



Percorso Autonomia nelle Relazioni

Crescere insieme, passo dopo passo

Autonomia nelle Relazioni è un percorso annuale che accompagna giovani adulti nella costruzione della propria autonomia personale e relazionale. Grazie a weekend tematici, laboratori cognitivi, momenti esperienziali e il coinvolgimento delle famiglie e della rete territoriale, il progetto offre uno spazio protetto e stimolante in cui sperimentare, riflettere e crescere insieme.



Un progetto che nasce dall'ascolto

Autonomia nelle Relazioni nasce nel 2023 dall'incontro tra la Fondazione e le famiglie dei ragazzi che, negli anni, sono cresciuti all'interno dei suoi percorsi educativi e terapeutici. Questi giovani, ormai adulti, hanno espresso il desiderio di avere uno spazio in cui continuare a crescere, potersi confrontare e sperimentare nella costruzione della propria autonomia e delle proprie relazioni.

Da questo dialogo è nata l'idea di un percorso che mettesse al centro la persona e la sua capacità di muovere passi nuovi: piccoli ma significativi, verso la gestione di sé, delle proprie scelte e dei legami con gli altri. L'obiettivo non è "insegnare" l'autonomia, ma crearla insieme, in un contesto accogliente e stimolante, dove si può sperimentare, riflettere e provare nuovamente.

Dall'ascolto di queste esigenze è nata l'idea di sperimentare un percorso innovativo, capace di mettere in dialogo competenze diverse e approcci complementari.

Si è così formato un gruppo di lavoro composto da educatori, psicomotricisti, logopedisti, ergoterapisti, pedagogisti e altri professionisti, tutti accomunati da una base metodologica condivisa, quella del metodo Feuerstein e da un'attenzione particolare alla persona nella sua globalità.

Una rete di persone e fondazioni che collaborano

Il progetto è il frutto di una collaborazione viva tra diverse realtà del territorio, che condividono la stessa visione: costruire insieme percorsi di crescita e partecipazione per i giovani e le loro famiglie.

Il Progetto nasce anche grazie alla collaborazione con Atgabbes, una realtà attiva da anni nel sostegno alle persone con disabilità e alle loro famiglie. Atgabbes promuove percorsi di partecipazione, consapevolezza e autodeterminazione, valorizzando le competenze di ciascuno. Grazie alla collaborazione con Donatella Oggier-Fusi, il progetto ha potuto contare su un impianto metodologico solido e ha preso forma come un'esperienza continuativa e personalizzata, centrata sulla crescita relazionale e sull'autonomia quotidiana.

I weekend si svolgono nella cornice di Ca.Stella Farm, a Meride. Questo è stato possibile grazie alla collaborazione con la Fondazione Mains dans les Mains. Ca.Stella





Farm è un luogo immerso nella natura, che unisce accoglienza, sostenibilità e inclusione. È uno spazio ideale per vivere esperienze di autonomia concreta: gestire gli spazi comuni, cucinare insieme, prendersi cura dell'ambiente e condividere la vita quotidiana.

Le basi teoriche del progetto

Il Progetto Autonomia nelle Relazioni si fonda su basi teoriche condivise, che guidano la progettazione delle attività e la costruzione dei percorsi con i ragazzi.

Una delle radici più importanti è il Metodo Feuerstein, sviluppato dallo psicologo israeliano Reuven Feuerstein. Questo approccio parte dall'idea che ogni persona è modificabile e può potenziare le proprie funzioni cognitive attraverso esperienze di apprendimento mediato. Il mediatore non si limita a fornirci informazioni, bensì filtra e organizza gli stimoli: aiuta a mettere insieme ciò che percepiamo, a trovare connessioni tra le cose nuove che incontriamo e quelle che già conosciamo. Inoltre, il mediatore ci aiuta a dare significato a quello che impariamo: non si tratta solo di conoscere fatti, ma anche di capire perché quelle cose sono importanti per noi, come possono influire sulla nostra vita o come ci fanno sentire. Un altro compito del mediatore è quello di stimolare la nostra curiosità e il nostro interesse. Ci sprona a voler scoprire di più, a non fermarci davanti alla difficoltà, ma a cercare risposte e soluzioni. In altre parole, il mediatore ci aiuta a diventare più consapevoli di ciò che percepiamo, e a comprendere meglio i nostri pensieri, come se ci aiutasse a "pensare su come pensiamo". Questo processo si chiama metacognizione, ed è fondamentale per imparare a riflettere su ciò che apprendiamo e su come affrontare le sfide quotidiane.

Nel progetto, il metodo viene applicato per rafforzare la consapevolezza dei propri processi mentali, la capacità di pianificare, di gestire l'impulsività e di analizzare le situazioni sociali, in modo da rendere i ragazzi più autonomi anche nelle relazioni.

"Non esiste un limite all'apprendimento, se esiste un contesto che crede nelle possibilità di cambiamento." – R. Feuerstein

Un altro riferimento fondamentale è il lavoro di Barbara Lana, in particolare il suo testo sulla progettazione e l'autodeterminazione¹. L'autrice propone un modo nuovo di pensare alla crescita come a un processo in cui la persona diventa protagonista della propria vita, imparando a definire obiettivi, prendere decisioni e orientarsi nelle scelte. Questa visione ha ispirato la struttura del progetto, che accompagna i ragazzi nel riconoscere i propri desideri, trasformarli in obiettivi e costruire percorsi per raggiungerli, sempre in relazione con gli altri e con la realtà che li circonda.

Come funziona il progetto

Il progetto coinvolge gruppi di 6-8 ragazzi, selezionati in base a criteri di compatibilità e complementarietà, per creare un gruppo equilibrato e cooperativo. Il percorso ha una durata minima di nove mesi e prevede un incontro al mese, nella formula di weekend residenziale presso Ca.Stella Farm, da venerdì sera a domenica dopo pranzo.

Ogni weekend è dedicato a un tema specifico legato all'autonomia nelle relazioni. Tra i temi affrontati ci sono: comunicazione, bisogni, autodeterminazione, mappa delle relazioni, saper chiedere aiuto, come scegliere a chi rivolgersi, definire un obiettivo, partecipazione e gestione dei conflitti, e tanti altri.

Le tematiche vengono definite in maniera puntuale in base al gruppo che partecipa e vengono di volta in volta riadattate in base al weekend trascorso.

Struttura del weekend:

- Venerdì sera: accoglienza e lancio del tema con Donatella, attraverso una tavola rotonda o un gioco di gruppo.
- Sabato mattina: attività cognitive e laboratoriali basate sul Metodo Feuerstein, e pet-therapy.
- Sabato pomeriggio: attività esperienziali e concrete.
- Sabato sera: attività di animazione e socializzazione per favorire la coesione e il divertimento condiviso.

¹ FORMARE LA PERSONA CON UNA DISABILITÀ INTELLETTIVA ALL'AUTODETERMINAZIONE E ALLA PARTECIPAZIONE CIVICA, Barbara Fontana-Lana, Prisca Angéloz Brügger, Isabelle Petragallo Hauenstein; prefazione di Danilo Forini e Angelo Nuzzo; Edizioni Fondazione ARES - Collana [Strumenti di lavoro](#).



- Domenica mattina: momento di rielaborazione e feedback per consolidare gli apprendimenti.

Tutti i pasti e i momenti di vita quotidiana si svolgono all'interno di Castella Farm e sono parte integrante del percorso educativo.

Un percorso che cresce insieme ai ragazzi e alle famiglie

Autonomia nelle Relazioni è in continua evoluzione: cresce insieme ai ragazzi, adattandosi alle loro età, ai bisogni e ai cambiamenti che emergono nel tempo. Tra le innovazioni più significative ci sono gli incontri serali dedicati alle famiglie, pensati per condividere le tematiche affrontate dai ragazzi e offrire ai genitori strumenti per sostenere i loro percorsi nella quotidianità. Inoltre, il progetto coinvolge la rete territoriale e i luoghi di lavoro dei ragazzi, per creare un ponte concreto tra le esperienze del weekend e la vita reale, rendendo l'autonomia sempre più autentica e partecipata.

Un cammino condiviso

Autonomia nelle Relazioni è, prima di tutto, un'esperienza di vita condivisa. Ogni weekend diventa un piccolo laboratorio in cui sperimentare la responsabilità, la collaborazione, la comunicazione e la gioia dello stare insieme.

È un luogo in cui i ragazzi imparano a riconoscere le proprie sfide e le proprie risorse, a chiedere aiuto, a costruire relazioni significative e a progettare il proprio futuro con maggiore consapevolezza.