

MOTIVAZIONE

Luogo di vita 2: la mia famiglia

SLANCIO: LA MIA FAMIGLIA

Obiettivo

Valorizzare e approfondire il confronto in famiglia per cogliere i segni che motivano i passi quotidiani.

Contenuti

*“La famiglia è il motore del mondo e della storia. Ciascuno di noi costruisce la propria personalità in famiglia, crescendo con la mamma e il papà, i fratelli e le sorelle, respirando il calore della casa. La famiglia è il luogo dove riceviamo il nome, è il luogo degli affetti, lo spazio dell'intimità, dove si apprende l'arte del dialogo e della comunicazione interpersonale”
(Papa Francesco)*

La famiglia è un pilastro insostituibile, è un luogo in cui confrontarsi, migliorarsi e crescere. È il luogo in cui ricercare le motivazioni che muovono i nostri passi. Quanto sono importanti i momenti in famiglia? Quanto ci mancano quando siamo fuori? Sarà importante cercare questi momenti di condivisione, gustarli e sfruttarli appieno.

Attività

Attraverso il metodo dell'analisi SWOT proponiamo un esercizio pratico e semplice da svolgere in famiglia. L'attività si concentra sui quattro pilastri che caratterizzano l'analisi. L'analisi SWOT è perfetta per raccogliere informazioni e documentare le domande che ci hanno portato a prendere le nostre decisioni. Non solo sarà utile come riferimento in un secondo momento, ma è anche ottima per visualizzare eventuali tendenze che emergono.

Di seguito ti suggeriamo degli spunti di riflessione da utilizzare per ogni singola voce dell'analisi SWOT.

Punti di forza

Concentrati sugli aspetti che funzionano, su ciò che ti ha fatto stare bene, su episodi in cui hai trovato le giuste motivazioni.

Alcune domande da poter utilizzare per la riflessione in famiglia.

- Cosa facciamo bene?
- Cosa abbiamo di unico?
- Cosa ci dà la giusta forza e le motivazioni?
- Proviamo a raccontarci un episodio in cui abbiamo trovato delle motivazioni.

Punti di debolezza

Focalizzati su ciò che non è andato bene, su ciò che non ti fa star bene e che non ti dà serenità. Attenzione a focalizzarti sull'episodio e non sull'ostacolo.

- Cosa possiamo migliorare?
- Cosa ci manca?
- Proviamo a raccontare un episodio in cui le cose non sono andate come ci aspettavamo, un episodio dove non abbiamo trovato la motivazione per fare quel passo in più.

Opportunità

Prova a pensare a tutto ciò che ti circonda, concentrati su ciò che potrebbe essere di aiuto per te e per la tua famiglia. Parole, luoghi, occasioni, strade... Pensa sia alle opportunità perse, ma anche a quelle che potresti sfruttare.

- Cosa non abbiamo sfruttato?
- Quali sono i nostri obiettivi?
- Cosa potrebbe esserci di aiuto?
-

Ostacoli

L'ostacolo tante volte può essere un masso gigante, ma tante altre volte qualcosa di così talmente piccolo che nemmeno ce ne accorgiamo, ma che ha lo stesso effetto. Prova a pensare a tutti i tuoi fallimenti, alle tue stanchezze e concentrati sui perché, su cosa ha rallentato o fermato il tuo cammino.

- Ci sono stati dei cambiamenti?
- Cosa ci ha impedito in determinate circostanze di camminare insieme?
- Cosa rallenta il nostro cammino?

Infine si potrebbe consigliare ai giovanissimi di tirare delle conclusioni, magari insieme ai famigliari per progettare insieme i passi successivi. Questo esercizio potrebbe diventare un'abitudine di confronto per la valorizzazione del cammino dei giovanissimi con le rispettive famiglie. Potrebbe anche essere opportuno confrontarsi nel gruppo oppure singolarmente con l'educatore per cogliere i risultati dello slancio.

Materiali utili

Ai seguenti link puoi trovare degli approfondimenti sul metodo dell'analisi swot:

https://it.wikipedia.org/wiki/Analisi_SWOT

<https://asana.com/it/resources/swot-analysis>

PUNTI DI FORZA

PUNTI DI DEBOLEZZA

OPPORTUNITÀ

MINACCE