



## **SASSOU Efoe Mawuena Joseph**

Mediatore, esperto in educazione, comunicazione interculturale e multiculturalità. Vocazione Life Coach

Mail: [sassou.joseph@gmail.com](mailto:sassou.joseph@gmail.com)  
Tel. +393891871241

# IL VALORE SOCIALE E LA SENSIBILITA' INTERCULTURALE, I 30 DIRITTI UMANI UNIVERSALI COME PUNTO DI RIFERIMENTO

I 30 diritti umani universali ci orientano al "dover essere" verso il nostro ambiente, territori e popoli.

Tanto i territori sono diversi quanto diversi sono gli ambienti, che variano geograficamente e storicamente. Non appartengono al mondo assoluto delle idee, ma sono interconnessi alla realtà sociale: così variano anche i valori nelle società.

Un panorama su, la multiculturalità, l'interculturalità, le basi del modello dinamico di sensibilità interculturale.

# SENSIBILITA' INTERCULTURALE

## COMPETENZA INTERCULTURALE

- SAPERE CONCETUALE
- SAPERE PRATICO

## □ SAPERE CONCETUALE

Le procedure di routine che attiviamo per risolvere i problemi in modo rapido ed efficace in un contesto specifico. Le procedure sono legate a un contesto e sono considerate ottimali, pertanto non sono messe in discussione e diventano pratiche inconsce. Il nostro sentirsi competenti è praticamente legato a una realtà che conosciamo, nella quale abbiamo appreso e condiviso, in cui siamo cresciuti sia per età anagrafica, sia come individui.

## □ SAPERE PRATICO

Una competenza pratica è difficilmente trasferibile da un contesto a un altro (fisico, geografico, organizzativo e cognitivo) se non è accompagnato da un sapere concettuale, che implica la rappresentazione mentale del significato di una pratica o di una procedura, una comprensione del come e del perché essa funziona e almeno una vaga idea di quali potrebbero essere le possibili alternative. La trasferibilità del sapere pratico è quindi flessibilità.

**Linguaggio (parole):** il fatto di usare una lingua con più o meno vocaboli condiziona il nostro modo di percepire la realtà. Inoltre, a seconda delle parole che usiamo e al modo in cui le usiamo (cioè al modo di utilizzare il linguaggio) si manifesterà il nostro modo di percepire il mondo.

Un linguaggio povero o molto limitato riflette una percezione della realtà molto più scarsa rispetto all'utilizzo di un linguaggio ricco e preciso; quindi, il fatto di poter utilizzare un'ampia gamma di parole ci permette di percepire la realtà in maniera più dettagliata.

**Decisioni:** prendere una decisione significa impegnarsi a intraprendere un cammino verso un obiettivo e quindi appartarsi da qualsiasi altra possibilità. Aver preso una decisione ci limita nel momento in cui ci troviamo di fronte a qualsiasi altra opzione; per esempio, se abbiamo deciso di intraprendere una carriera professionale, l'opzione di iniziare un secondo percorso di studi risulterà improbabile; quindi qualsiasi opzione relativa ad altri studi non verrà valutata in quanto abbiamo già deciso quale carriera intraprendere e rimarremo concentrati su ciò che abbiamo deciso di studiare.

**Aspettative:** le aspettative costituiscono il risultato che speriamo di ottenere quando prendiamo una decisione e, solitamente, sono legate ai risultati ottenuti da esperienze passate o simili. Se i risultati ottenuti in precedenza grazie a una determinata decisione furono positivi, ci aspetteremo quasi con certezza che quel risultato si ripeta; se, invece, nutriamo aspettative negative tenderemo a non agire, negandoci la possibilità di esplorare nuove possibilità.

Se, per esempio, una persona si reca a un colloquio di lavoro con la certezza di essere selezionata, durante il colloquio sarà speranzosa e il suo atteggiamento sarà molto più aperto e risolutivo e aumenteranno le sue possibilità di ottenere il posto. Al contrario, se il suo atteggiamento è incline alla paura di non ottenere il posto, si mostrerà poco entusiasta e con poca motivazione, per cui sarà lei stessa con il suo atteggiamento a chiudersi le porte al mondo del lavoro.

Ricordi: quando si verifica un fatto emotivamente intenso, questo rimarrà registrato in modo dominante nei nostri circuiti neuronali, in modo che si stabilizzi e resti vivo nella nostra mente in modo permanente. In questo modo, i ricordi impressi nella memoria agiscono come un filtro ogni volta che dobbiamo prendere decisioni di fronte ad una situazione, e possono condizionare il nostro atteggiamento e i nostri comportamenti.

## FILTRI GENETICI NEURONALI:

La parte cosciente del nostro cervello ha la necessità di selezionare la molteplicità di informazioni che arrivano dall'esterno e per questo dispone di vari meccanismi che permettono di selezionare le informazioni da eliminare e focalizzare l'attenzione su quelle più importanti. Tali meccanismi seguono principi di:

**Generalizzazione:** a partire da una determinata esperienza, la mente tende a equipararla a esperienze simili; per esempio, se dopo una delusione amorosa si presenta una seconda o una terza delusione, la nostra visione delle relazioni potrebbe portarci a considerare che in amore le persone del sesso opposto siano tutte uguali; o se per esempio ceniamo in un ristorante per due volte consecutive e in entrambe le occasioni i piatti non sono stati di nostro gradimento, la nostra conclusione in merito sarà che il cuoco di quel ristorante è pessimo (anche se il menù riportasse venti piatti che non abbiamo provato).

La generalizzazione è uno dei processi di base e uno dei più utili di cui dispone il cervello per classificare le informazioni; l'inconveniente di questo meccanismo è che una volta che abbiamo tratto una conclusione, risulta difficile cambiare la propria opinione in situazioni posteriori, impedendoci così di ottenere nuove percezioni.

**Omissione:** la mente elimina informazioni che considera irrilevanti, in funzione della sua scala di priorità. Secondo la legge di Miller, il nostro lato cosciente può gestire solo “sette più o meno due” ( $7\pm2$ ) parti di informazioni simultaneamente, e di tali informazioni seleziona quelle a cui dedicare maggiore attenzione. Se da un lato questa omissione aumenti l’efficacia della nostra percezione, dall’altro fa in modo che molti aspetti della realtà ci passino letteralmente inosservati. Si elimina in questo modo la possibilità di ricevere informazioni dalla realtà esterna che invece altre persone, con differenti scale di priorità, probabilmente hanno potuto cogliere.

**Distorsione:** la distorsione è una rappresentazione della realtà in base a criteri che esistono solo nella nostra mente. Per esempio, se affrontiamo le situazioni con entusiasmo considereremo facile poter ottenere alcuni obiettivi che, al contrario, per una persona meno entusiasta, possono sembrare meno immediati da raggiungere. Una persona ottimista può pensare che la vita sia meravigliosa e, viceversa, un pessimista può pensare che la vita sia una sofferenza. Una visione distorta fa in modo che la realtà venga percepita in modo diverso da diverse persone.

## FILTRI ACQUISITI:

Sono quei filtri che acquisiamo durante la vita e che si generano in funzione della nostra esperienza e del nostro processo di apprendimento. Questi filtri contribuiscono, inoltre, notevolmente ad attribuire una determinata interpretazione alla realtà esterna. I filtri acquisiti riguardano le credenze, i valori, i linguaggi, le decisioni, le aspettative, i ricordi e i metaprogrammi. Data l'importanza di questi filtri nella PNL, è necessario esaminarli uno per uno.

**Credenze:** le credenze rappresentano le convinzioni personali secondo cui determinate cose siano indiscutibili; cioè una credenza rappresenta la propria certezza o convinzione sul significato o sulla veridicità di qualcosa. Le credenze non rappresentano un dato assolutamente certo, tuttavia risulta tale per chi ne è in possesso. Molte persone tendono a considerare le proprie credenze come indiscutibili e pertanto sperano che gli altri le condividano, senza essere coscienti del fatto che il sistema di credenze e valori è qualcosa di assolutamente personale e non sempre coincide con quello degli altri.

**Credenze motivatrici o potenziatrici:** sono quelle che ci spingono, ci stimolano o ci inducono a fare qualcosa, poiché sono basate sulla fiducia in noi stessi. Se ci consideriamo capaci di svolgere un compito, cercheremo qualsiasi modo per realizzarlo e, una volta realizzato, si affermerà in noi la fiducia nelle nostre capacità.

**Credenze limitanti:** sono quelle per cui dubitiamo delle nostre possibilità o che ci fanno credere incapaci di fare qualcosa. Se di fronte a qualsiasi compito crediamo di essere incapaci di realizzarlo, ci arrenderemo al primo tentativo o lo svolgeremo con poco impegno; il risultato sarà quindi scarso e in questo modo riaffermeremo in noi la convinzione di essere incapaci.

# IL VALORE

"Un valore è un concetto del desiderabile (auspicabile, augurabile), esplicito o implicito, che distingue un individuo o caratterizza un gruppo, che influenza la selezione tra modalità, mezzi e i fini d'azione possibili.

I valori variano storicamente e geograficamente perché non appartengono al mondo assoluto delle idee, ma sono interconnessi alla realtà sociale.

Inoltre, i valori possiedono

- Una dimensione **affettiva**: indicano il desiderabile. Sono interiorizzati dall'individuo e, se trasgrediti, producono in lui senso di colpa;
- Una dimensione **cognitiva** - percezione, immaginazione, memoria, tutte le forme di ragionamento, intesi funzionalmente come guida nel comportamento.
- Una dimensione **selettiva**: influenzano nettamente la capacità di scelta e l'orientamento dell'agire sociale.

**Valori:** i valori sono relativi alla nostra identità e si riferiscono a ciò a cui diamo importanza, costituendo i principi fondamentali con i quali ci identifichiamo e ai quali aspiriamo. Si considerano valori l'AMORE, la SICUREZZA, la TRANQUILLITÀ, la FELICITÀ, il RISPETTO, la GENEROSITÀ, la SEMPLICITÀ, ecc.

I nostri valori, a differenza delle nostre credenze, sono organizzati gerarchicamente, cioè, alcuni sono di primaria importanza e rappresentano quelli che vogliamo raggiungere prioritariamente nella vita; altri possiedono minore importanza, ma raggiungerli presuppone l'avvicinamento ai valori di maggiore importanza. Distinguiamo quindi:

**a)** Valori primari, riguardano valori come l'amore, la giustizia, la libertà, la felicità, la salute, ecc. e che denominiamo in questo modo perché segnalano ciò che generalmente consideriamo importante

**b)** Valori secondari, come il denaro, il lavoro, la tranquillità, la generosità, ecc. importanti in quanto fungono da ponte per accedere ai valori primari Distinguiamo anche:

**1)** Valori verso i quali si tende, cioè quelli che vogliamo raggiungere (felicità, amore, rispetto, salute, sicurezza, ecc.)

**2)** Valori dai quali si fugge poiché provocano sentimenti negativi (umiliazione, tristezza, passività, ecc.)

Conoscendo i nostri valori primari e la nostra gerarchia di valori, conosceremo ciò che ci conduce verso i nostri obiettivi e ciò che cerchiamo di evitare; potremmo quindi affermare che **il nostro destino è condizionato dai nostri valori: cambiando la nostra gerarchia di valori, potremo cambiare il nostro destino.**

I valori sono i desideri profondi del tuo cuore riguardo a come vuoi comportarti, come essere umano. I valori non riguardano ciò che vuoi ottenere o raggiungere: riguardano il modo in cui vuoi comportarti o agire abitualmente.

Esistono letteralmente centinaia valori diversi, ma non tutti saranno rilevati per te. Non ci sono “valori giusti” o “valori sbagliati”. È un po’ come i gusti in fatto di pizza. Se a te piace la prosciutto e funghi mentre io preferisco quella con tonno e cipolla, questo non significa che i miei gusti in fatto di pizza siano giusti e i tuoi sbagliati. Significa soltanto che abbiamo diversi.

Anche giocando a calcio o al basket o altri sport di gruppo, noi giochiamo in diversi posti o zone, ma non significa che siamo sportivi giusti o sbagliati, ma soltanto diversi.

## Connessione

Se vogliamo trarre il massimo da qualsiasi rapporto, dobbiamo connetterci: coinvolgerci, partecipare, essere pienamente presenti, essere consapevoli e aperti. Quando ci connettiamo pienamente con qualcuno o con qualcosa, il rapporto è molto più ricco rispetto a quando siamo disconnessi o “distratti”.

## Cura

Se non ci prendiamo cura, un rapporto ha ben poche speranze. Quando abbiamo e ci prendiamo veramente cura di un rapporto, il rapporto prospera. Ma se agiamo in modi che sono ostili, incuranti o distratti, il rapporto sfiorisce.

## Contribuzione

Per aiutare un rapporto a prosperare, dobbiamo contribuire; dare sostegno, aiuto, risorse, coltivare, prenderci cura, condividere. Se in un rapporto non diamo, soffrirà.

Come abbiamo dei gusti diversi, possiamo avere dei valori diversi.

Segna con M – molto importante, A – Abbastanza importante, P – poco importante

- 1 - **Abilità**: esercitare e migliorare continuamente le mie abilità e applicarmi pienamente nel loro utilizzo
- 2 – **Accettazione**: essere aperto e accogliente verso me stesso, gli altri, la vita ecc
- 3 - **Affidabilità**: essere affidabile; leale, fedele, sincero e qualcuno su cui si può contare.
- 4 – **Amore**: agire amorevolmente o affettuosamente verso me stesso e verso gli altri.
- 5 – **Apertura mentale**: Riflettere a fondo sulle cose, asservarle da altri punti di vista, soppesare i dati spassionatamente.
- 6 - **Assertività**: difendere rispettosamente i miei diritti e richiedere quello che voglio
- 7 - **Autenticità**: essere autentico, genuino, vero: essere fedele a quello che sono veramente
- 8 – **Autoconsapevolezza**: essere consapevole dei miei pensieri, delle mie emozioni e delle mie azioni.
- 9 – **Autocontrollo**: agire secondo i miei ideali
- 10 – **Avventura**: essere avventuroso e ricercare, creare e esplorare attivamente esperienze nuove e stimolanti.

11 – **Bellezza**: apprezzare, creare, curare o coltivare la bellezza in me stesso, negli altri e nell’ambiente.

12 – **Compassione**: agire con umanità nei confronti delle persone che soffrono

13 - **Conformità**: Rispettare regole e obblighi.

14 – **Connessione**: coinvolgermi pienamente in tutto quello che faccio ed essere pienamente presente con gli altri.

15 – **Contribuzione**: Contribuire, aiutare o fare una differenza positiva per me e per gli altri.

16 – **Cooperazione**: essere cooperativo e collaborativo con gli altri.

17 – **Coraggio**: essere coraggioso e audace; perseverare di fronte alla paura, alla minaccia o alla difficoltà.

18 - **Cordialità**: essere amichevole, socievole e piacevole con le altre persone.

19 - **Creatività**: essere creativo e innovativo

20 – **Cura di me stesso**: prendermi cura della mia salute e del mio benessere e soddisfare i miei bisogni.

21 - **Curiosità**: essere curioso, di vedute aperte e interessato; esplorare e scoprire.

22 – **Divertimento**: essere amante del divertimento: ricercare, creare e coinvolgermi in attività divertenti.

23 - **Eccitazione**: ricercare, creare e coinvolgermi in attività eccitanti, stimolanti o elettrizzanti.

24 - **Equità**: essere equo con me stesso e con gli altri.

25 - **Flessibilità**: adattarmi prontamente alle circostanze che cambiano.

26 – **Forma fisica**: mantenere e migliorare la mia forma fisica; prendermi cura della mia salute e del mio benessere fisici e mentali.

27 - **Generosità**: essere generoso, dare e condividere, con me stesso e con gli altri.

28 – **Gentilezza**: essere gentile, compassionevole, attento e premuroso verso me stesso e verso gli altri.

29 – **Giustizia**: sostenere la giustizia e la correttezza.

30 – **gratitudine**: essere riconoscente e apprezzare gli aspetti positivi di me stesso, degli altri e della vita.

31 – **Incoraggiamento**: incoraggiare e gratificare il comportamento che ritengo importante da parte mia e degli altri.

32 – **Indipendenza**: essere autonomo e scegliere il mio modo di fare le cose.

33 - **Intimità**: aprirmi, svelarmi e condividere, emotivamente e fisicamente nei miei rapporti personali stretti.

34 - **Libertà**: vivere liberamente; scegliere come vivere e comportarmi o aiutare gli altri altrettanto

35 – **Mindfulness**: essere consapevole, aperto e curioso verso la mia esperienza qui e ora.

36 - **Onestà**: essere onesto, sincero e fidato con me stesso e con gli altri.

37 - **Operosità**: essere operoso, impegnarmi con dedizione in quello che faccio.

38 – **Ordine**: essere ordinato e organizzato.

39 – **Pazienza**: attendere tranquillamente quello che desidero

40 – **perdonò**: perdonare me stesso e gli altri.

41 – **Perseveranza**: andare avanti con risolutezza, nonostante i problemi o le difficoltà.

42 – **Piacere**: creare e dare piacere a me stesso e agli altri.

43 – **Potere**: esercitare una forte influenza o autorevolezza sugli altri (ad esempio assumere il comando, guidare, organizzare).

44 - **Premurosità**: prendermi cura di me stesso, degli altri e dell’ambiente.

45 - **Reciprocità**: costruire relazioni nelle quali c’è un corretto equilibrio tra dare e avere.

46 - **Responsabilità**: essere responsabile e rendere conto delle mie azioni.

47 – **Rispetto**: avere rispetto per me stesso e per gli altri; essere civile, riguardoso e dimostrare considerazione positiva.

48 – **Romanticismo**; essere romantico; mostrare ed esprimere amore o profondo affetto.

49 - **Sensualità**: creare, esplorare e assaporare esperienze che stimolano i cinque sensi.

50 - **Sessualità**: esplorare e esprimere la mia sessualità.

51 – **Sfida**: continuare a stimolare me stesso a crescere, imparare e migliorare.

52 – **Sicurezza**: Proteggere, tutelare o garantire la sicurezza mia e degli altri.

53 - **Spiritualità**: connettermi con cose più grandi di me.

54 – **Supporto**: dare sostegno, aiuto, incoraggiamento e disponibilità a me stesso e agli altri.

55 – **Sviluppo personale**: continuare a crescere o a migliorare in termini di conoscenza, abilità, carattere o esperienza di vita.

56 – **Uguaglianza**: trattare gli altri come uguali a me stesso e viceversa.

57 - **Umiltà**: essere umile o modesto; lasciare che siano i miei risultati a parlare da sé.

58 – **Umorismo**: cogliere e apprezzare il lato umoristico della vita.

59 – **Altri che non sono stati citati**

# Cos'è il capitale sociale?

È la rete di relazioni basate sulla fiducia e la reciprocità che si sviluppano all'interno di una comunità, prescindendo dai legami familiari e di amicizia.

È una vera risorsa della società perché sono questi legami che permettono a persone estranee di raggiungere insieme **obiettivi** altrimenti difficilmente raggiungibili.

Ad esempio, nessun cittadino può singolarmente migliorare la qualità della vita della sua città, e neanche potrà riuscirci attivando solo la sua rete di amicizie e affetti. capitale sociale.

Attraverso i partenariati con il territorio (la scuola, l'università, le associazioni, le aziende agricole locali ECC... e il ristorante) crea occasioni di socializzazione tra soggetti differenti tra loro per esperienza e conoscenza, e investe ciascuno di una quota di responsabilità e partecipazione, auspicando il germogliare di nuovo capitale sociale.

# I principali temi dell'immigrazione

# **APOLIDE**

# APOLIDE

- L'apolide è una persona che non ha la cittadinanza di nessun paese (convenzione di New York del 1954 relativa allo status degli apolidi)
- In Italia si stima ci siano 15mila persone che non hanno la possibilità di studiare, di sposarsi, di lavorare, di avere dei documenti, dei diritti. In Europa sono 600.000.
- Il loro status è praticamente impossibile: a causa di procedure inaccessibili, infatti, solo 606 persone hanno uno status di apolidia riconosciuto in Italia. Gli altri sono totalmente invisibili.
- Molti figli nati da famiglie sfollate dalla ex Jugoslavia hanno ereditato la condizione di apolidia dai loro genitori o si sono ritrovati con una nazionalità incerta.

# UN MIGRANTE

# UN MIGRANTE

Viene utilizzato in maniera generica e generale per indicare il flusso di persone in fuga dal proprio Paese che arriva in un altro.

Il termine per la precisione indica chi decide di lasciare volontariamente il proprio Paese d'origine per cercare un lavoro e condizioni di vita migliori.

A differenza del rifugiato, **un migrante quindi non è un perseguitato nel proprio Paese e può far ritorno a casa in condizioni di sicurezza, senza nessun rischio.** Il Migrante ha quindi una connotazione più economica.

# IMMIGRATO

# Immigrato regolare / irregolare

- L'immigrato regolare risiede in uno stato con un permesso di soggiorno rilasciato dall'autorità competente.
- L'immigrato irregolare è una persona che:
  - è entrato in un paese irregolare evitando i controlli di frontiera;
  - è entrato regolarmente in un paese, per esempio con un visto turistico, ma ci è rimasto anche quando il visto è scaduto;
  - non ha lasciato il paese di arrivo anche dopo che questo ha ordinato il suo allontanamento dal territorio nazionale.

# IL CLANDESTINO

# Clandestino

In Italia si è clandestini quando pur avendo ricevuto un ordine di espulsione si rimane nel paese. Dal 2009 la clandestinità è un reato penale.

# Casi di espulsione

In casi particolari lo straniero extracomunitario, e cioè il cittadino di Stati non appartenenti all'Unione europea o l'apolide, può essere espulso dal territorio dello Stato con provvedimento del Ministro dell'interno o del Prefetto.

## **A - Espulsione per motivi di ordine pubblico o di sicurezza dello Stato.**

Il Ministro dell'interno può disporre l'espulsione dello straniero anche non residente nel territorio dello Stato per motivi di ordine pubblico o di sicurezza dello Stato.

## **B - Espulsione per immigrazione clandestina e altre condizioni soggettive**

**L'espulsione è disposta dal Prefetto quando lo straniero:**

- a) è entrato nel territorio dello Stato sottraendosi ai controlli di frontiera;
- b) si è trattenuto nel territorio dello Stato senza aver chiesto il permesso di soggiorno nel termine prescritto, salvo che il ritardo sia dipeso da forza maggiore, ovvero quando il permesso di soggiorno è stato revocato o annullato, ovvero è scaduto da più di sessanta giorni e non è stato chiesto il rinnovo;
- c) è abitualmente dedito a traffici delittuosi; per la condotta ed il tenore di vita deve ritenersi, sulla base di elementi di fatto, che viva abitualmente, anche in parte, con i proventi di attività delittuose; per il comportamento deve ritenersi, sulla base di elementi di fatto, che sia dedito alla commissione di reati che offendono o mettono in pericolo l'integrità fisica o morale dei minorenni, la sanità, la sicurezza o la tranquillità pubblica; appartiene ad associazioni di tipo mafioso, alla camorra o ad altre associazioni, comunque localmente denominate, che persegono finalità o agiscono con metodi corrispondenti a quelli delle associazioni di tipo mafioso.

# IL PROFUGO

# PROFUGO

- Quando leggiamo la parola profugo pensiamo a qualcuno che fugge. Da un Paese ... Profugo è chi cerca un nuovo posto in cui vivere: un futuro, un lavoro, una speranza, una nuova vita

Profugo è un termine generico che indica chi lascia il proprio paese a causa di guerre, invasioni, rivolte o catastrofi naturali.

- **Un profugo interno** non oltrepassa il confine nazionale, restando all'interno del proprio paese.

# RICHIEDENTE ASILO

# **Richiedente asilo Richiedente Protezione internazionale**

Un richiedente asilo è una persona che, avendo lasciato il proprio paese, chiede il riconoscimento dello status di rifugiato o altre forme di protezione internazionale.

Fino a quando non viene presa una decisione definitiva dalle autorità competenti di quel paese (in Italia è la Commissione centrale per il riconoscimento dello status di rifugiato), la persona è un richiedente asilo e ha diritto di soggiornare regolarmente nel paese, anche se è arrivato senza documenti d'identità o in maniera irregolare

# IL RIFUGIATO

# RIFUGIATO

- La condizione di rifugiato è definita dalla convenzione di Ginevra del 1951, un trattato delle Nazioni Unite firmato da 147 paesi. Nell'articolo 1 della convenzione si legge che il rifugiato è una persona che “temendo a ragione di essere **perseguitato** per motivi di razza, religione, nazionalità, appartenenza a un determinato gruppo sociale o opinioni politiche, si trova fuori del paese di cui ha la cittadinanza, e non può o non vuole, a causa di tale timore, avvalersi della protezione di tale paese”.
- Dal punto di vista giuridico-amministrativo è una persona cui è riconosciuto lo status di rifugiato perché se tornasse nel proprio paese d'origine potrebbe essere vittima di persecuzioni. Per persecuzioni s'intendono azioni che, per la loro natura o per la frequenza, sono una violazione grave dei diritti umani fondamentali, e sono commesse per motivi di razza, religione, nazionalità, opinione politica o appartenenza a un determinato gruppo sociale. L'Italia ha ripreso la definizione della convenzione nella legge numero 722 del 1954.

# Filtri Mentali

I FILTRI rappresentano un processo di distorsione cognitiva che permette alla mente di concentrarsi su determinati dati e ignorarne o ometterne altri. Si suppone che la mente umana percepisca 4 bilioni di impulsi nervosi al secondo, e che di questi siamo capaci di percepire in modo cosciente solo lo 0.00005%. I filtri dai quali passano i vari stimoli esterni, costituiscono il nostro modo di selezionare le informazioni provenienti dall'esterno e senza di essi saremmo incapaci di processare una quantità ingente di dati.

I filtri dei quali disponiamo sono di vario tipo:



**"Un valore è un concetto del desiderabile(auspicabile, augurabile), esplicito o implicito, che distingue un individuo o caratterizza un gruppo, che influenza la selezione tra modalità, mezzi e i fini d'azione possibili.**



I valori variano storicamente e geograficamente perché non appartengono al mondo assoluto delle idee, ma sono interconnessi alla realtà sociale.



Il sociologo e antropologo statunitense Clyde Kluckhohn, (1905-1960), tra i principali autori in materia, afferma che i valori si distinguono dalle preferenze perché indicano ciò che è desiderabile e non ciò che è desiderato, comportano cioè un dover essere.

Inoltre, i valori possiedono



- Una dimensione **affettiva**: indicano il desiderabile. Sono interiorizzati dall'individuo e, se trasgrediti, producono in lui senso di colpa;
- Una dimensione **cognitiva** - percezione, immaginazione, memoria, tutte le forme di ragionamento, intesi funzionalmente come guida nel comportamento.
- Una dimensione **selettiva**: influenzano nettamente la capacità di scelta e l'orientamento dell'agire sociale.

# LO SPIRITO DEL DONO E IL VOLONTARIATO



amore verso l'umanità o  
individualismo socialmente  
accettato?

# Volontariato come fatto sociale.

L'attività di volontariato, nella dimensione in cui corrisponda a un'attività autodeterminata e senza fini di lucro, porta con sé una presupposizione che collega il concetto di volontario al concetto di gratuità e disinteresse, il che rende il volontariato un fatto sociale universalmente accettabile, anzi, auspicabile.



Nella miriade di associazioni di volontariato che operano sul territorio, ufficiali o ufficiose, laiche o di stampo religioso, si trovano a operare oltre 6 milioni di volontari in tutta Italia; queste persone decidono di devolvere il loro tempo e spesso i loro soldi per un fine più grande: per aiutare gli altri. L' altruismo, inteso come inclinazione o amore verso il prossimo, è alla base dello spirito del volontario e permea le azioni del volontario stesso in maniera trasversale rispetto il suo raggio di operatività (sociale, sanitario, logistico, divulgativo, ausiliario, etc...).

# Perché faccio volontariato?

Personalmente svolgo attività di volontariato dal 2009, prevalentemente in ambito sanitario a favore dei senza fissa dimora e delle vulnerabilità sociali sul territorio, e la domanda che mi viene rivolta nella maggior parte dei casi è: << perché lo fai?>>. Come dico sempre nei corsi, il volontario deve avere un perché abbastanza forte per poter fronteggiare le inevitabili frustrazioni che il volontariato stesso a lungo andare può causare.

A questa domanda mi piacerebbe molto rispondere che lo faccio per il prossimo, oppure per Dio, per l'umanità, per la Patria o per la salvaguardia dei diritti umani; dal mio punto di vista tali risposte servono a edulcorare una realtà molto meno romantica, poiché personalmente ciò che faccio non lo faccio per nessun altro oltre che per me stesso, perché amo quello che faccio, mi diverto mentre lo faccio e mi sento appagato dal farlo. In virtù di questo principio, nonostante l'attività volontaria per definizione non sia un'attività remunerata, nei limiti del possibile la svolgo molto volentieri, non per salvare il mondo, piuttosto per arricchire me stesso e nel contempo aiutare chi ha bisogno di aiuto.

## Volontariato come “dono”

Il volontariato può essere inteso come una dinamica nella quale si dona il proprio tempo o le proprie risorse fisiche, economiche, morali o intellettuali e può essere ricondotto a un fenomeno sociale nel quale vi è un soggetto che dona un bene a un ricevente e apparentemente non riceve nulla in cambio.

# NAZIONI UNITE: DICHIARAZIONE UNIVERSALE DEI DIRITTI UMANI



## Introduzione

L'Organizzazione delle Nazioni Unite (ONU), nacque nel 1945 poco dopo la fine della seconda guerra mondiale.

Il suo scopo dichiarato è portare pace a tutte le nazioni del mondo. Dopo la seconda guerra mondiale, una commissione capeggiata da Eleanor Roosevelt, moglie del presidente degli Stati Uniti, Franklin D. Roosevelt, scrisse un documento speciale che “dichiara” i diritti che tutte le persone al mondo dovrebbero avere: la Dichiarazione Universale dei Diritti Umani. Oggi gli stati che fanno parte delle Nazioni Unite sono **192** e tutti vi hanno aderito in accordo con la Dichiarazione Universale dei Diritti Umani.

# NAZIONI UNITE: DICHIARAZIONE UNIVERSALE DEI DIRITTI UMANI



Dove Iniziano i Diritti Umani Universali?

- **“In piccoli luoghi, vicino a casa, così vicini e così piccoli che non si possono vedere su nessuna carta del mondo. Eppure si tratta del mondo della singola persona, il vicinato in cui vive, la scuola o università che frequenta, la fabbrica, la ditta o l’ufficio in cui lavora. Questi sono i luoghi in cui ogni uomo, donna e bambino cercano giustizia, opportunità e dignità uguali, senza discriminazione. A meno che questi diritti non abbiano un significato in questi ambiti, essi avranno poco significato altrove. Senza attività coordinate dei cittadini per far sì che questi diritti vengano seguiti nel proprio ambiente, cercheremo invano progressi nel più vasto mondo.”**
- Eleanor Roosevelt, moglie del presidente degli Stati Uniti, Franklin D. Roosevelt, e presidente della Commissione delle Nazioni Unite che nel 1948 scrisse la Dichiarazione Universale dei Diritti Umani.

# L'EMPATIA

# EMPATIA: CAPACITÀ BIOLOGICA E DA POTENZIARE

L'empatia è il legame tra due persone che permette di comprendersi a vicenda grazie a una buona comunicazione. Rappresenta la capacità di immedesimarsi e di capire i sentimenti e le percezioni dell'altro.

L'empatia ci permette di riconoscere le emozioni degli altri senza la necessità di essere d'accordo o di identificarsi con la sua situazione.

Essendo una capacità biologica, si relaziona ai circuiti neuronali specchio, la cui attivazione è automatica. Poiché si tratta di un'attività che si può imparare e potenziare possiamo affermare che:



La capacità risiede nel soggetto e per poterla sviluppare è necessario liberarsi dagli stereotipi e dai pregiudizi.



La capacità empatica è facilitata se si conosce direttamente la versione dell'altro, se lo si ascolta da vicino, senza pretendere risposte immediate, se si lascia spazio alla riflessione...è necessario, quindi, l'ascolto attivo.

# Comunicazione che blocca l'EMPATIA

COMUNICAZIONE CHE  
ALIENA DALLA VITA E DALLE  
PERSONE

I GIUDIZI MORALISTICI

FARE I PARAGONI

NEGARE LE PROPRIE  
RESPONSABILITA'

COMUNICARE I NOSTRI  
DESIDERI SULLA FORMA DI  
PRETESE

**QUANDO FAI QUESTO, CREA UN PROBLEMA PER ME, PER LA STRUTTURA E  
DI CONSEGUENZA A TE.**

## FARE I PARAGONI

Nella nostra vita accade spesso che ci confrontiamo con gli altri, nella maggior parte dei casi lo facciamo per osservare ciò che gli altri sono o hanno in più di noi, invidiandoli per ciò che ci manca. Generalmente il paragone non è costruttivo ma piuttosto negativo perché ci sminuisce e mette in evidenza le nostre mancanze.

Nel libro ***How to make yourself miserable***, DAN GREENBERG illustra in maniera umoristica il potere insidioso che un modo di pensare basato su paragoni può esercitare su di noi. Egli sostiene che, se i lettori hanno un sincero desiderio di rendere la propria vita infelice, allora possono imparare a paragonarsi agli altri.

## I GIUDIZI MORALISTICI

Implicano il torto o la cattiveria di quelle persone che non agiscono in armonia con i nostri valori. Incolpare, insultare, umiliare, etichettare, criticare, fare paragoni e diagnosticare tutti tipi di giudizi. Un mondo di giudizi è un linguaggio pieno di parole che classificano e creano dicotomie tra le persone e le loro azioni. Quando parliamo questo linguaggio, giudichiamo gli altri e il loro comportamento, ci preoccupiamo di decidere **chi è buono e chi è cattivo, chi normale e chi anormale, chi responsabile e chi irresponsabile, chi sveglio e chi ignorante.**

«il tuo problema è che sei troppo egoista – è pigra – hanno dei pregiudizi»

E' importante evitare di confondere i **giudizi di valore** con i **giudizi moralistici**. I giudizi di valore relativi alle qualità della vita – apprezzare l'onestà, la libertà o la pace. I giudici moralistici sulle persone e sui loro comportamenti che non rispecchiano i nostri giudizi di valore. Le analisi che facciamo sugli altri sono in realtà espressione dei nostri stessi bisogni e valori.

Classificare e giudicare le persone favorisce la violenza.

# NEGARE LE PROPRIE RESPONSABILITÀ

La comunicazione che aliena dalla vita offusca la nostra consapevolezza del fatto che ciascuno è responsabile dei propri pensieri, dei propri sentimenti e delle proprie azioni. Il nostro linguaggio offusca la nostra consapevolezza della responsabilità personale.

Neghiamo la responsabilità delle nostre azioni

*Ho pulito la mia stanza perché dovevo*

*Bevo perché sono alcolizzato*

*Ho mentito al cliente perché me lo ha chiesto il capo*

*Ho iniziato a fumare perché fumavano tutti i miei amici*

*Detesto lavorare, ma lo faccio perché sono un marito e un padre*

*Sono stato sopraffatto dal desiderio di mangiare un pacchetto di caramelle*

Possiamo sostituire al linguaggio che implica la mancanza di scelta al linguaggio che riconosce la scelta.

Siamo pericolosi quando non siamo consapevoli di essere responsabili del nostro comportamento, dei nostri pensieri e sentimenti.

# COMUNICARE I NOSTRI DESIDERI SULLA FORMA DI PRETESE

Una pretesa, in modo esplicito o implicito, minaccia coloro cui è rivolta, i quali saranno puniti con sensi di colpa o altre punizioni se non si conformano ad essa.

E' una forma di comunicazione assai comune nella nostra cultura, soprattutto tra coloro che detengono posizioni di autorità.

# L'ascolto attivo

L'ascolto attivo è la risorsa più importante che una persona dovrà sfruttare durante il processo di Orientamento e di ascolto.

Attraverso l'ascolto attivo si cerca di comprendere il messaggio nella sua totalità, dal punto di vista dell'interlocutore. A livello pratico, consiste nello sforzo fisico e intellettuale che permette di decifrare il messaggio e di interpretarlo correttamente.

L'ascolto attivo si caratterizza per la capacità di captare e riflettere il contenuto del messaggio (ciò che il nostro interlocutore ci vuole comunicare) e i sentimenti e le emozioni implicate (il modo in cui vengono comunicati i contenuti) in maniera adeguata e nella loro totalità .