

Convegno Accreditato ECM

“Il Codice Lilla”

14 marzo 2018

Titolo Intervento: “*Volontariando*”

Relatore: **Dssa Francesca Livrieri, Psicologa**

Ho conosciuto l'Associazione Perle imbattendomi casualmente nella lettura del loro libro “*infinite sfumature di Lilla*”.

Quello che mi colpì fu scoprire come l'Associazione era nata: dal dolore che era diventato la chiave di volta e si era trasformato in qualcosa di positivo. Rimasi molto colpita anche dai racconti dei volontari che, con umiltà e in maniera genuina, raccontavano la loro esperienza a Perle. Fu proprio a partire da questi racconti che nell'estate del 2017 decisi di bussare alla porta dell'Associazione e diventarne volontaria. Ciascuno di noi conosce il significato manualistico del termine volontario, ossia “*colui che presta la propria attività, in virtù di una libera scelta, al fine di portare giovamento alla comunità*”.

Tuttavia è bene porre l'attenzione ad alcune componenti fondanti anche la figura del volontario: da una parte è necessaria un'adeguata formazione specifica, a prescindere dal background professionale di provenienza, rispetto al contesto in cui si andrà a fornire il proprio aiuto. Dall'altra parte è altresì di fondamentale importanza la capacità di mettersi in relazione con l'altro in maniera empatica; soprattutto il riuscire a fare quello che i greci chiamavano “*epochè*”, cioè sospendere il giudizio, sia etico sia morale, nei confronti dell'altro che muove una richiesta d'aiuto. Tali componenti possono essere considerate alla base dell'accettazione e dell'accoglienza delle persone che muovono una richiesta d'aiuto.

Non appena entrata a far parte dell'Associazione mi è stata data l'opportunità di partecipare al Corso di Perfezionamento: “*le buone pratiche nel trattamento dei disturbi del comportamento alimentare: modelli organizzativi e paradigmi teorici*” organizzato dalla USL Umbria1 e dall'associazione “mi fido di te” di Todi. La mia primissima attività come volontaria è stata di partecipare alla giornata “Volontari al Centro”, evento promosso dalla delegazione Cesvot di Grosseto, in cui è stata data la possibilità a tutte le associazioni della provincia di farsi conoscere dal territorio. Inoltre ho potuto affiancare Psicologhe e Nutrizioniste nel progetto Triennale “*Per-le Scuole*” di sensibilizzazione e prevenzione dei Disturbi del Comportamento Alimentare nelle scuole secondarie di primo grado di Grosseto. Due degli ultimi moduli presentati ai ragazzi sono stati “*musica e cibo*” e “*la linea del tempo: cibo emozioni e corpo*”. Nel primo modulo si facevano

ascoltare alcune canzoni di cartoni animati e si chiedeva loro di associare uno dei cinque pasti principali e un cibo. Questo perchè dalla letteratura scientifica si evince che alcuni generi musicali incidono sulla preferenza di taluni cibi. Nel secondo modulo invece si chiedeva ai ragazzi di ricordare tre eventi di vita, risalenti a tre periodi diversi, associati al cibo. Quest'ultima consegna è servita per osservare sia come cibo ed emozioni si associano, sia come taluni eventi vengono ricordati anche a distanza di molto tempo. Infine ho potuto apportare il mio contributo con il sostegno in attività fisiche pomeridiane per una persona con un Disturbo del Comportamento Alimentare.

Oltre alla formazione specifica e al supporto nelle varie attività, diventare volontaria di Perle ha significato entrare a far parte di un gruppo e quindi di potermi sperimentare e di conoscere molteplici punti di vista. Ho potuto comprendere e apprendere infine come la coesione del gruppo permette all'Associazione di vivere. A conclusione del convegno ho riportato una frase di E. Fromm tratta da *"l'arte di amare"*: *“Dare è la più alta espressione di potenza. Nello stesso atto di dare, io provo la mia forza, la mia ricchezza, il mio potere. Questa sensazione di vitalità e di potenza mi riempie di gioia. Mi sento traboccante di vita e di felicità. Dare dà più gioia che ricevere, non perché è privazione, ma perché in quell’atto mi sento vivo”*. Il significato di questa frase mi ricorda molto quello che lessi nel libro *"infinite sfumature di lilla"* e che mi portò ad avvicinarmi all'Associazione. Da ultimo posso dire allo stesso modo rappresenta quello che, nel mio piccolo, ho fatto, faccio e continuerò a fare.