



Associazione di Promozione Sociale

CoAbitare

www.coabitare.org

“La mia esperienza è stata che quando le persone imparano a mantenere l’attenzione sui bisogni, le differenze e le difficoltà che le separano possono essere risolte in modi reciprocamente soddisfacenti. Mantenendoci focalizzati sui bisogni, impariamo a esprimerli con chiarezza e a capire quelli degli altri, senza aver bisogno di ricorrere a un linguaggio che dia torto o la colpa a nessuno.” Marshall B. Rosenberg

PROVE DI COHOUSING

Percorso facilitato alla formazione di un gruppo di coabitanti

Premesse: In seguito ai numerosi incontri informativi organizzati dall’associazione CoAbitare sui temi dell’abitare collaborativo, nell’ottica di accompagnare la realizzazione concreta di progetti di cohousing, abbiamo pensato possa essere utile esercitarsi sulla formazione e il consolidamento di gruppi di persone che aspirano ad sperimentare formule abitative improntate alla solidarietà.

Le esperienze dell’associazione CoAbitare evidenziano come, nonostante le buone intenzioni, i gruppi tendano velocemente a sciogliersi nel momento in cui si trovano a confrontarsi su bisogni e aspettative che spesso sono diversi e non sempre condivisi. Come possiamo allenarci al fine di raggiungere quelle competenze relazionali che ci possano essere utili? Come mettere insieme risorse di ciascuno? Come arrivare ad armonizzare i nostri bisogni con quelli degli altri del gruppo? Come rendere esplicite le aspettative nascoste? Come costruirci oggi piccole comunità dove la solidarietà e la condivisione incontrino i nostri bisogni personali?

Per provare a rispondere a queste domande e individuare strumenti che ci aiutino a comprendere se il cohousing fa per noi, proponiamo un workshop di 3 incontri formativi “facilitati”.

Obiettivi del percorso

- Offrire in modo esperienziale degli strumenti che il singolo potrà usare nel momento in cui si troverà in un gruppo che condivide l’intento coabitativo
- Confrontarsi sulle aspettative dei singoli ed allenarsi a creare un progetto realizzabile per tutti

- Condividere le proprie paure e dubbi per trovare soluzioni e forza all'interno del gruppo
- Esercitarsi a mettere in comune le proprie esperienze e competenze per il raggiungimento di un obiettivo, tenendo in considerazione le esigenze e le diversità di ognuno
- Provare a sperimentare il metodo del consenso in un contesto protetto.

Cosa: un workshop formativo di n. 3 incontri - della durata di 2 ore ciascuno dalle ore 18:00 alle ore 20:00.

Gli incontri sono riservati ai soci dell'associazione CoAbitare (ci si può iscrivere al momento). E' richiesto un contributo di € 5,00 ad incontro - da pagare in un'unica rata - per coprire le spese per la realizzazione del workshop.

Si richiede la preiscrizione per motivi organizzativi tramite la compilazione del modulo al seguente link:

<https://docs.google.com/forms/d/1EgM2swmgQHWcG4OspdcTENL7KRqNWpW7UBmLSFi0fFY/edit>

Quando: 7 -21 maggio, 4 giugno 2018 dalle ore 18:00 alle ore 20:00

Dove: Laboratori di barriera, Via Baltea 3.

Primo incontro: VALORI E ASPETTATIVE

Perchè vivere in un cohousing? Cosa ci si aspetta da un progetto del genere? Quali sono le motivazioni che mi hanno spinto a partecipare? Cosa mi aspetto dagli altri partecipanti?

Secondo incontro: DUBBI, PAURE, CONFLITTI

Cosa mi frena nell'aderire ad un possibile progetto? Ho paura che non siano rispettati i miei spazi? ho paura di non avere sufficiente denaro? Ho paura di impegnarmi a vita? E se poi non andassimo d'accordo? E se poi le cose cambiassero?

Terzo incontro: PATTI CHIARI E CONDIVISI

Ciascun *nucleo avrà il proprio spazio privato e tutti concorrono alla gestione degli spazi comuni. Quanto e come ciascuno intende farlo?* Cosa mettiamo in comune? Come vogliamo farlo?

Quali competenze porto al gruppo? Quali qualità devo allenare per favorire una convivenza costruttiva?