

# Presentazione PEF – 14/10/2022

## Progetto per giovani coppie

### Centro Famiglie e Associazione Noè - Modena

---

Cosa sono i PEF?

GIOCO INIZIALE

Sono un intervento **preventivo** per la famiglia perché la famiglia possa arricchire e promuovere i suoi legami.

Cosa significa fare prevenzione per la famiglia? Tutti sappiamo cosa significa fare prevenzione...facciamo il tagliando alla nostra auto anche se non ha problemi, tutti facciamo controlli per la nostra salute anche se stiamo bene...facciamo dunque azioni in assenza di particolari problematiche o sintomi.

E per la famiglia cosa facciamo? ...per i nostri legami personali/familiari cosa facciamo? ...DI QUESTO SI OCCUPANO I PEF!

I PEF sono innanzitutto un modo, un'opportunità e uno strumento per:

- Prendersi cura
- Tenere in forma
- Mantenere felici le relazioni, soprattutto quella di coppia

Il sociale solitamente offre alle famiglie interventi/sostegni

- In fase di Costruzione (corsi fidanzati, pre/matrimoniali, pre/parto)
- In fase di Riparazione (terapia di coppia o familiare, MF) in cui si prova ad agire quando una situazione di crisi e disagio è già conclamata

Ma dei bisogni nella quotidianità chi se ne occupa?

Perché per prenderci cura delle nostre relazioni, dei nostri legami familiari e di coppia aspettiamo i sintomi di un disagio o di un malessere?

La relazione di coppia necessita di cura e attenzione...sempre!

Anche le coppie "normali" presentano aspetti di

- Criticità
- Delusione
- Fragilità...che hanno bisogno di essere riconosciuti e affrontati

Viviamo, a volte, in una sorta di miopia culturale per cui la relazione di coppia, siccome è iniziata in modo felice, andrà avanti bene (...solo per questo!). La relazione di coppia necessita di CURA e IMPEGNO per proseguire felicemente nel tempo. “Non c’è crescita senza cura e attenzione”.

I PEF:

- accompagnano gruppi perché siano più consapevoli e più competenti rispetto ai loro legami, in modo che possano farli funzionare meglio
- questo può fare la differenza perché tutti stiamo meglio quando apparteniamo a relazioni che funzionano

I PEF hanno una storia: sono stati implementati da un’equipe del Centro di Ateneo Studi e Ricerche sulla Famiglia dell’Università Cattolica di Milano, circa 15 anni fa, che portano avanti la formazione di conduttori perché questa conduzione deve essere:

- competente
- curata, perché solo così il gruppo può davvero funzionare e fare la differenza
- e solo così il gruppo può essere efficace

E’ stata condotta una ricerca, a livello nazionale, sull’efficacia dei Pef e l’equipe ha dimostrato a livello scientifico come partecipare ad un percorso di enrichment familiare faccia la differenza perché le persone alla fine sono:

- + soddisfatte
- + consapevoli dei propri legami
- + competenti

e perché alla fine le persone riescono a:

- comunicare meglio
- avere più consapevolezza e a prendersi cura dell’altro
- e, al contempo, ciascuno si sente maggiormente riconosciuto nel proprio ruolo e nel proprio valore

I PEF sono anche un intervento innovativo perché:

- tendono alla PROMOZIONE e all’ARRICCHIMENTO delle RISORSE insite nei legami familiari (soprattutto in quelli di coppia) e sono una risposta ai segnali di fragilità
- intervengono quando il contesto sta, come direbbe Winnicot, sufficientemente bene. Nascono per lavorare quando la coppia è “in salute” per rispondere ad un bisogno: IL BISOGNO DI STARE BENE (bisogni importantissimo ma non socialmente riconosciuto).

- Lavorano, dunque, in una prospettiva “salutogenica”, spostano cioè l’attenzione dai problemi alle risorse...”E’ IL LEGAME CHE DIVENTA CURATIVO”
- affronta la complessità del quotidiano

Legami che funzionano danno smalto alla vita, non la risolvono ma danno una marcia in più per affrontarla. I legami, però, come le persone, hanno aspetti di fragilità e di vulnerabilità e allora su questi legami è necessario lavorare per prevenire ed evitare che questa fragilità diventi rottura.

Questo è importante soprattutto in un periodo di emergenza come stiamo vivendo adesso. Emergenza che non è solo sanitaria e/o economica ma è anche un’emergenza relazionale perché tutti abbiamo sofferto e stiamo soffrendo per la fatica di non poter stare vicino alle persone, abbiamo sofferto per l’impossibilità di prossimità o anche, al contempo, abbiamo sofferto per il fatto di dovere stare in famiglia con ritmi inattesi ed inediti e troppo compressi o dilatati. E’ un periodo di Emergenza Relazionale e, ora più che mai, è urgente lavorare, guardare e curare i legami perché questi possono sprigionare tutto il loro senso e tutto il loro essere risorsa per noi. Questo fanno i PEF.

In un periodo in cui la parola ricorrente è CRISI, è importante recuperare il desiderio di ricostruire e quindi...quale ricchezza maggiore delle relazioni umane. Bisogna investire sul benessere personale...sul benessere relazionale a 360°, perché solo così riusciremo a costruire anche un benessere sociale.

## PEF – PERCORSI ENRICHMENT FMILIARE

### PERCORSI

I Pef utilizzano una modalità di lavoro semistrutturata in quanto si adattano:

- ai partecipanti specifici che vanno a costituire quel determinato gruppo
- ai loro peculiari bisogni
- all’andamento del gruppo
- avendo obiettivi chiari che orientano e danno senso al lavoro

### ENRICHMENT

Non significa solo POTENZIARE delle RISORSE ma anche INCREMENTARE IL FAMILIARE, cioè arricchire la dimensione relazionale della famiglia. Questo implica un:

- lavoro sul “SAPER FARE” cioè un lavoro su determinate competenze e risorse (es. comunicazione, gestione dei conflitti) che tutti noi abbiamo e che sono presenti nella coppia

- lavoro sul “SAPER ESSERE” cioè una riflessione e un’acquisizione di maggiore consapevolezza degli aspetti identitari e qualificanti le relazioni familiari. E’ dunque un lavoro sull’IDENTITA’ DI COPPIA attraverso una modalità INDUTTIVO ESPERIENZIALE

“Facendo noi per primi esperienza di cura, saremo maggiormente in grado di essere strumenti di cura per gli altri”.