatto ricapitolando i giorni e le sessioni precedenti e spiegando i collegamenti tra le specifiche attività di apprendimento e gli obiettivi generali e il flusso del workshop. Nominare diversi partecipanti per fare il riepilogo può anche essere un modo per farli sentire protagonisti del workshop. Si veda l'allegato 1 con l'agenda giornaliera proposta per ulteriori idee.
- **Usare linguaggio e termini chiari:** le discussioni su genere, violenza di genere e risposta umanitaria potrebbero comportare l'uso di un linguaggio e di termini non familiari per alcuni dei partecipanti. I termini relativi al genere potrebbero risultare spiacevoli per alcune persone, a meno che non siano spiegati chiaramente. Un buon modo per aiutare le persone a capire i concetti chiave è quello di definirli usando un linguaggio chiaro e di utilizzare esempi di vita reale per aiutare i partecipanti a mettere in relazione questi concetti con la propria esperienza. Bisogna sempre prendersi il tempo per fermarsi e spiegare i concetti nel caso in cui i partecipanti appaiano confusi. È meglio che una sessione duri più a lungo piuttosto che interromperla se i partecipanti si sentono incerti sul concetto principale.

- **Incoraggiare la partecipazione:** i facilitatori non dovrebbero dominare l'attività, ma creare invece uno spazio e un ambiente in cui tutti i partecipanti possano condividere e imparare. Allo stesso tempo, i facilitatori non dovrebbero lasciare che uno o due dei partecipanti più loquaci dominino le discussioni.
- **Dimostrare umiltà e rispetto per i partecipanti:** questo è un processo di apprendimento della comunità. I facilitatori non hanno tutte le risposte ad ogni domanda e nessuno all'interno dell'aula è superiore a nessun altro. Molti dei partecipanti potrebbero avere molti più anni di esperienza rispetto ai facilitatori e questo dovrebbe essere riconosciuto. Per alcune culture, l'idea che siano gli studenti ad avere qualcosa da insegnare può essere nuova, quindi è utile spiegare questo approccio durante l'introduzione. Inoltre, questo può essere utile durante il lavoro con partecipanti uomini e facilitatrici.
- **Incoraggiare il dialogo:** i facilitatori dovrebbero promuovere un ambiente che incoraggi i partecipanti a condividere le loro opinioni. Tuttavia, come è già stato detto, essere costruttivi e non giudicanti non significa che commenti e punti di vista insensibili o pregiudizievole possano rimanere incontestabili. Le affermazioni che svalutano la dignità delle donne o degli uomini o di chi appartiene a un diverso orientamento sessuale o identità di genere, o che danno privilegio a certi gruppi, dovrebbero essere messe in discussione in modo da consentire un'ulteriore riflessione critica.

Dopo il workshop: Creare un gruppo di supporto post-formazione

Tra i partecipanti si può creare un forte senso di cameratismo durante e dopo il workshop. Possono esprimere frustrazione per il fatto che parte dello stress che subiscono vada al di là del loro controllo e spesso sia legato alle loro condizioni di lavoro. Incoraggiare i partecipanti a organizzarsi in gruppi informali (sia online, ad esempio attraverso i gruppi WhatsApp, sia di persona) è un modo per continuare a facilitare il supporto tra pari, anche dopo la fine della formazione stessa, e per continuare a condividere risorse e materiale didattico.

Allegato 3: Attività di rilassamento ed attività energizzanti per le transizioni e Modulo 5

Rilassamento

Meditazione guidata

La scansione del corpo può essere eseguita da sdraiati, seduti o in altre posizioni. È utile per addormentarsi e dormire meglio la notte, o da usare in gruppo per aiutare tutti a calmarsi.

- Iniziare portando l'attenzione verso il vostro corpo.
- Chiudere gli occhi se ci si sente a proprio agio.
- Notare il modo in cui il vostro corpo è seduto (o sdraiato), sentendo il peso del corpo sulla sedia o sul pavimento.
- Fare qualche respiro profondo.
- Mentre si effettua un respiro profondo, inspirare più ossigeno per ravvivare il corpo e mentre si espira, concentrarsi sulla sensazione di rilassarsi più profondamente.
- Notare i vostri piedi sul pavimento. Notare le sensazioni che vi trasmette il toccare il pavimento con i vostri piedi. Il peso e la pressione, le vibrazioni, il calore.
- Notare le gambe contro la sedia: la loro pressione, il loro pulsare, la loro pesantezza, la loro leggerezza.
- Notare la schiena contro la sedia.
- Portare l'attenzione verso la zona dell'addome. Se lo stomaco sembra teso o contratto, chiedetegli di rilassarsi. Fare un respiro.
- Notare le vostre mani. Sono tese o strette a pugno? Vedete se riuscite a farle rilassare.
- Notare le vostre braccia. Prestare attenzione a qualsiasi sensazione nelle braccia. Rilassare le spalle.
- Notare il vostro collo e la vostra gola. Lasciate che si rilassino. Dite loro di rilassarsi.

- Rilassare la mandibola. Rilassare il viso e i muscoli facciali.
- Quindi fare attenzione alla presenza dell'intero corpo. Fare un altro respiro.
- Diventare, per quanto si riesce, consapevoli di tutto il proprio corpo.
- Fare un respiro.
- Poi, quando si è pronti, aprire gli occhi.

Respirazione a narici alternate

Questa tecnica è stata dimostrata in TV dall'ex Segretario di Stato americano, Hillary Clinton, come un modo per rilassarsi prima di prendere decisioni importanti!

- Sedersi a gambe incrociate con la mano sinistra sulla coscia e la mano destra sul naso.
- Respirando profondamente dal diaframma, posizionare il pollice destro sulla narice destra, l'anulare e il mignolo sulla sinistra.
- Chiudere gli occhi e tappare la narice destra, respirando lentamente e profondamente attraverso quella sinistra.
- Tappare adesso entrambi i lati e trattenere il respiro.
- Espirare attraverso la narice destra.
- Poi invertire l'esercizio: inspirare attraverso la narice destra, poi tapparla.
- Ripetere 10 volte.

"Mostrami il cinque"

La respirazione è l'attività migliore da dove iniziare a fare mindfulness (consapevolezza di sé). Per farlo, si usa qualcosa che hai sempre con te, una delle tue mani. È un modo semplice e veloce per fare cinque respiri e attivare il sistema nervoso parasimpatico, che calma e mantiene coi piedi per terra quando ci si sente stressati.

- Iniziare piazzando il dito indice dominante sulla parte inferiore del pollice opposto.
- Continuare disegnando il perimetro della mano, inspirando mentre si porta il dito in su ed espirando mentre lo si porta in giù lungo il perimetro.

- Tenere gli occhi aperti e guardare il dito.
- Bisogna concentrarsi sulla sensazione tattile sia del dito che la sensazione del dito sulla mano.
- Concentrarsi sulla respirazione mentre si va su e giù per le dita.
- Cambiare mano e usare la mano non dominante come tracciante per altri cinque respiri.

Yoga su sedia

Ecco alcuni video che mostrano esempi di alcuni movimenti di base dello yoga su sedia:

www.verywellfit.com/chair-yoga-poses-3567189
www.youtube.com/watch?v=1DYH5ud3zHo

Il facilitatore si dovrebbe piazzare su una sedia davanti al gruppo e far vedere loro alcuni movimenti base dello stretching, focalizzati su spalle, schiena e collo.

Modificare gli esercizi a seconda del gruppo.

Costruire una casa a livello psicologico

I partecipanti possono costruire, disegnare o visualizzare una casa. Per chi ama l'arte e il disegno, sarebbe bello ritagliare un po' di spazio creativo all'interno del programma.

Dire ai partecipanti di prendere un pezzo di carta e di usare le penne e le matite che hanno a disposizione.

Dare loro le seguenti istruzioni:

- Chiudendo gli occhi, voglio che immaginate tutto quello che vi sto dicendo.
- State camminando lungo una strada. Come appare questa strada? È una strada di città? È una strada di campagna?
- Mentre camminate, vedete una casa. Osservatela. Notatene i dettagli.
- Avvicinatevi. Che cosa notate?
- Cominciate a camminare intorno alla casa, guardandola mentre camminate.
- Ora siete a metà strada. Notate i dettagli della casa mentre continuate a camminare intorno ad essa.
- Ora tornate al punto di partenza.

- Camminando attorno alla casa, avete notato un modo per entrare.
- Ora entrate dentro la casa.
- Cosa vedete?
- Esplorate la casa, cosa c'è dentro?
- Mentre esploravate, avete notato una porta segreta che conduceva a una stanza segreta che sembrerebbe un posto bellissimo e sicuro. Entrate in quella stanza. Cosa vedete?
- Ora lasciate la stanza segreta e tornate nella parte principale della casa.
- Ora uscite dalla casa.
- Mentre vi allontanate, la guardate ancora una volta.
- Siete di nuovo sulla strada, camminate.
- Prendetevi qualche minuto per disegnare quello che avete visto nella bellissima stanza segreta e sicura all'interno della casa.

Questo esercizio funziona bene anche per esplorare l'identità/personalità di un piccolo gruppo. Dopo aver guidato il gruppo attraverso questa scena immaginaria, i membri del gruppo discutono di ciò che ognuno di loro ha visualizzato. Sulla base di questa discussione, il gruppo nel suo insieme "costruisce" visivamente una casa che sembra catturare la personalità del gruppo e di tutti i suoi membri. Il confronto tra le case create da gruppi diversi può portare ad alcune affascinanti intuizioni sulla personalità unica di ogni gruppo.

- Spiegare cosa sono le fondamenta (i pavimenti). Di cosa sono fatti? Potrebbero essere fatti di sicurezza, amore, pace, ecc.
- Di cosa sono fatti i muri? Cosa tiene al riparo dagli elementi esterni?
- Di che cosa è fatto il tetto?
- E le finestre che servono a guardare fuori?

La casa è spesso un simbolo di sé, della propria personalità. Durante questo esercizio è possibile condurre i partecipanti attraverso una scena mentale in cui esplorano una casa nella loro immaginazione. In seguito, discutete su come le varie caratteristiche della

casa possono dire qualcosa sulla propria personalità. Si presta attenzione a dettagli come il modo in cui la casa appare all'interno rispetto all'esterno, cosa si può e non si può trovare all'interno della casa, come ci si entra, cosa c'è all'interno della stanza 'segreta', i colori, le strutture, come si vive lo spazio, ecc. Tutti questi dettagli possono avere un significato simbolico. I partecipanti spesso si stupiscono di ciò che la casa immaginata dice su di loro.

La tecnica dei "fogli che circolano"

Questa tecnica è un modo anonimo per OGNI membro del gruppo di dare e ricevere feedback dagli altri membri. Qualunque sia la domanda o l'argomento, tutti sono invitati a scrivere i propri pensieri su un pezzo di carta, ai membri verrà detto di non includere i loro nomi sulla pagina. Il facilitatore raccoglie tutti i fogli (anche i propri, perché anche i facilitatori parteciperanno), li rimescola a caso e poi li fa girare tra i partecipanti al workshop, tenendone uno per sé.

Ora tutti hanno in mano il foglio di qualcun altro, ma non sanno di chi sia. Ogni persona legge il foglio che riceve e poi scrive sulla pagina qualche feedback o reazione utile al membro del gruppo che l'ha scritto. Quando si finisce con quel foglio, ci si alza in piedi e ci si scambia i fogli con qualcun altro che ha anche finito di leggere e di dare un feedback al foglio che ha ricevuto. Ora tu e l'altra persona avrete un secondo foglio da leggere e su cui scrivere una risposta. Quando si finisce con quel secondo foglio, ci si alza in piedi e si trova qualcun altro che ha a sua volta finito di leggere il suo foglio. Tutti continuano in questo esercizio: leggere, scrivere e scambiarsi fogli, finché tutti non hanno letto e scritto una risposta su circa 5-10 fogli. Il facilitatore raccoglie poi tutti i fogli, li divide in due pile posizionate all'ingresso dell'aula e dice ai partecipanti di venire a raccogliere il proprio. Il gruppo discute poi insieme i risultati dell'esercizio.

Il bello di questa tecnica è che TUTTI, compresi i partecipanti timidi o taciturni, danno e ricevono feedback da diversi colleghi. Inoltre, dà al facilitatore la possibilità di capire cosa pensano i partecipanti, come reagiscono l'uno all'altro e di dare loro un feedback individuale. È importante sottolineare che questo esercizio mira solo a dare un feedback positivo. Se qualcuno dovesse approfittare del suo anonimato per scrivere

qualcosa di crudele o offensivo, il gruppo può sfruttare questa opportunità per discutere l'argomento dell'aggressività.

Alcune tecniche di adattamento

- Esercizi di respirazione profonda
- Rilassamento muscolare progressivo
- Visualizzazione
- Tecniche spirituali/altre attività culturali.

Attività relative al lavoro e su come proteggere sé stessi

"Dammi il cinque"

Tracciare la propria mano su un pezzo di carta. Per ogni dito, pensare a una persona di cui vi potete fidare e con cui potete parlare. Disegnateli sul foglio. Visualizzare sulla mano chi viene rappresentato da ogni dito.

Discussioni di gruppo

Come mi sento quando... (Sono solo o sola, quando prego, quando raccolgo la legna, quando gioco con i miei figli, quando sono con mio marito).

La "sedia"

Senza le quattro gambe, la sedia cadrà. Quali sono le quattro cose più importanti che hai e di cui hai bisogno per il supporto quando hai un problema?

"Vi auguro salute e felicità" (un "esperimento")

I concetti occidentali di lunga data sul "potere del pensiero positivo" si affiancano alle idee parallele che esistono nella filosofia orientale. Per esempio, elementi dell'Ottuplice sentiero buddista includono la "retta intenzione" e la "retta parola". Pensando e pronunciando pensieri positivi sugli altri e agli altri, si può gradualmente creare un cambiamento positivo non solo nell'altra persona, ma anche in sé stessi.

Come esercizio per illustrare ciò, dire al gruppo che si procederà a un rapido 'esperimento'. Questi sono i passi:

1. I partecipanti si dividono in due gruppi.
2. Chiedere agli "uno": "Quanti di voi sono di umore positivo oggi? Quanti di voi sono di umore negativo oggi?" Registrare i numeri sulla lavagna.

3. Chiedere ai "due" le stesse domande e scrivere i loro risultati sulla lavagna.
4. Dire agli "uno" di seguirvi fuori dall'aula. Dite loro di "passare del tempo tra loro" per qualche minuto, di parlare tra di loro, e che ritornerete.

5. Fa' ritorno nell'aula plenaria principale e dite ai "due": "vi auguro salute e felicità". Di solito i partecipanti si mettono a ridere. Dite loro di alzarsi e, stringendo loro la mano, guardarli negli occhi e dire, il più seriamente possibile: "Vi auguro salute e felicità". Potrebbero esserci un po' di imbarazzo e di risatine. Quindi, chiedete a tutti di dire, tutti insieme, "vi auguro salute e felicità".

6. Richiamate gli "uno" nell'aula e ripetete la domanda sugli stati d'animo positivi e negativi, contando i risultati per entrambi i gruppi. Spesso risulta chiaro che augurare salute e felicità agli altri ha avuto un qualche effetto positivo sul secondo gruppo, mentre l'umore del primo gruppo tende a rimanere lo stesso.

Una versione più semplice di questo esercizio

comporta il conteggio di quanti partecipanti sono di umore "positivo" e quanti sono di umore "negativo". Su una lavagna a fogli mobili, etichettare la prima colonna di una tabella come colonna "prima" e posizionare i numeri con il conteggio delle risposte nelle celle denominate 'umore positivo' e 'umore negativo' posizionate verticalmente. Poi dire a tutte le persone presenti nell'aula di stringere la mano a cinque persone, augurando loro di cuore salute e felicità. In seguito, conteggiare di nuovo gli stati d'animo positivi e negativi e collocare questi numeri nelle celle sotto la colonna "dopo". Dovreste essere tutti in grado di vedere le differenze.

Esprimersi con la musica

Il facilitatore può chiedere ai partecipanti di ascoltare la musica come un modo per "sentire" veramente i loro sentimenti. Per prima cosa, chiedere loro di "ascoltare" i sentimenti e farne una lista (magari iniziando, per esempio, da rabbia, tristezza, negatività, contentezza). Il facilitatore può chiedere loro di lavorare in gruppo per scrivere da 10 a 20 parole sotto queste quattro categorie, poi chiedere eventuali categorie aggiuntive e ripetere l'esercizio.

Prima del workshop, il facilitatore può fare una playlist di canzoni e far sentire un pezzo di ogni canzone. Ogni segmento dovrebbe durare circa 1-2 minuti. L'idea è

quella di far scrivere ai partecipanti l'emozione proiettata dalla musica.

Il facilitatore può iniziare con della musica che trasmette stati d'animo chiaramente definiti, come ad esempio la musica dei film.

Fare sentire un paio di melodie dolorose o tristi. Poi qualche canzone arrabbiata o che ricorda la marcia. Poi delle canzoni allegre o giocose. Oppure alcune canzoni che potrebbero essere allegre ma che includono una tonalità minore.

Fare sedere i partecipanti in gruppi quindi confrontare i loro appunti su ciò che sentono dopo ogni 3-4 canzoni. Questo esercizio durerà circa 1 ora e mezza. Si può discutere di come il loro stato d'animo possa cambiare o di come persone diverse possano sperimentare eventi diversi in modo diverso (alcuni possono interpretare degli eventi come felici, altri come tristi, ecc.) Parlare di come l'umore può cambiare a seconda degli stimoli esterni.

Attività energizzanti

Scuotetevi

- Incoraggiare tutti a scuotere il proprio corpo.
- Sentire tutto lo stress lasciare spalle e schiena e abbandonare il corpo dalla punta delle dita.
- Prendere energia dalle braccia e attraverso le dita.
- Scuotere le mani vigorosamente.

Canguro, scimmia e ninja!

Guidare il gruppo in un canto. E mentre si canta, imitare le mosse di ogni personaggio. È possibile creare più personaggi a seconda del contesto.

- Che cosa fa il canguro?
- Il canguro salta, salta, salta, salta
- Salta con le mani davanti a te come un canguro
- Che cosa fa la scimmia?
- La scimmia si dondola, dondola, dondola, dondola
- Muovi le braccia avanti e indietro sopra la testa come una scimmia
- Che cosa fa il ninja?
- Il ninja colpisce, colpisce, colpisce, colpisce
- Affronta un avversario immaginario con la tua spada da samurai.

Allegato 4: Test preliminare e test finale: Risposte corrette

Domanda n°	Punteggio
1	5 punti se D, qualsiasi altra risposta -5
2	1 punto ciascuno se B, C, D, E, F
3	5 punti se B, qualsiasi altra risposta -5
4	1 punto ciascuno se A, C, E, F, G
5	5 punti se E
6	5 punti se E, 1 punto se A, B, C o D
7	5 punti se B -5 punti se A
8	5 punti se A
9	5 punti se C -5 per tutte le altre risposte
10	5 punti se F
11	1 punto per ogni risposta corretta A: Int, B: MLC, C: Entrambi, D: MLC, E: Entrambi
12	0 punti se A, 1 se B, 2 se C, 3 se D
13	0 punti se A, 1 se B, 2 se C, 3 se D
14	5 punti se A, -5 punti se B, C e D
15	5 punti se D -5 punti se A, B e C
16	5 punti se D
17	1 punto ciascuno se B, C, F, G, H; -1 punto ciascuno se A, D, E
18	1 punto per ogni luogo menzionato, 5 punti se nominano 3 posti
19	1 punto per ogni luogo menzionato, 5 punti se nominano 3 posti
20	5 punti se A

Note di chiusura

- 1 2016: Il 71 % di tutti i nuovi arrivati (in Italia) erano uomini adulti; tra i bambini, il 93 % erano ragazzi.
2017: Il 74 % di tutti i nuovi arrivati erano uomini adulti; tra i bambini, il 93 % erano ragazzi.
2018: Il 72 % di tutti i nuovi arrivati erano uomini adulti; tra i bambini, il 93 % erano ragazzi.
2019: Il 71 % di tutti i nuovi arrivati erano uomini adulti; tra i bambini, il 95 % erano ragazzi.
Dati ricavati da Refugee and Migrant Children in Europe: Overview of Trends, IOM, UNHCR, UNICEF, Ginevra, 2017, 2018, 2019 e 2020.
- 2 Ibid.
- 3 United Nations Children's Fund, Making the invisible visible: the identification of unaccompanied and separated girls in Bulgaria, Greece, Italy and Serbia, Ginevra, UNICEF Ufficio Regionale per l'Europa e l'Asia Centrale, 2020 <<https://www.unicef.org/eca/reports/unaccompanied-and-separated-girls-europe>>.
- 4 Translators Without Borders, Field Guide to Humanitarian Interpreting and Cultural Mediation, pag 4, 2017, Parigi, Translators Without Borders, 2017 <<https://translatorswithoutborders.org/field-guide-humanitarian-interpreting-cultural-mediation/>>.
- 5 Il Quadro comune europeo di riferimento per la conoscenza delle lingue afferma "... le attività scritte e/o orali di mediazione rendono possibile la comunicazione tra persone che non sono in grado, per qualsiasi motivo, di comunicare direttamente tra loro. La traduzione o l'interpretazione, una parafrasi, un riassunto o una registrazione, fornisce a una terza parte una formulazione/ riformulazione di un testo sorgente [parlato o scritto] al quale questa terza parte non ha accesso diretto. Le attività di mediazione linguistica (l'elaborazione e la rielaborazione di un testo esistente) occupano un posto importante nel normale funzionamento linguistico delle nostre società" (pg.4). Consiglio europeo, Quadro comune europeo di riferimento per la conoscenza delle lingue: Learning, Teaching, Assessment (CEFR), Cambridge, Cambridge University Press, 2001 <www.coe.int/lang-CEFR>.
Il Comparative Study on Language and Culture Mediation in different European Countries (Studio comparativo sulla mediazione linguistica e culturale in diversi paesi europei) mette a confronto il campo della mediazione linguistica e culturale in Austria, Belgio, Germania, Italia, Spagna e Svizzera, e sottolinea: "La mediazione linguistica e culturale presuppone che la comunicazione, per avere successo, vada oltre la mera applicazione delle competenze linguistiche e spesso richieda di più, come la conoscenza del background culturale. In generale, quindi, si può affermare che i mediatori linguistici e culturali interpretano e comunicano il background socioculturale, in modo da garantire la comunicazione tra i clienti di lingua straniera e le istituzioni di assistenza standard nel campo dell'assistenza sanitaria, dei servizi sociali e dell'istruzione. Attraverso il loro lavoro rafforzano il legame tra le istituzioni, come ospedali, centri psicosociali, ambulatori medici, uffici di consulenza e altri servizi sociali, e i loro clienti non di lingua tedesca." Comparative Study on Language and Culture Mediation in different European countries, Wuppertal, EQUAL EP TransKom – gesund & sozial, 2012 <<http://www.saludycultura.uji.es/archivos/Transkom.pdf>>.
Vedi anche Zvereva, Ekaterina, and Kamo Chilingaryan, Linguistic and cultural mediation in health care settings: an overview of Russia and Turkey, result of the project "Language and Culture Mediation with Refugees to Ensure their Language Rights at Border Crossing Zones at the Age of Migration Crisis" contenuti negli atti dell'ADVED 2018- 4th International Conference on Advances in Education and Social Sciences, 15-17 ottobre 2018, Istanbul, Turchia.
- 6 Apostolou, Fotini, Translation and interpreting for public services in Greece, 2015 <<http://hdl.handle.net/11419/962>>. (e-book in greco) Vedi anche Ioannidis, Anastasios., Can you ask them for me? Interpreting in asylum hearings in Greece, Atene, Diavlos. E Resta, Zoi, Community interpreting in Greece: The case of refugee camps, Atene, Diavlos, 2017.
- 7 Archibald e Garzone (2014) forniscono una descrizione esaustiva del profilo del MLC e della sua evoluzione storica negli ultimi quattro decenni. Inoltre, sottolineano: "Qualche decennio fa, Stephen Bochner ... ha definito il ruolo del mediatore in questo modo: "La persona che fa da mediatore è un individuo che funge da collegamento tra due o più culture e sistemi sociali. L'essenza della funzione di mediazione è quella di plasmare gli scambi tra le società partecipanti, in modo che il contatto vada a beneficio di quelle culture, a condizioni coerenti con i loro rispettivi sistemi di valori" (Bochner 1981,3). Si tratta di una definizione molto generale che, oltre alla traduzione e all'interpretariato, abbraccia ruoli di mediazione inerenti a una vasta gamma di situazioni di contatto culturale: diffusione di innovazioni tecniche, migrazione, relazioni commerciali internazionali, educazione multiculturale, consulenza interculturale, "soggiorni" accademici, commerciali e militari, turismo, ecc. (ibid.). Pertanto... la mediazione culturale, nel suo significato più ampio, si riferisce anche a situazioni di contatto culturale che implicano un processo di apprendimento culturale, dove ci sono persone che favoriscono tale processo, sia spontaneamente sia professionalmente. All'interno di questa concezione molto ampia, Bochner distingue... tra due tipi di funzioni di mediazione: il mediatore, inteso come traduttore il cui scopo è "rappresentare fedelmente una cultura all'altra e contribuire così alla comprensione reciproca e a un'accurata conoscenza interculturale," e il mediatore, in quanto sintetizzatore, il cui scopo è "conciliare pratiche culturali diverse; questo tipo di mediazione ha una particolare rilevanza per gli scambi che devono seguire determinate azioni" (ibidem). Questa distinzione generale può essere usata come un ampio modello per le rappresentazioni e le categorizzazioni della mediazione linguistica e culturale in discussione..." Archibald, James, and Giuliana Elena Garzone, Conceptualizing Linguistic and Cultural Mediation, Revue Lingue Culture e Mediazione/Languages Cultures et Mediation Vol 1, 1-2, 2014 <<https://www.ledonline.it/index.php/LCM-Journal/article/view/775>>.
- 8 La lingua madre è la lingua che si parla sin dalla nascita. Una lingua veicolare è una lingua che entrambe le parti hanno in comune e possono usare.
- 9 World Health Organization, What are the roles of intercultural mediators in health care and what is the evidence on their contributions and effectiveness in improving accessibility and quality of care for refugees and migrants in the WHO European Region?, Health Evidence Network synthesis report 64, Ginevra, Organizzazione Mondiale della Sanità, 2019 <<https://www.euro.who.int/en/data-and-evidence/evidence-informed-policy-making/publications/2019/what-are-the-roles-of-intercultural-mediators-in-health-care-and-what-is-the-evidence-on-their-contributions-and-effectiveness-in-improving-accessibility-and-quality-of-care-for-refugees-and-migrants-in-the-who-european-region-summary-2019>>.
- 10 Commissione permanente inter-agenzie, Guidelines for Integrating Gender-Based Violence Interventions in Humanitarian Action, New York, IASC, 2015, (aggiornato 2018) <<https://www.iasc.org/en/iasc-guidelines-for-integrating-gender-based-violence-interventions-in-humanitarian-action/>>.
- 11 Organizzazione Mondiale della Sanità, 'Violence against women', 2017, <<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>>

- 12 Fondo delle Nazioni Unite per l'infanzia, 'Gender-based Violence in Emergencies: Operational Guide', New York, UNICEF, 2019 <<https://www.unicef.org/media/69216/file/Gender-Based%20Violence%20in%20Emergencies:%20Operational%20Guide.pdf>>.
- 13 LGBTQI+ è un acronimo che indica lesbiche, gay, bisessuali, transgender, queer e intersex o altre persone di diverso orientamento sessuale, identità ed espressione di genere e caratteristiche sessuali (SOGIESC).
- 14 Organizzazione Mondiale della sanità, World report on violence and health, 2002, https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/world_report/en/full_en.pdf?ua=1
- 15 COFEM, 'Feminist Pocketbook, Tip Sheet 7, Violence against men and boys', Coalition of Feminists for Social Change 2018. <<https://cofemsocialchange.org/wp-content/uploads/2018/11/TS7-Violence-against-men-and-boys.pdf>>.
- 16 Gender-Based Violence Information Management System (GBVIMS) Comitato direttivo "Interagency Gender-based Violence Case Management training", <<https://GBVresponders.org/response/GBV-case-management/#InteragencyGender-basedViolenceCaseManagementTrainingMaterials>>.
- 17 Ibid.
- 18 ACA, Trauma vicario: Factsheet #9, Alexandria, VA, American Counseling Association <<https://www.counseling.org/docs/trauma-disaster/fact-sheet-9---vicarious-trauma.pdf>>.
- 19 Stamm, B. Hudnall, Stress traumatico secondario: Self-care issues for clinicians, researchers, and educators, Lutherville, MD, The Sidran Press, 1995 <<https://psycnet.apa.org/record/1996-97172-000>>; C.R. Figley, Charles, R. 'Compassion fatigue: Toward a new understanding of the cost of caring' in Stamm, op. cit. 1995.
- 20 Lai, Miranda, Georgina Heydon, Sedat Mulayim 'Vicarious trauma among interpreters', International Journal of Interpreter Education, vol. 7, no. 1, pp. 3-22, 2015 <https://www.cit-asl.org/new/wp-content/uploads/2015/05/c-IJIE-71_002_Res_2015_Lai-Heydon-and-Mulayim_Vicarious-trauma.pdf>.
- 21 L'immagine di FRIES è tratta da Planned Parenthood negli USA <www.shorturl.at/exCIU>.
- 22 Tratto da IMC/UNFPA, Managing GBV in Emergencies Handbook, 2015
- 23 Può essere rimosso nel programma ridotto da 2,5 giorni
- 24 Fondo delle Nazioni Unite per l'infanzia e Organizzazione internazionale per le migrazioni, Harrowing Journeys, Children and youth on the move across the Mediterranean Sea, at risk of trafficking and exploitation, New York e Ginevra, UNICEF e IOM, 2017, pag 16 <https://www.unicef.org/publications/files/Harrowing_Journeys_Children_and_youth_on_the_move_across_the_Mediterranean.pdf>.
- 25 Commissione europea, "Trafficking for sexual exploitation: a gendered crime", <<https://ec.europa.eu/anti-trafficking/publications/trafficking-for-sexual-exploitation-a-gendered-crime-en>>
- 26 Organizzazione internazionale per le migrazioni, Human trafficking through the central Mediterranean route: data, stories and information collected by the international organization for migration, Ginevra, IOM, 2019 <<http://briguglioasgi.it/immigrazione-e-asilo/2017/ottobre/rapp-oi-m-tratta-medit-centrale.pdf>>.
- 27 American Psychiatric Association, "Mental Health Disparities: LGBTQ", Washington, D.C, American Psychiatric Association, 2017 <<https://www.psychiatry.org/File%20Library/Psychiatrists/Cultural-Competency/Mental-Health-Disparities/Mental-Health-Facts-for-LGBTQ.pdf>>.
- 28 Adattato dallo IASC, Global Protection Cluster GBV Prevention and Response 'Caring for Survivors Training Guide', New York, Inter-Agency Standing Committee, 2010 <https://www.globalprotectioncluster.org/assets/files/tools_and_guidance/gender_based_violence/GPC_GBV_Caring_Survivors_Training_Pack_2010_EN.pdf>.
- 29 Meltzoff, Andrew N., e Wolfgang Prinz (Eds), The Imitative Mind: Development, Evolution and Brain Bases, Cambridge, Cambridge University Press, 2002 <https://www.researchgate.net/publication/38139096_The_Imitative_Mind_Development_Evolution_and_Brain_Bases>.
- 30 Pearlman, Laurie Anne e Lisa McKay, 'Understanding & Addressing Vicarious Trauma, Online training, module 4', Pasadena, CA, Headington Institute, 2008 <https://headington-institute.org/files/vtmoduletemplate2_ready_v2_85791.pdf>.
- 31 Alcune di queste linee guida sono state adattate da Tumursukh, U., 'Regional Curriculum on Transforming Masculinities Towards Gender Justice: Foundational Knowledge for Action', Bangkok, Regional Learning Community in East and Southeast Asia, sostenuta dai Partner per la Prevenzione, 2013 <<http://www.partners4prevention.org/resource/regional-curriculum-transforming-masculinities-towards-gender-justice>>.



womensrefugeecommission.org



per ogni bambino

unicef.org