



Occupati, pre-occupati o dis-occupati?

Generazioni in dialogo tra vita, lavoro e benessere psicologico

Spazio Giovani Mac'è!, Viale de Amicis, 59, Carpi (MO)

Sabato 14 settembre 2024, ore 10-12.30 e 15.30-18

In occasione di [FestivalFilosofia - psiche](#)

Report finale



*Coordinamento e facilitazione di **Alessandro Cattini e Sara Donati***

*In collaborazione con **Tavolo Giovani "Vez", Coop.va Le Macchine Celibi,
Servizio Giovani - Sport - Benessere Comune di Carpi***

*Supporto per la realizzazione del "mosaico di visioni" di **Elena Sueri***



INDICE

Introduzione.....	3
Obiettivo del laboratorio.....	3
Organizzazione, coordinamento e facilitazione.....	3
Il laboratorio: attività svolte.....	4
Accoglienza dei partecipanti.....	4
Una mappatura nello spazio per fare emergere le polarità.....	5
Riflessione individuale.....	7
I tavoli di lavoro in gruppo.....	8
Appunti dai tavoli.....	9
Condivisione finale e costruzione del mosaico di visioni.....	10
Riflessioni conclusive.....	11
Allegato - Mosaico di visioni.....	12



Introduzione

Lavoro, impiego, studio, impegno, professione, (dis-)occupazione sono termini che richiamano numerose questioni aperte sulla nostra identità e sul nostro benessere psicologico. Che relazione hanno con la nostra autorealizzazione? Quali compromessi siamo disposti a sottoscrivere tra principi etici e bisogni personali? Privilegiamo la stabilità o il dinamismo? Meglio lavorare di più con passione o lavorare di meno per godersi la vita? Queste domande costellano la nostra crescita personale, dai banchi di scuola fino alla pensione, e ci pongono di fronte a polarità e dilemmi, sogni e progetti, ansie e pressioni sociali sempre pronte a emergere quando qualcuno ci chiede: “E tu, di cosa ti occupi?”.

Di questi temi abbiamo cominciato a parlare durante il primo confronto che, in qualità di facilitatori, abbiamo avuto con alcuni membri del Tavolo Vez dello “Spazio Giovani Mac'è!”, nel mese di giugno 2024. L'incontro, che ha visto la partecipazione di persone provenienti da diverse associazioni del Tavolo, ci ha dato modo di definire in modo condiviso l'obiettivo che il laboratorio per il *Festival Filosofia - Psiche* avrebbe dovuto avere.

Obiettivo del laboratorio

L'obiettivo del laboratorio realizzato nella cornice del Festival era quello di creare uno spazio di condivisione di pensieri ed emozioni tra persone di età diverse, nel quale potessero incontrarsi punti di vista differenti riguardo ai temi del lavoro, dell'occupazione e del loro rapporto con la vita e con il benessere psicologico. L'intento è stato quello di esplorare da più angolazioni le sfumature che può prendere la risposta alla domanda “E tu, di cosa ti occupi?”, allo scopo di comporre con i partecipanti un mosaico di visioni e prospettive rispetto alle sfide di oggi e soprattutto alle opportunità che ci riserva il futuro in termini di occupazione e di equilibrio vita-lavoro.

Organizzazione, coordinamento e facilitazione

L'organizzazione è stata curata da Alessandro Cattini e Sara Donati,¹ che hanno coordinato il programma e la facilitazione della giornata. Nel mese di giugno 2024 è stato organizzato un incontro preliminare rivolto al solo “Tavolo Vez” dello [Spazio Giovani Mac'è!](#), per esplorare le tematiche più interessanti riguardo al tema dell'occupazione. L'esito di questo incontro con i membri del Tavolo è stato la base per

¹ Alessandro e Sara progettano e facilitano workshop e percorsi partecipativi su democrazia deliberativa, cittadinanza attiva ed educazione non formale. Coniugando filosofia, facilitazione e counseling sistemico-relazionale, sviluppano percorsi per sostenere e accompagnare persone di età diverse a orientarsi nella vita e nel lavoro, attraverso dinamiche di gruppo, spazi di dialogo e confronto tra pari.

la progettazione delle attività del laboratorio da realizzare durante il Festival. In particolare, in quell'occasione sono emersi i seguenti temi, poi ripresi durante il laboratorio di settembre:

- il lavoro tra passione e dovere,
- il lavoro tra dinamismo e stabilità,
- il lavoro tra valori / etica e compromessi concreti,
- il rapporto tra tempo per il lavoro e tempo dedicato alla collettività (politica, attivismo...),
- tensioni tra il concetto di “lavoro della vita” e l’idea di “policoltura del lavoro”,
- autorealizzazione tra tempo della vita e tempo del lavoro,
- lavorare di più / lavorare di meno.

Alla buona riuscita del workshop hanno collaborato anche alcune persone del Gruppo civico [Carpi2030](#), prendendo appunti e dando un supporto pratico alla facilitazione, ed Elena Sueri, che ha collaborato per l’ideazione e la realizzazione del “mosaico di visioni”.

Il laboratorio: attività svolte



Accoglienza dei partecipanti

I partecipanti (circa 25 persone per ciascuno dei due turni, di età compresa tra i 13 e i 60+ anni) sono stati accolti con una domanda:

Vita, lavoro e benessere psicologico: quali sfide / emozioni / dilemmi / punti di attenzione / domande ti vengono in mente se pensi a questo tema?

spazio posizionandosi su un gradiente che andava dal “sono completamente d'accordo con la frase” a “non sono per niente d'accordo”. Le due polarità erano rappresentate da due cartelli posizionati ai lati opposti del cortile dello Spazio Giovani, così che ogni persona potesse avere modo di fermarsi anche nello spazio intermedio tra le due polarità, per esprimere un grado di accordo intermedio con la frase ascoltata.

Per ogni turno, sono state lette alcune frasi, tra le quali:

- “Scegli un lavoro che ami, e non dovrai lavorare neppure un giorno in vita”
- “L'uomo fu creato per lavorare come l'uccello per volare.”
- “Il talento? o ci nasci...o vai a zappare”



Dopo la lettura di ciascuna frase, i facilitatori hanno dato spazio alle persone di esprimere il proprio punto di vista, anche molto diverso, e motivare la propria posizione ascoltando anche quelle altrui. Se dopo l'ascolto qualcuno ha voluto spostarsi nello spazio per manifestare una trasformazione nel proprio pensiero, è stato interessante per tutti osservare questo movimento e riflettere insieme.

Dal confronto è emersa una maggiore differenza di pensiero e di vissuti soprattutto all'interno del primo gruppo di partecipanti, più eterogeneo dal punto di vista anagrafico.

Riflessione individuale

In seguito a tutti gli stimoli emersi, è stato proposto ai partecipanti di riflettere individualmente per una quindicina di minuti: tramite l'aiuto di una *mappa grafica* è stato chiesto a ciascuno di visualizzare il proprio ideale “mix di ingredienti” per stare bene ed essere soddisfatti della propria occupazione principale. Nella mappa erano rappresentati quattro “bicchieri”, ciascuno corrispondente a un elemento più o meno importante per il proprio benessere: la passione, il talento, i valori, il guadagno.

Ciascuno ha avuto modo, dapprima, di rappresentare graficamente l'importanza che idealmente desidera attribuire a ciascuno di questi elementi all'interno della propria occupazione principale, per poi confrontare il risultato con il vissuto personale, attuale e presente.

L'ultima parte della riflessione, infine, ha anticipato il successivo lavoro nei tavoli, attraverso la domanda: che cosa potresti cambiare per andare verso la situazione che più desideri?



I tavoli di lavoro in gruppo

Dopo questo momento di riflessione personale, i partecipanti si sono quindi divisi in **tavoli** di lavoro (3 nella sessione del mattino, 4 in quella del pomeriggio).

Grazie ai facilitatori e al supporto del gruppo civico Carpi2030, in ciascun tavolo i partecipanti hanno riflettuto su come fosse stato compilare la *mappa grafica* e riflettere sul bilanciamento (attuale e desiderato) tra talento, passione, valori e guadagno nella propria occupazione. Nel dialogo si sono toccate dapprima le sfide personali e collettive, per poi chiedersi insieme come andare verso un futuro più desiderabile e ricco di opportunità. Sui cartelloni sono stati raccolti dai facilitatori diversi spunti.





Appunti dai tavoli

Tra le **sfide** più importanti che sono emerse durante i tavoli di lavoro della mattina e del pomeriggio troviamo:

- disuguaglianze e privilegi: non tutte le persone hanno le stesse possibilità!
- la mancata percezione dell'impatto e del senso del proprio lavoro
- i lavori totalizzanti del tempo, ma anche delle identità personali
- la fretta di dover capire che strada prendere, il non rispetto di tempi diversi
- le mancate occasioni di dialogo, di orientamento dopo la scuola e a scuola, di discorso collettivo sul tema
- la disillusione nei confronti del futuro
- la performance sul lavoro come fonte di stress, soprattutto se si è talentuosi
- la mancanza di diritti e tutele
- il coniugare i valori e il guadagno, che a volte sembrano andare in senso contrario
- il tempo per la famiglia, luogo dove trasmettere e praticare valori e visioni del mondo
- gli stereotipi sui giovani: pigri, schizzinosi, ...
- il clima di competizione, anche a scuola
- la nostra idea di successo e fallimento
- il disorientamento e difficoltà di capire cosa "piace", cosa appassiona
- la ricerca di un "mercato", un modo di guadagnare per vivere con ciò che piace
- il dilemma di dover andarsene via se nel proprio contesto non c'è il lavoro che piace
- a scuola non sempre c'è spazio per capire chi siamo e cosa vogliamo
- le aspettative di guadagno diverse dalla realtà
- l'alienazione, i ritmi troppo veloci nel luogo di lavoro
- la mancanza di attenzione nei confronti degli altri
- la molta importanza data a narrazioni di "auto-realizzazione escludenti"
- l'orario di lavoro
- la possibilità di esprimere il proprio talento

Tra le **azioni collettive e personali per facilitare il cambiamento futuro** verso un maggior benessere sono emerse invece:

- la settimana corta: meno ore e stesso stipendio, più tempo libero per ibridare la nostra identità
- comprendere meglio i propri bisogni, anche per capire quanto si desidera guadagnare

- costruire “nuove idealità”, non ideologie!
- dal lavorare per una causa all’intersezionalità delle lotte: tutto è collegato!
- creare ed occupare spazi dove generare dialogo e confronto tra le parti, anche tra generazioni diverse, anche politici: generare futuro!
- comprendere meglio i propri bisogni per stili di vita più sobri
- definire il successo in modo personale e non come modello di autorealizzazione esogeno, dettato dalla società
- creare spazi scolastici dove fare emergere dialoghi su identità e “ciò che ha valore” per ciascuno e collettivamente
- a volte spostarsi, andare all’estero è una necessità, a volte una possibilità!
- fare squadra sul posto di lavoro per migliorare la propria condizione
- dare più importanza al ruolo dell’insegnante
- concepire che ciascuno ha i propri tempi di maturazione rispetto alla strada da intraprendere: uscire dallo standard

Condivisione finale e costruzione del mosaico di visioni

A conclusione dei lavori, **tutti i partecipanti si sono riuniti di nuovo in cerchio per condividere quanto emerso dai diversi tavoli**, ciò che li ha colpiti delle diverse riflessioni e qualche spunto per creare maggiore benessere nel futuro dell’occupazione, futuro sia personale che collettivo. Di seguito la foto del “mosaico” costruito insieme (per maggiori dettagli vedere le foto allegate in fondo al presente documento).





Riflessioni conclusive

Il workshop si è rivelato un'occasione importante di confronto intergenerazionale fra persone provenienti da diversi background ed esperienze di vita. I partecipanti stessi hanno apprezzato le condivisioni provenienti da prospettive anche molto diverse dalle proprie, e auspicato il moltiplicarsi di occasioni, spazi e arene di confronto su temi così importanti.

Allegato - Mosaico di visioni



