

A settembre torna Ricomincio da me

Dopo il successo del progetto pilota, riparte l'iniziativa di "Vivere Impresa No Profit" per sostenere le donne che vogliono rimettersi in gioco

Rimettersi in gioco, riaprire il cassetto dei sogni e deidesideri che è stato abbandonato per dedicarsi allasoddisfazione di bisogni più importanti, comeoccuparsi della famiglia, o per aver attraversato un periodo di crisi.

È quello che hanno fatto otto giovani donne deiCastelli Romani che nei mesi scorsi hannopartecipato al progetto pilota "Ricomincio da me",realizzato dall'associazione di Albano Laziale "Vivere Impresa No Profit" che da alcuni anniopera per lo sviluppo sociale ed economico delterritorio, svolgendo le proprie attività grazieall'impegno dei soci e dei professionisti cheforniscono gratuitamente il proprio supporto.

"Il nostro scopo – afferma Barbara Sarrecchia,presidente dell'associazione e manager bancaria –è di fornire il supporto qualificato necessario peraffrontare i periodi di crisi che la società sempre più spesso impone. Per raggiungere queste finalità, icomponenti del consiglio direttivo si distinguono per professionalità, esperienza e capacità umane. Lecompetenze maturate in settori diversificati, attraverso molti anni di lavoro e supporto aorganizzazioni no-profit, onlus e di impegno sociale sul territorio e nelle realtà più disagiate cipermettono di rispondere alle sfide postequotidianamente dal disagio in modo incisivo evincente. In particolare, Vivere Impresa fornisce il supporto, psicologico e materiale, necessario al corretto reinserimento della donna nel mondo del lavoro da cui spesso si allontana dopo una maternitào un periodo dedicato a crescere i figli durante iprimi anni di vita".

Sotto la guida della psicologa Daniela Olivieri, lepartecipanti al progetto pilota hanno alzato oritrovato la propria autostima da cui sono ripartiteper rimettersi in gioco nella vita personale eprofessionale. A breve partirà la seconda edizione dedicata, ancora una volta, a quelle donne chehanno il coraggio di scavare dentro se stesse alla ricerca di idee, soluzioni, cambiamenti, opportunità, sfide, ma soprattutto di forza e coraggio.



"Destinatari dell'iniziativa – afferma Daniela Olivieri – sono donne di qualsiasi età che, in piccoligruppi a cadenza settimanale, affronteranno i principali temi della vita, tenendo conto dei vissutipassati e presenti, ma con una prospettiva legata al futuro in cui ridefinire una progettualità tuttapersonale. La prima fase sarà legata allaconoscenza di sé attraverso il confronto con gli altri,partendo da una maggiore consapevolezza di chi siamo, come ci percepiamo e come cipercepiscono gli altri per prendere forza e sicurezza ed affrontare la stesura degli obiettivi conmaggiore lucidità. In una seconda fase si metteranno in campo le risorse e le competenze relazionali attraverso una proiezione al futuro, lasciando libero sfogo all'immaginazione e alla fantasia.Nell'ultima fase si analizzeranno i bisogni, le difficoltà nel soddisfarli e l'elaborazione di strategie per il raggiungimento degli obiettivi".

L'approccio proposto dalla dottoressa Olivieri è quello umanistico-esistenziale di Carl Rogers che parte dal presupposto secondo cui ogni individuo possiede le capacità per autorealizzarsi. In tutte le persone, infatti, esiste "una tendenza attualizzante", cioè la capacità intrinseca dell'essere umano di orientarsi selettivamente e in un modo diretto verso il completamento e l'attualizzazione delle proprie potenzialità. "Una tale persona – conclude Olivieri – è dunque capace di riprendere in mano il "potere personale" della propria vita. Un ruolo fondamentale è svolto dal gruppo di incontro che, attraverso l'ascolto e la condivisione, consente di incontrare gli altri e di incontrare se stessi. Questo confronto rende possibile spesso il superamento del proprio malessere, il cambiamento e la crescita".

Una parte degli incontri verrà dedicata anche ad aspetti pratici come è già avvenuto durante il progetto pilota. Chi ha partecipato alla prima edizione, infatti, ha preso parte sia ad un seminario sul wave coaching – che si rifà alla metafora dell'onda per liberare pienamente il proprio potenziale per la

