

L'importanza del setting nelle dinamiche di gruppo

di Pascal Marino

Nelle dinamiche di gruppo l'accezione "dinamica" indica un movimento che avviene nell'interazione tra i componenti del gruppo all'interno di un ambito spazio-temporale.

Prima ancora di individuare quali tipologie di dinamiche gruppali possono presentarsi all'osservazione è importante essere consapevoli del ruolo giocato dall'ambiente e di come prepararlo in funzione degli obiettivi che ci si è dati.

In questo caso utilizzeremo il termine "setting" per definire l'ambiente di cui stiamo parlando.

Il setting è paragonabile ad una casa nel senso che a seconda delle sue caratteristiche agirà sulle persone che vi soggiornano all'interno influenzandone i comportamenti, i pensieri, le emozioni e ovviamente le relazioni.

Questa analogia con la casa non è casuale perché generalmente si parla di setting quando si vuole indicare un ambiente strutturato e destinato ad accogliere una o più persone, sentendosi a proprio agio, come avviene quando si accoglie qualcuno a casa propria.

Se ad esempio la nostra casa ha una struttura debole, poco definita, eccessivamente scricchiolante, sarà molto difficile che ci sentiamo a nostro agio, sicuri e protetti.

All'opposto se la sua struttura è di quelle molto pesanti, con le pareti di cemento armato e i muri portanti molto duri, allora ci trasmetterà una sensazione di oppressione, di chiusura e di non adattabilità alle nostre esigenze contingenti.

Tra queste due caratteristiche estreme ed opposte esiste una terza che ne rappresenta la sintesi: robustezza e flessibilità. In questo modo la nostra casa sarà accogliente, adattabile e allo stesso tempo ci trasmetterà calore e protezione.

Passiamo ora a identificare le componenti che caratterizzano il setting e che si possono raccogliere in tre sottogruppi che sono: lo spazio sensoriale, lo spazio temporale e lo spazio umano.

Lo spazio sensoriale comprende:

- il luogo e cioè la stanza o il salone;
- le suppellettili, i mobili, gli strumenti dell'animazione;
- I suoni, la luce e i colori, gli odori, la temperatura;

Lo spazio temporale comprende:

- l'orario, il giorno, il mese;
- i tempi di esecuzione, la durata, le pause;

Lo spazio umano comprende:

- i partecipanti all'attività, l'animatore, le asa, i parenti;
- il modo nel quale le persone sono disposte nello spazio;
- lo stato psico-fisico di ogni singolo partecipante;
- le relazioni che intercorrono tra i presenti.

Lo spazio sensoriale

Lo spazio sensoriale, lo dice l'aggettivo stesso, è quello che riguarda le attività dei cinque sensi. Quando entriamo in una stanza mettiamo in azione il nostro sistema visivo osservandone la costituzione e il contenuto, e facendo anche una valutazione degli spazi. Contemporaneamente ne percepiamo i suoni o i rumori, gli odori presenti in quel momento, la luminosità ed i colori presenti e la temperatura. Tutte queste informazioni vengono elaborate e trasformate poi in sensazioni.

Immaginiamo di entrare in una stanza piccola, dalle pareti grigie, con il soffitto basso, la luce al neon, con le finestre piccole e sporche, le suppellettili in disordine, una temperatura bassa, un odore di "chiuso" o di stantio: che cosa ci trasmetterà un ambiente del genere? Molto probabilmente ci sentiremo a disagio, con un senso di costrizione e di soffocamento.

Proviamo ad immaginarci una situazione opposta all'estremo e cioè un ambiente molto grande, con i soffitti altissimi, le pareti di cartongesso dai colori sgargianti, con dei finestrone da cui entra una luce abbagliante, con le porte grandi e spalancate, un odore intenso e persistente, con i rumori della superstrada che ci giungono molto chiari e le voci delle persone che rimbombano chiassosamente. Come ci sentiamo? A differenza dell'esempio precedente in questo caso i nostri sensi saranno iperstimolati al punto che avremo serie difficoltà a trovare dei punti di riferimento che ci fanno sentire accolti e sicuri.

Tra queste due situazioni estreme possiamo immaginarci un ambiente dalle giuste dimensioni rispetto al numero di persone presenti, con delle pareti solide, dai colori tenui, magari con appeso ad esse qualche quadro o stampa, con un soffitto dell'altezza giusta. In questa stanza c'è un odore leggero e piacevole di pulito, le finestre sono ampie e l'illuminazione adeguata ai nostri occhi, le suppellettili sono disposte ordinatamente, non si sentono rumori molesti provenire dall'esterno e le voci delle persone presenti giungono ai nostri orecchi in maniera indistinta, la porta d'ingresso è a due battenti e viene chiusa quando tutti quanti sono arrivati. Eccoci in presenza di un ambiente equilibrato che ci trasmette accoglienza, sicurezza, agio e nel quale abbiamo dei punti di riferimento chiari, definiti: possiamo allora sederci e rilassarci piacevolmente nell'attività di animazione.

Non esiste uno spazio sensoriale adatto in senso assoluto perché esso va adattato alle variabili del momento. La cosa importante da tenere presente è che se gli stimoli dell'ambiente tengono occupati i sensi dei partecipanti, questo si ripercuoterà in senso negativo sull'attenzione verso l'attività che si svolge in quel momento.

Lo spazio temporale

Il tempo cronologico è un elemento importante se si vogliono mantenere chiari e ben visibili i confini di un'attività, qualunque essa sia. Anche in questo caso l'obiettivo principale è quello di dare un senso di sicurezza e di stabilità che si può anche tradurre con la parola "orientamento".

Per fare questo bisogna rispettare gli orari concordati preventivamente, sia per l'inizio, sia per il termine dell'incontro. Capita infatti spesso, nelle attività di animazione, che l'orario d'inizio slitti in avanti di un quarto d'ora e anche di più, oppure che la conclusione avvenga in maniera sfilacciata, poco definita, magari perché qualche ospite ha iniziato ad andare via. E' vero che bisogna adattarsi alle esigenze del momento, ma una volta che si è verificata l'ora in cui generalmente si può iniziare e quella alla quale si può concludere, è meglio mantenere fisso l'orario cercando di far capire ai partecipanti in modo chiaro e inequivocabile quando si sta iniziando e quando invece si sta finendo una attività.

Anche rispetto al giorno della settimana o alla cadenza mensile, vale lo stesso discorso. All'interno dell'attività vanno calcolati bene i tempi di esecuzione che possiamo suddividere in: fase di warm-up, o riscaldamento, nella quale si può prevedere un rituale; la fase di spiegazione dell'attività; la fase di esecuzione; la fase conclusiva, anch'essa con un rituale.

I rituali possono essere i più vari e vanno dal semplice saluto ai partecipanti fino ad una microattività semplice e ripetitiva.

A tutte queste fasi vanno integrati dei tempi dedicati all'ascolto, o più semplicemente con degli spazi ricettivi. Soprattutto con l'utenza degli anziani, i cui tempi di comprensione ed elaborazione della risposta sono spesso rallentati, è importante non avere fretta e lasciare dei puntini di sospensione laddove si desidera il loro intervento. La pausa è importante tanto quanto l'azione: si deve cercare di gestire entrambi in maniera equilibrata a seconda delle esigenze proprie e del gruppo.

Bisogna anche ricordarsi che il tempo cronologico, cioè quello scandito dalle lancette dell'orologio, è diverso dal tempo biologico, cioè da quello vissuto interiormente da ogni partecipante. Per semplificare questi due concetti è sufficiente pensare a quanto velocemente scorra il tempo quando siamo immersi in una attività e quanto invece esso sia rallentato quando ci annoiamo. Per questo motivo è importante, quando siamo noi a condurre l'attività, avere sempre a disposizione un orologio che ci aiuterà ad orientarci sui tempi di esecuzione dell'attività.

Il tempo gestito in questo modo è un potente alleato dell'animatore in quanto, sebbene sia invisibile, pone dei confini al gruppo, sostenendolo e contenendolo allo stesso tempo, e aiuta il conduttore dell'attività a mantenere l'orientamento temporale.

Lo spazio umano

Gli ospiti anziani, l'animatore, le asa, i parenti e più in generale le persone presenti all'animazione rappresentano gli elementi di ciò che definisco "spazio umano".

Se abbiamo bisogno di un setting strutturato è buona norma fare in modo che tutte le persone presenti all'attività siano le stesse e in modo particolare quelli che partecipano attivamente all'incontro. Una persona estranea al setting che entra ed esce dalla stanza è una sicura fonte di distrazione e se dobbiamo evitare che ciò accada possiamo intervenire chiudendo la porta oppure chiedendo alla persona stessa di non fare avanti e indietro.

La stessa regola vale per l'animatore che deve essere sempre lo stesso per quella specifica attività e per gli ospiti partecipanti. Un setting del genere serve a gestire i gruppi medio-piccoli quando l'attività animativa richiede attenzione e concentrazione da parte di tutti, e quando vogliamo lavorare con le persone su un piano individuale più profondo.

Il vantaggio, per l'animatore, sarà quello di poter osservare e rilevare il grado di partecipazione dei singoli oltre che la qualità del loro intervento. Per gli ospiti invece sarà più facile, avendo dei punti di riferimento costanti, lasciarsi coinvolgere dall'attività.

Per i grandi gruppi e per le attività ludico-ricreative (tombola, feste varie, etc.) un setting così strutturato è difficilmente realizzabile e soprattutto non avrebbe un particolare impatto sulla realizzazione degli obiettivi.

Ma lo spazio umano comprende anche la disposizione spaziale dei partecipanti. Una disposizione frontale per file risulta utile se si vuole catalizzare l'attenzione sull'animatore e se si desidera fare una attività che coinvolga l'ospite in forma intima e personale.

Una disposizione in cerchio o a ferro di cavallo permetterà agli ospiti di vedersi, di interagire tra di loro, di sentirsi parte di un gruppo con i partecipanti sullo stesso piano d'importanza e l'animatore, poiché questa disposizione promuove gli scambi e le relazioni, non sarà l'unico punto di riferimento dell'attività. Quest'ultima disposizione è quella che preferisco, all'interno di gruppi di dimensioni medio-piccole, perché nelle Rsa la relazione tra gli ospiti è spesso assente o conflittuale.

Ed eccoci di fronte al terzo elemento dello spazio umano: quello delle relazioni tra i partecipanti presenti.

Chi si occupa di animazione di gruppo nelle Rsa avrà notato che gli ospiti tendono ad avere delle preferenze sulla persona di fianco alla quale stare, oltre al fatto che in genere occupano sempre la stessa posizione nel gruppo. Questo particolare ci dà una indicazione sulla qualità della relazione che intercorre tra gli ospiti che tradotta in parole suona più o meno così: vicino a me voglio le persone con cui vado d'accordo, mentre quelli con cui ho problemi relazionali devono starmi lontano.

Ma questo discorso vale anche per l'animatore e per le altre persone presenti all'animazione. Se ad esempio l'animatore ha una relazione conflittuale con un ospite, e questo può accadere, la presenza di quest'ultimo all'attività di animazione può avviare una relazione che catalizza l'attenzione del gruppo e l'energia dell'animatore sulla gestione del conflitto.

Spesso l'animatore non ha potere decisionale sulla presenza degli ospiti, però se è consapevole della possibilità di una relazione conflittuale con un ospite, come anche con un asa o un parente, dovrà fare in modo che ciò non avvenga.

Gli eventuali conflitti, in particolare quelli con il personale sanitario e con i parenti, vanno tassativamente risolti al di fuori del setting di animazione.

Infatti un gruppo di persone che assiste ad una scaramuccia verbale si sentirà a disagio oppure prenderà spunto da questa per litigare con qualcuno. Il ruolo dell'animatore durante gli incontri rimane sempre quello di dedicarsi agli ospiti e in quel momento deve mettere da parte i suoi problemi relazionali.

L'ultimo aspetto dello spazio umano è quello dello stato di salute psico-fisico del singolo che determina in buona parte la qualità e il tipo di relazione che egli stabilirà con gli altri.

E' assodato che quando non si sta bene fisicamente si ha la tendenza a voler stare per conto proprio e che il malessere occupa buona parte della nostra attenzione. Non parliamo poi del disagio psichico che altera notevolmente l'interpretazione della realtà e rende più difficile l'orientamento all'interno di questa. Uno stato di malessere del genere incentiva i rapporti conflittuali perché il fatto di sentirsi fragili e vulnerabili alza di molto il livello di guardia e di aggressività.

Gli ospiti delle case di cura sono spesso soggetti a questa condizione di malessere e va tenuto in conto a fronte di attività che richiedono un ambiente sereno e di collaborazione. Inoltre vanno tenuti in conto i livelli delle facoltà cognitive dei partecipanti. Se l'attività prevede la lettura e il commento delle notizie sul giornale è inutile che siano presenti all'attività degli ospiti fortemente compromessi sotto il profilo cognitivo.

In linea di massima le attività a componente prevalentemente intellettuale e verbalizzante sono destinate agli ospiti poco compromessi dal punto di vista psicologico e cognitivo, mentre per le persone cognitivamente compromesse sono più adatte le attività a prevalenza non-verbale (con musica e suoni, con immagini, con movimento fisico, di tipo sensoriale).

Conclusioni

Abbiamo visto in queste pagine le componenti del setting di animazione analizzandone alcune caratteristiche in relazione agli obiettivi e al tipo di attività. Sebbene non esistano degli schemi preconfezionati da applicare ad ogni situazione, possiamo utilizzare le informazioni acquisite per creare una struttura adatta agli obiettivi che ci poniamo di volta in volta.

La riuscita o meno del nostro intervento può anche dipendere dal setting nel quale avviene. I fattori che determinano la solidità del setting sono principalmente la costanza e la semplicità perché il messaggio che si vuole trasmettere deve essere recepito in modo molto chiaro e rapido.

Una volta che avremo costruito la nostra struttura e che le persone si saranno ambientate potremo rilevare con più facilità le dinamiche di gruppo e sfruttarle per realizzare i nostri obiettivi all'interno delle attività che proponiamo.

Le altre due caratteristiche fondamentali del setting sono la solidità e la flessibilità, proprio come lo sono le canne del bambù.