# (Ri)cercatori di Libertà: Vie per un Discernimento

## Scheda di Lavoro per Laboratorio di Gruppo

**Sabato 8 Novembre 2025**

### 1. Lettera alla Redazione

**Sono gelosa di un'amicizia "platonica" di mio marito**

*Cara Redazione,*

*Sono Laura, 40 anni, e sono sposata con Marco da 15 anni. Abbiamo due bambini e una vita che consideravo solida. Ultimamente, però, il mio cuore è in subbuglio per una situazione che mi sta logorando. Marco ha iniziato un progetto di lavoro con una sua ex compagna di università, Chiara, e da mesi sono inseparabili. Si sentono, si scrivono, e lui mi confida che con lei si sente "finalmente compreso" su questioni professionali e passioni come il trekking, che io, francamente, non ho mai condiviso.*

*Lui giura che è solo un'amicizia, che non c'è nulla di fisico. Mi dice: "Tu sei la mia famiglia, la mia roccia. Non limitare la mia libertà di avere amici intelligenti". Ma io mi sento tradita! La nostra intimità, per me, significava confidenza totale. Sento che lui sta donando a lei una parte della sua anima che era mia. Ho provato a chiedergli di limitare i loro contatti, ma lui si chiude e mi accusa di mancanza di fiducia e di volerlo controllare.*

*Laura, 40 anni, Milano.*

## 15:30 - 17:00 – Prima Parte: CONFRONTIAMOCI

### A. Lettura e Riflessione Personale (Circa 10 minuti)

1. **Scegliete** un componente del gruppo che legga la lettera di Laura ad alta voce.
2. **Rileggete** individualmente la lettera e **lasciatevi ispirare** dall'opera d'arte che avete trovato nella stanza (**Munch - *Gelosia in giardino***).
3. **Provate a rispondere** individualmente alle seguenti domande guida:

- *fino a che punto la libertà di avere amicizie profonde è compatibile con la fedeltà matrimoniale?*
- *Il tradimento emotivo è meno grave di quello fisico? E cosa definisce il tradimento emotivo?*
- *Come si può trovare un equilibrio tra il bisogno di intimità totale della coppia e la libertà di avere relazioni significative al di fuori di essa?*

## B. Condivisione e Sintesi di Gruppo (Circa 30 minuti)

1. **Nominate** una **persona che riassume** e annota sul cartellone le parole chiave e i temi centrali emersi dalla discussione.
2. **Formulate** un solo intervento di sintesi a testa (massimo 2 minuti) da condividere in plenaria, basato sulle riflessioni della lettera, sull'opera d'arte di supporto e sulle domande guida.
3. Terminato il giro, **riprendete** gli aspetti più importanti o ricorrenti emersi dagli interventi, e dopo un breve dibattito, **evidenziateli** su un cartellone.

## C. Lavoro in Sottogruppo (Circa 20 minuti)

1. **Dividetevi** in 3 sottogruppi da 3 componenti ciascuno.
2. **Individuate** con il sottogruppo una soluzione che ritenete più opportuna per rispondere alla lettera.
   - ***Attenzione****:* ciascun componente **propone** la propria soluzione individuale; successivamente, i tre componenti **definiscono** insieme la soluzione che ritengono più ragionevole per la situazione vista nel suo insieme.
3. **Nominate** un **Referente** che descriverà la soluzione al gruppo di laboratorio.

## D. Condivisione delle Proposte (Circa 30 minuti)

1. Il **Referente** di ogni sottogruppo presenta al grande gruppo la soluzione trovata.
2. **Ascoltate** le tre soluzioni e **rispondete** alla domanda:
   - *qual è la necessità/sfida che risuona o si percepisce come più urgente nel quadro generale della situazione?*
3. **Condividete** intervenendo e rispondendo brevemente.
4. Con il grande gruppo, **fate sintesi** delle tre proposte e **convergete** su una sola soluzione operativa (sforzatevi di unire le questioni significative emerse da tutte le proposte).

# 17:15 - 18:15 – Seconda Parte: METTIAMOCI ALL'OPERA

## A. Riconferma della Soluzione (Circa 15 minuti)

1. Un **Facilitatore** del gruppo ricondivide la soluzione definitiva trovata nella prima parte.
2. Con il gruppo, **confermate** la scelta o, se necessario, **recuperate** alcuni aspetti importanti che si sono persi nei passaggi precedenti.
3. Una volta che la soluzione è definitiva, il Facilitatore la **restituisce** al gruppo.

## B. Scrittura Condivisa (Circa 45 minuti)

1. Con il gruppo, **scrivete** una risposta alla lettera di Laura per la "Redazione".
2. **Concentratevi** sul suggerire una proposta o una buona pratica per il discernimento, partendo dagli attori coinvolti e dal contesto.
3. **Elaborate** una lettera di risposta (minimo 1.500 battute - massimo 3.000 battute).
4. **Inserite** la lettera di risposta sul Padlet al link:

https://padlet.com/areafamigliaevita/seminario2025

# (Ri)cercatori di Libertà: Vie per un Discernimento

## Scheda di Lavoro per Laboratorio di Gruppo

**Sabato 8 Novembre 2025**

### 2. Lettera alla Redazione

**Mio figlio vuole abbandonare il liceo per un mestiere "inferiore"**

*Cara Redazione,*

*Sono Luca, 50 anni, e scrivo con l'amarezza di un padre deluso. Mia moglie Martina ed io abbiamo sempre investito tutto sui nostri due figli. Matteo, il maggiore, 17 anni, è brillante e ha voti altissimi al liceo scientifico. Proprio lui, due settimane fa, ci ha gelato annunciando che non vuole più continuare gli studi! Vuole lasciare il liceo per iscriversi a un corso professionale di falegnameria. È un'ossessione che coltiva in garage, ma non è una carriera!*

*Io e Martina siamo in guerra per questo. Io dico che è un dovere di genitore indirizzarlo verso un futuro sicuro: "Hai un'intelligenza, non puoi sprecarla su un mestiere di serie B!". Mia moglie, invece, lo difende, parlando di "libertà di seguire le passioni" e "felicità personale". Io temo che un giorno si pentirà, che le porte gli si chiuderanno. Non capisco: stiamo limitando la sua libertà o stiamo cercando di salvarlo da un errore? Quando dobbiamo smettere di "guidare" i nostri figli per lasciarli liberi di sbattere la testa?*

*Luca, 50 anni, Bari.*

## 15:30 - 17:00 – Prima Parte: CONFRONTIAMOCI

### A. Lettura e Riflessione Personale (Circa 10 minuti)

1. **Scegliete** un componente del gruppo che legga la lettera di Luca ad alta voce.
2. **Rileggete** individualmente la lettera e **lasciatevi ispirare** dall'opera d'arte che avete trovato nella stanza (**Steen - *La famiglia felice***).

3. **Provate a rispondere** individualmente alle seguenti domande guida:

    - *in che misura i genitori hanno il diritto o il dovere di influenzare le scelte di vita dei propri figli?*
    - *Qual è il confine tra proteggere un figlio e limitare la sua libertà di scelta?*
    - *È giusto che il "sogno" dei genitori diventi un peso per i figli? Come si gestisce la delusione genitoriale di fronte a scelte non allineate alle loro aspettative?*

## B. Condivisione e Sintesi di Gruppo (Circa 30 minuti)

1. **Nominate** una **persona che riassume** e annota sul cartellone le parole chiave e i temi centrali emersi dalla discussione.
2. **Formulate** un solo intervento di sintesi a testa (massimo 2 minuti) da condividere in plenaria, basato sulle riflessioni della lettera, sull'opera d'arte di supporto e sulle domande guida.
3. Terminato il giro, **riprendete** gli aspetti più importanti o ricorrenti emersi dagli interventi, e dopo un breve dibattito, **evidenziateli** sul cartellone.

## C. Lavoro in Sottogruppo (Circa 20 minuti)

1. **Dividetevi** in 3 sottogruppi da 3 componenti ciascuno.
2. **Individuate** con il sottogruppo una soluzione che ritenete più opportuna per rispondere alla Lettera.
    - ***Attenzione****:* ciascun componente **propone** la propria soluzione individuale; successivamente, i tre componenti **definiscono** insieme la soluzione che ritengono più ragionevole per la situazione vista nel suo insieme.
3. **Nominate** un **Referente** che descriverà la soluzione al gruppo di laboratorio.

## D. Condivisione delle Proposte (Circa 30 minuti)

1. Il **Referente** di ogni sottogruppo presenta al grande gruppo la soluzione trovata.
2. **Ascoltate** le tre soluzioni e **rispondete** alla domanda:
        - *qual è la necessità/sfida che risuona o si percepisce come più urgente nel quadro generale della situazione?*
3. **Condividete** intervenendo e rispondendo brevemente.
4. Con il grande gruppo, **fate sintesi** delle tre proposte e **convergete** su una sola soluzione operativa (sforzatevi di unire le questioni significative emerse da tutte le proposte).

# 17:15 - 18:15 – Seconda Parte: METTIAMOCI ALL'OPERA

## A. Riconferma della Soluzione (Circa 15 minuti)

1. Un **Facilitatore** del gruppo ricondivide la soluzione definitiva trovata nella prima parte.
2. Con il gruppo, **confermate** la scelta o, se necessario, **recuperate** alcuni aspetti importanti che si sono persi nei passaggi precedenti.
3. Una volta che la soluzione è definitiva, il Facilitatore la **restituisce** al gruppo.

## B. Scrittura Condivisa (Circa 45 minuti)

1. Con il gruppo, **scrivete** una risposta alla lettera di Luca per la "Redazione".
2. **Concentratevi** sul suggerire una proposta o una buona pratica per il discernimento, partendo dagli attori coinvolti e dal contesto.
3. **Elaborate** una lettera di risposta (minimo 1.500 battute - massimo 3.000 battute).
4. **Inserite** la lettera di risposta sul Padlet al link:

https://padlet.com/areafamigliaevita/seminario2025

# (Ri)cercatori di Libertà: Vie per un Discernimento

## Scheda di Lavoro per Laboratorio di Gruppo

**Sabato 8 Novembre 2025**

### 3. Lettera alla Redazione

**Sono costretta a scegliere tra la mia carriera e la felicità di mio marito e mia figlia.**

*Cara Redazione,*

*Mi chiamo Silvia, ho 32 anni e sono un designer. Vivo con mio marito Roberto e nostra figlia Anna di 2 anni. Ho un sogno professionale e la settimana scorsa mi è arrivata un'offerta che potrebbe cambiarmi la vita: un posto da senior in un'azienda di moda prestigiosa, a 500 km da casa. Un'occasione che non si ripeterà. Roberto, però, mi ha chiesto di rifiutare.*

*Mi ha detto: "Anna è troppo piccola, la famiglia viene prima. Non possiamo stravolgere tutto". Roberto ha il suo lavoro qui, e capisco la sua paura di dover lasciare la sua vita. Ma perché devo essere io a rinunciare? Sento che la mia libertà di realizzarmi come professionista è stata messa in discussione dalle sue aspettative e dalle esigenze familiari.*

*Silvia, 32 anni, Firenze.*

## 15:30 - 17:00 – Prima Parte: CONFRONTIAMOCI

### A. Lettura e Riflessione Personale (Circa 10 minuti)

1. **Scegliete** un componente del gruppo che legga la lettera di Silvia ad alta voce.
2. **Rileggete** individualmente la lettera e **lasciatevi ispirare** dall'opera d'arte che avete trovato nella stanza (**Beckmann - Ritratto di famiglia**).
3. **Provate a rispondere** individualmente alle seguenti domande guida:

- *è giusto che un partner rinunci alle proprie ambizioni professionali per il bene della famiglia?*
- *Il "sacrificio" in nome della famiglia è sempre un atto d'amore o può diventare una fonte di rancore?*
- *Come può la coppia prendere una decisione del genere rispettando i sogni e le esigenze di entrambi i partner e della famiglia?*

## B. Condivisione e Sintesi di Gruppo (Circa 30 minuti)

1. **Nominate** una **persona che riassume** e annota sul cartellone le parole chiave e i temi centrali emersi dalla discussione.
2. **Formulate** un solo intervento di sintesi a testa (massimo 2 minuti) da condividere in plenaria, basato sulle riflessioni della lettera, sull'opera d'arte di supporto e sulle domande guida.
3. Terminato il giro, **riprendete** gli aspetti più importanti o ricorrenti emersi dagli interventi, e dopo un breve dibattito, **evidenziateli** sul cartellone.

## C. Lavoro in Sottogruppo (Circa 20 minuti)

1. **Dividetevi** in 3 sottogruppi da 3 componenti ciascuno.
2. **Individuate** con il sottogruppo una soluzione che ritenete più opportuna per rispondere alla Lettera.
   - ***Attenzione****:* ciascun componente **propone** la propria soluzione individuale; successivamente, i tre componenti **definiscono** insieme la soluzione che ritengono più ragionevole per la situazione vista nel suo insieme.
3. **Nominate** un **Referente** che descriverà la soluzione al gruppo di laboratorio.

## D. Condivisione delle Proposte (Circa 30 minuti)

1. Il **Referente** di ogni sottogruppo presenta al grande gruppo la soluzione trovata.
2. **Ascoltate** le tre soluzioni e **rispondete** alla domanda:
   - *qual è la necessità/sfida che risuona o si percepisce come più urgente nel quadro generale della situazione?*
3. **Condividete** intervenendo e rispondendo brevemente.
4. Con il grande gruppo, **fate sintesi** delle tre proposte e **convergete** su una sola soluzione operativa (sforzatevi di unire le questioni significative emerse da tutte le proposte).

# 17:15 - 18:15 – Seconda Parte: METTIAMOCI ALL'OPERA

## A. Riconferma della Soluzione (Circa 15 minuti)

1. Un **Facilitatore** del gruppo ricondivide la soluzione definitiva trovata nella prima parte.
2. Con il gruppo, **confermate** la scelta o, se necessario, **recuperate** alcuni aspetti importanti che si sono persi nei passaggi precedenti.
3. Una volta che la soluzione è definitiva, il Facilitatore la **restituisce** al gruppo.

## B. Scrittura Condivisa (Circa 45 minuti)

1. Con il gruppo, **scrivete** una risposta alla lettera di Silvia per la "Redazione".
2. **Concentratevi** sul suggerire una proposta o una buona pratica per il discernimento, partendo dagli attori coinvolti e dal contesto.
3. **Elaborate** una lettera di risposta (minimo 1.500 battute - massimo 3.000 battute).
4. **Inserite** la lettera di risposta sul Padlet al link:

https://padlet.com/areafamigliaevita/seminario2025

# (Ri)cercatori di Libertà: Vie per un Discernimento

## Scheda di Lavoro per Laboratorio di Gruppo

**Sabato 8 Novembre 2025**

### 4. Lettera alla Redazione

**La malattia di mio marito mi ha rubato la libertà e mi sento in colpa per il mio rancore.**

*Cara Redazione,*

*Sono Francesca, 45 anni. Dieci anni fa ho sposato Giovanni, l'uomo della mia vita. Tre anni fa, una diagnosi di sclerosi multipla ha stravolto tutto. Oggi Giovanni ha bisogno di assistenza continua. Ho dovuto lasciare il mio lavoro part-time. Le mie uscite, i miei hobby, sono un ricordo lontano. La mia libertà è finita.*

*Amo mio marito, ma a volte sento un rancore sordo per la vita che ho perso. So che è sbagliato, ma mi chiedo: perché io? Giovanni, dal canto suo, vive nel senso di colpa, si sente "un peso" per avermi "rubato" la mia vita. Siamo entrambi in una prigione: lui nel corpo, io nella responsabilità.*

*Francesca, 45 anni, Torino.*

# 15:30 - 17:00 – Prima Parte: CONFRONTIAMOCI

## A. Lettura e Riflessione Personale (Circa 10 minuti)

1. **Scegliete** un componente del gruppo che legga la lettera di Francesca ad alta voce.
2. **Rileggete** individualmente la lettera e **lasciatevi ispirare** dall'opera d'arte che avete trovato nella stanza (**Bazille - *La riunione di famiglia***).
3. **Provate a rispondere** individualmente alle seguenti domande guida:

    - *la libertà è solo l'assenza di impedimenti fisici o può essere trovata anche all'interno*

*della sofferenza e della cura reciproca?*
    - *Come può la coppia non cedere al rancore e al senso di colpa, che rischiano di distruggere il rapporto?*
    - *In che modo la scelta di prendersi cura dell'altro può essere un atto di libertà, piuttosto che un obbligo o una privazione?*

## B. Condivisione e Sintesi di Gruppo (Circa 30 minuti)

1. **Nominate** una **persona che riassume** e annota sul cartellone le parole chiave e i temi centrali emersi dalla discussione.
2. **Formulate** un solo intervento di sintesi a testa (massimo 2 minuti) da condividere in plenaria, basato sulle riflessioni della lettera, sull'opera d'arte di supporto e sulle domande guida.
3. Terminato il giro, **riprendete** gli aspetti più importanti o ricorrenti emersi dagli interventi, e dopo un breve dibattito, **evidenziateli** sul cartellone.

## C. Lavoro in Sottogruppo (Circa 20 minuti)

1. **Dividetevi** in 3 sottogruppi da 3 componenti ciascuno.
2. **Individuate** con il sottogruppo una soluzione che ritenete più opportuna per rispondere alla Lettera.
    - ***Attenzione****:* ciascun componente **propone** la propria soluzione individuale; successivamente, i tre componenti **definiscono** insieme la soluzione che ritengono più ragionevole per la situazione vista nel suo insieme.
3. **Nominate** un **Referente** che descriverà la soluzione al gruppo di laboratorio.

## D. Condivisione delle Proposte (Circa 30 minuti)

1. Il **Referente** di ogni sottogruppo presenta al grande gruppo la soluzione trovata.
2. **Ascoltate** le tre soluzioni e **rispondete** alla domanda:
    - *qual è la necessità/sfida che risuona o si percepisce come più urgente nel quadro generale della situazione?*
3. **Condividete** intervenendo e rispondendo brevemente.
4. Con il grande gruppo, **fate sintesi** delle tre proposte e **convergete** su una sola soluzione operativa (sforzatevi di unire le questioni significative emerse da tutte le proposte).

# 17:15 - 18:15 – Seconda Parte: METTIAMOCI ALL'OPERA

## A. Riconferma della Soluzione (Circa 15 minuti)

1. Un **Facilitatore** del gruppo ricondivide la soluzione definitiva trovata nella prima parte.
2. Con il gruppo, **confermate** la scelta o, se necessario, **recuperate** alcuni aspetti importanti che si sono persi nei passaggi precedenti.
3. Una volta che la soluzione è definitiva, il Facilitatore la **restituisce** al gruppo.

## B. Scrittura Condivisa (Circa 45 minuti)

1. Con il gruppo, **scrivete** una risposta alla lettera di Francesca per la "Redazione".
2. **Concentratevi** sul suggerire una proposta o una buona pratica per il discernimento, partendo dagli attori coinvolti e dal contesto.
3. **Elaborate** una lettera di risposta (minimo 1.500 battute - massimo 3.000 battute).
4. **Inserite** la lettera di risposta sul Padlet al link:

https://padlet.com/areafamigliaevita/seminario2025

# (Ri)cercatori di Libertà: Vie per un Discernimento

## Scheda di Lavoro per Laboratorio di Gruppo

**Sabato 8 Novembre 2025**

### 5. Lettera alla Redazione

**La mia libertà di spesa è limitata dalla paura del futuro di mio marito.**

*Cara Redazione,*

*Sono Sara, 35 anni, e sono sposata con Matteo da 5 anni. Abbiamo un conto comune per le spese, ma ciascuno ha il proprio stipendio. Il problema è Matteo: è ingegnere e risparmia ossessivamente per un futuro incerto e per la casa dei sogni. Io guadagno meno, ma amo viaggiare e frequentare corsi di yoga. Uso i miei soldi per le mie passioni.*

*Matteo mi accusa costantemente di essere irresponsabile: "Stai mettendo a rischio la nostra sicurezza! Non pensi al futuro!". Io mi sento soffocata. Il suo controllo sul denaro si estende sul mio modo di vivere. Lo accuso di volermi privare della libertà di godermi il presente. Per lui, la libertà è sicurezza economica. Per me, è potersi concedere ciò che mi rende felice. Il denaro è davvero solo della coppia? Sono costretta a rinunciare alle mie passioni solo perché il mio partner ha una paura esagerata del domani?*

*Sara, 35 anni, Roma.*

## 15:30 - 17:00 – Prima Parte: CONFRONTIAMOCI

### A. Lettura e Riflessione Personale (Circa 10 minuti)

1. **Scegliete** un componente del gruppo che legga la lettera di Sara ad alta voce.
2. **Rileggete** individualmente la lettera e **lasciatevi ispirare** dall'opera d'arte che avete trovato nella stanza (**Chagall - *La passeggiata***).

3. **Provate a rispondere** individualmente alle seguenti domande guida:

    - *quanto è giusto che ciascun partner sia libero di spendere i propri soldi senza dover rendere conto all'altro?*
    - *Quali sono i limiti che la coppia dovrebbe darsi nella gestione economica?*
    - *La gestione del denaro è solo una questione pratica o riguarda anche la fiducia e la libertà all'interno della coppia?*

## B. Condivisione e Sintesi di Gruppo (Circa 30 minuti)

1. **Nominate** una **persona che riassume** e annota sul cartellone le parole chiave e i temi centrali emersi dalla discussione.
2. **Formulate** un solo intervento di sintesi a testa (massimo 2 minuti) da condividere in plenaria, basato sulle riflessioni della lettera, sull'opera d'arte di supporto e sulle domande guida.
3. Terminato il giro, **riprendete** gli aspetti più importanti o ricorrenti emersi dagli interventi, e dopo un breve dibattito, **evidenziateli** sul cartellone.

## C. Lavoro in Sottogruppo (Circa 20 minuti)

1. **Dividetevi** in 3 sottogruppi da 3 componenti ciascuno.
2. **Individuate** con il sottogruppo una soluzione che ritenete più opportuna per rispondere alla Lettera.
    - ***Attenzione****:* ciascun componente **propone** la propria soluzione individuale; successivamente, i tre componenti **definiscono** insieme la soluzione che ritengono più ragionevole per la situazione vista nel suo insieme.
3. **Nominate** un **Referente** che descriverà la soluzione al gruppo di laboratorio.

## D. Condivisione delle Proposte (Circa 30 minuti)

1. Il **Referente** di ogni sottogruppo presenta al grande gruppo la soluzione trovata.
2. **Ascoltate** le tre soluzioni e **rispondete** alla domanda:
    - *qual è la necessità/sfida che risuona o si percepisce come più urgente nel quadro generale della situazione?*
3. **Condividete** intervenendo e rispondendo brevemente.
4. Con il grande gruppo, **fate sintesi** delle tre proposte e **convergete** su una sola soluzione operativa (sforzatevi di unire le questioni significative emerse da tutte le proposte).

# 17:15 - 18:15 – Seconda Parte: METTIAMOCI ALL'OPERA

## A. Riconferma della Soluzione (Circa 15 minuti)

1. Un **Facilitatore** del gruppo ricondivide la soluzione definitiva trovata nella prima parte.
2. Con il gruppo, **confermate** la scelta o, se necessario, **recuperate** alcuni aspetti importanti che si sono persi nei passaggi precedenti.
3. Una volta che la soluzione è definitiva, il Facilitatore la **restituisce** al gruppo.

## B. Scrittura Condivisa (Circa 45 minuti)

1. Con il gruppo, **scrivete** una risposta alla lettera di Sara per la "Redazione".
2. **Concentratevi** sul suggerire una proposta o una buona pratica per il discernimento, partendo dagli attori coinvolti e dal contesto.
3. **Elaborate** una lettera di risposta (minimo 1.500 battute - massimo 3.000 battute).
4. **Inserite** la lettera di risposta sul Padlet al link:

https://padlet.com/areafamigliaevita/seminario2025

# (Ri)cercatori di Libertà: Vie per un Discernimento

## Scheda di Lavoro per Laboratorio di Gruppo

**Sabato 8 Novembre 2025**

### 6. Lettera alla Redazione

**Devo sacrificare il mio spazio personale per il "tempo di coppia"?**

*Cara Redazione,*

*Mi chiamo Chiara, ho 40 anni, e con mio marito Davide abbiamo due figli di 8 e 10 anni. Siamo sempre di corsa: lavoro, compiti, sport, casa. Sono stanca e ho bisogno di ricaricarmi. La mia valvola di sfogo sarebbe mezz'ora a settimana per dipingere, una mia grande passione.*

*Ho proposto a Davide di ritagliarmi quel tempo, ma lui si è infuriato: "Il poco tempo che abbiamo libero lo devi dedicare a noi! Dobbiamo coltivare la coppia, non i tuoi hobby!". Mi sento in colpa, ma se non ho un mio spazio per ricaricarmi, divento intrattabile per tutti. Sento che la mia libertà personale è vista come un tradimento verso la coppia. La coppia è davvero l'unica priorità?*

*Chiara, 40 anni, Napoli.*

# 15:30 - 17:00 – Prima Parte: CONFRONTIAMOCI

## A. Lettura e Riflessione Personale (Circa 10 minuti)

1. **Scegliete** un componente del gruppo che legga la lettera di Chiara ad alta voce.
2. **Rileggete** individualmente la lettera e **lasciatevi ispirare** dall'opera d'arte che avete trovato nella stanza (**Magritte - *Gli amanti***).

3. **Provate a rispondere** individualmente alle seguenti domande guida:

    - *é un dovere della coppia sacrificare il tempo libero individuale per stare insieme?*
    - *Come si può conciliare il bisogno di "tempo per sé" con il bisogno di "tempo per noi"?*
    - *Il tempo libero, se vissuto separatamente, è un tradimento della coppia o un modo per nutrirla?*

## B. Condivisione e Sintesi di Gruppo (Circa 30 minuti)

1. **Nominate** una **persona che riassume** e annota sul cartellone le parole chiave e i temi centrali emersi dalla discussione.
2. **Formulate** un solo intervento di sintesi a testa (massimo 2 minuti) da condividere in plenaria, basato sulle riflessioni della lettera, sull'opera d'arte di supporto e sulle domande guida.
3. Terminato il giro, **riprendete** gli aspetti più importanti o ricorrenti emersi dagli interventi, e dopo un breve dibattito, **evidenziateli** sul cartellone.

## C. Lavoro in Sottogruppo (Circa 20 minuti)

1. **Dividetevi** in 3 sottogruppi da 3 componenti ciascuno.
2. **Individuate** con il sottogruppo una soluzione che ritenete più opportuna per rispondere alla Lettera.
    - ***Attenzione****:* ciascun componente **propone** la propria soluzione individuale; successivamente, i tre componenti **definiscono** insieme la soluzione che ritengono più ragionevole per la situazione vista nel suo insieme.
3. **Nominate** un **Referente** che descriverà la soluzione al gruppo di laboratorio.

## D. Condivisione delle Proposte (Circa 30 minuti)

1. Il **Referente** di ogni sottogruppo presenta al grande gruppo la soluzione trovata.
2. **Ascoltate** le tre soluzioni e **rispondete** alla domanda:
        - *qual è la necessità/sfida che risuona o si percepisce come più urgente nel quadro generale della situazione?*
3. **Condividete** intervenendo e rispondendo brevemente.
4. Con il grande gruppo, **fate sintesi** delle tre proposte e **convergete** su una sola soluzione operativa (sforzatevi di unire le questioni significative emerse da tutte le proposte).

# 17:15 - 18:15 – Seconda Parte: METTIAMOCI ALL'OPERA

## A. Riconferma della Soluzione (Circa 15 minuti)

1. Un **Facilitatore** del gruppo ricondivide la soluzione definitiva trovata nella prima parte.
2. Con il gruppo, **confermate** la scelta o, se necessario, **recuperate** alcuni aspetti importanti che si sono persi nei passaggi precedenti.
3. Una volta che la soluzione è definitiva, il Facilitatore la **restituisce** al gruppo.

## B. Scrittura Condivisa (Circa 45 minuti)

1. Con il gruppo, **scrivete** una risposta alla lettera di Chiara per la "Redazione".
2. **Concentratevi** sul suggerire una proposta o una buona pratica per il discernimento, partendo dagli attori coinvolti e dal contesto.
3. **Elaborate** una lettera di risposta (minimo 1.500 battute - massimo 3.000 battute).
4. **Inserite** la lettera di risposta sul Padlet al link:

https://padlet.com/areafamigliaevita/seminario2025

# (Ri)cercatori di Libertà: Vie per un Discernimento

## Scheda di Lavoro per Laboratorio di Gruppo

**Sabato 8 Novembre 2025**

### 7. Lettera alla Redazione

**La nostra intimità di coppia è soffocata dalla famiglia di lui.**

*Cara Redazione,*

*Sono Valentina, sposata da un anno con Paolo. Abbiamo appena comprato casa e siamo felici, se non fosse per i suoi genitori. Abitiamo vicino e si sentono in diritto di piombare a casa nostra senza preavviso, di criticare l'arredamento, e di darci consigli non richiesti sulle finanze e sui futuri figli. Io mi sento invasa, come se non avessimo la libertà di essere noi stessi.*

*Paolo minimizza: "Sono i miei genitori, lo fanno per affetto, non essere così rigida". Per lui, stabilire dei confini è un atto di ingratitudine. Per me, è l'unico modo per proteggere la nostra neonata identità di coppia. Siamo in perenne lite per questo: io lo accuso di non difenderci, lui mi accusa di voler tagliare i ponti. Come possiamo onorare i nostri genitori senza che la loro presenza limiti la nostra libertà di coppia e la nostra intimità?*

*Valentina, 30 anni, Bologna.*

## 15:30 - 17:00 – Prima Parte: CONFRONTIAMOCI

### A. Lettura e Riflessione Personale (Circa 10 minuti)

1. **Scegliete** un componente del gruppo che legga la lettera di Valentina ad alta voce.
2. **Rileggete** individualmente la lettera e **lasciatevi ispirare** dall'opera d'arte che avete

trovato nella stanza (**Fontana - *Tagli***).

3. **Provate a rispondere** individualmente alle seguenti domande guida:

    - *fino a che punto le famiglie d'origine possono e devono intromettersi nella vita della coppia?*
    - *Cosa significa "onorare" i propri genitori pur stabilendo dei confini sani?*
    - *Come può la coppia trovare un modo condiviso per difendere la propria intimità senza che uno dei due si senta diviso tra la famiglia d'origine e il partner?*

## B. Condivisione e Sintesi di Gruppo (Circa 30 minuti)

1. **Nominate** una **persona che riassume** e annota sul cartellone le parole chiave e i temi centrali emersi dalla discussione.
2. **Formulate** un solo intervento di sintesi a testa (massimo 2 minuti) da condividere in plenaria, basato sulle riflessioni della lettera, sull'opera d'arte di supporto e sulle domande guida.
3. Terminato il giro, **riprendete** gli aspetti più importanti o ricorrenti emersi dagli interventi, e dopo un breve dibattito, **evidenziateli** sul cartellone.

## C. Lavoro in Sottogruppo (Circa 20 minuti)

1. **Dividetevi** in 3 sottogruppi da 3 componenti ciascuno.
2. **Individuate** con il sottogruppo una soluzione che ritenete più opportuna per rispondere alla Lettera.
    - ***Attenzione***: ciascun componente **propone** la propria soluzione individuale; successivamente, i tre componenti **definiscono** insieme la soluzione che ritengono più ragionevole per la situazione vista nel suo insieme.
3. **Nominate** un **Referente** che descriverà la soluzione al gruppo di laboratorio.

## D. Condivisione delle Proposte (Circa 30 minuti)

1. Il **Referente** di ogni sottogruppo presenta al grande gruppo la soluzione trovata.
2. **Ascoltate** le tre soluzioni e **rispondete** alla domanda:
    - *qual è la necessità/sfida che risuona o si percepisce come più urgente nel quadro generale della situazione?*
3. **Condividete** intervenendo e rispondendo brevemente.
4. Con il grande gruppo, **fate sintesi** delle tre proposte e **convergete** su una sola soluzione operativa (sforzatevi di unire le questioni significative emerse da tutte le proposte).

# 17:15 - 18:15 – Seconda Parte: METTIAMOCI ALL'OPERA

## A. Riconferma della Soluzione (Circa 15 minuti)

1. Un **Facilitatore** del gruppo ricondivide la soluzione definitiva trovata nella prima parte.
2. Con il gruppo, **confermate** la scelta o, se necessario, **recuperate** alcuni aspetti importanti che si sono persi nei passaggi precedenti.
3. Una volta che la soluzione è definitiva, il Facilitatore la **restituisce** al gruppo.

## B. Scrittura Condivisa (Circa 45 minuti)

1. Con il gruppo, **scrivete** una risposta alla lettera di Valentina per la "Redazione".
2. **Concentratevi** sul suggerire una proposta o una buona pratica per il discernimento, partendo dagli attori coinvolti e dal contesto.
3. **Elaborate** una lettera di risposta (minimo 1.500 battute - massimo 3.000 battute).
4. **Inserite** la lettera di risposta sul Padlet al link:

https://padlet.com/areafamigliaevita/seminario2025

# (Ri)cercatori di Libertà: Vie per un Discernimento

## Scheda di Lavoro per Laboratorio di Gruppo

**Sabato 8 Novembre 2025**

### 8. Lettera alla Redazione

**Ho perdonato, ma il sospetto mi impedisce di vivere liberamente.**

*Cara Redazione,*

*Sono Matteo, 42 anni. Un anno fa ho scoperto che mia moglie Federica mi aveva tradito con un collega. Lei mi ha confessato tutto, pentita, dicendo che era stato un momento di fragilità. Ho scelto di perdonarla, non volevo distruggere la nostra famiglia. Ma quel perdono è diventato una prigione per entrambi.*

*Non riesco a fidarmi. Ogni volta che Federica esce con le amiche, o risponde al telefono, io la interrogo, la osservo, la giudico. Lei si sente soffocata e mi dice che la sua colpa non può essere una condanna a vita. Il mio perdono è diventato solo un atto a parole. Perché, nonostante abbia perdonato, non riesco a liberarmi dal sospetto? E come può Federica sentirsi di nuovo libera nel nostro matrimonio, sapendo che io la guardo sempre con l'occhio del giudice?*

*Matteo, 42 anni, Venezia.*

# 15:30 - 17:00 – Prima Parte: CONFRONTIAMOCI

## A. Lettura e Riflessione Personale (Circa 10 minuti)

1. **Scegliete** un componente del gruppo che legga la lettera di Matteo ad alta voce.
2. **Rileggete** individualmente la lettera e **lasciatevi ispirare** dall'opera d'arte che avete trovato nella stanza (**Hopper - *Stanza a New York***).
3. **Provate a rispondere** individualmente alle seguenti domande guida:

- *il perdono è un atto istantaneo o un processo?*
- *Quali sono le condizioni per un perdono che sia davvero liberatorio per entrambi i partner?*
- *In che modo si può ricostruire la fiducia in una coppia dopo un tradimento, e in che modo questo processo può diventare una fonte di libertà anziché una prigione?*

## B. Condivisione e Sintesi di Gruppo (Circa 30 minuti)

1. **Nominate** una **persona che riassume** e annota sul cartellone le parole chiave e i temi centrali emersi dalla discussione.
2. **Formulate** un solo intervento di sintesi a testa (massimo 2 minuti) da condividere in plenaria, basato sulle riflessioni della lettera, sull'opera d'arte di supporto e sulle domande guida.
3. Terminato il giro, **riprendete** gli aspetti più importanti o ricorrenti emersi dagli interventi, e dopo un breve dibattito, **evidenziateli** sul cartellone.

## C. Lavoro in Sottogruppo (Circa 20 minuti)

1. **Dividetevi** in 3 sottogruppi da 3 componenti ciascuno.
2. **Individuate** con il sottogruppo una soluzione che ritenete più opportuna per rispondere alla Lettera.
   - ***Attenzione****:* ciascun componente **propone** la propria soluzione individuale; successivamente, i tre componenti **definiscono** insieme la soluzione che ritengono più ragionevole per la situazione vista nel suo insieme.
3. **Nominate** un **Referente** che descriverà la soluzione al gruppo di laboratorio.

## D. Condivisione delle Proposte (Circa 30 minuti)

1. Il **Referente** di ogni sottogruppo presenta al grande gruppo la soluzione trovata.
2. **Ascoltate** le tre soluzioni e **rispondete** alla domanda:
   - *qual è la necessità/sfida che risuona o si percepisce come più urgente nel quadro generale della situazione?*
3. **Condividete** intervenendo e rispondendo brevemente.
4. Con il grande gruppo, **fate sintesi** delle tre proposte e **convergete** su una sola soluzione operativa (sforzatevi di unire le questioni significative emerse da tutte le proposte).

# 17:15 - 18:15 – Seconda Parte: METTIAMOCI ALL'OPERA

## A. Riconferma della Soluzione (Circa 15 minuti)

1. Un **Facilitatore** del gruppo ricondivide la soluzione definitiva trovata nella prima parte.
2. Con il gruppo, **confermate** la scelta o, se necessario, **recuperate** alcuni aspetti importanti che si sono persi nei passaggi precedenti.
3. Una volta che la soluzione è definitiva, il Facilitatore la **restituisce** al gruppo.

## B. Scrittura Condivisa (Circa 45 minuti)

1. Con il gruppo, **scrivete** una risposta alla lettera di Matteo per la "Redazione".
2. **Concentratevi** sul suggerire una proposta o una buona pratica per il discernimento, partendo dagli attori coinvolti e dal contesto.
3. **Elaborate** una lettera di risposta (minimo 1.500 battute - massimo 3.000 battute).
4. **Inserite** la lettera di risposta sul Padlet al link:

https://padlet.com/areafamigliaevita/seminario2025

# (Ri)cercatori di Libertà: Vie per un Discernimento

## Scheda di Lavoro per Laboratorio di Gruppo

**Sabato 8 Novembre 2025**

### 9. Lettera alla Redazione

**Mio marito non accetta che la nostra generatività sia solo sociale e non biologica.**

*Cara Redazione,*

*Mi chiamo Anna, ho 44 anni, e sono sposata con Michele da 12 anni. Abbiamo desiderato un figlio con tutte le nostre forze. Per quasi dieci anni abbiamo affrontato cure mediche, speranze distrutte e un dolore sordo che ci ha prosciugato, anche economicamente. Dopo l'ultimo fallimento, io ho detto basta. Non ce la faccio più a lottare contro il mio corpo.*

*Michele, però, non si arrende. Lui è convinto che una vera famiglia esista solo con i figli e che il nostro matrimonio non sia "completo". Io, per trovare un senso e per lenire il vuoto, ho trovato la mia strada nella generatività sociale: ho avviato con la parrocchia un bellissimo progetto di sostegno a distanza per orfani, trovando in questo un modo per essere "madre" e per donare il nostro amore. Mi sento realizzata e utile.*

*Lui, purtroppo, lo vede come un rimpiazzo di serie B e mi accusa di aver rinunciato alla nostra vera battaglia. Le nostre discussioni sono sempre le stesse: lui è convinto che la nostra libertà sia limitata dalla biologia, mentre io credo che siamo liberi di essere fecondi in un modo diverso, donando al mondo.*

*Anna, 44 anni, Padova.*

## 15:30 - 17:00 – Prima Parte: CONFRONTIAMOCI

## A. Lettura e Riflessione Personale (Circa 10 minuti)

1. **Scegliete** un componente del gruppo che legga la lettera di Anna ad alta voce.
2. **Rileggete** individualmente la lettera e **lasciatevi ispirare** dall'opera d'arte che avete trovato nella stanza (**Botero - *Scena di famiglia***).
3. **Provate a rispondere** individualmente alle seguenti domande guida:

    - *una coppia senza figli biologici è davvero una famiglia "incompleta"?*
    - *In che modo si può far capire al partner che la propria libertà non è legata alla biologia, ma alla capacità di amare in modo universale?*

## B. Condivisione e Sintesi di Gruppo (Circa 30 minuti)

1. **Nominate** una **persona che riassume** e annota sul cartellone le parole chiave e i temi centrali emersi dalla discussione.
2. **Formulate** un solo intervento di sintesi a testa (massimo 2 minuti) da condividere in plenaria, basato sulle riflessioni della lettera, sull'opera d'arte di supporto e sulle domande guida.
3. Terminato il giro, **riprendete** gli aspetti più importanti o ricorrenti emersi dagli interventi, e dopo un breve dibattito, **evidenziateli** sul cartellone.

## C. Lavoro in Sottogruppo (Circa 20 minuti)

1. **Dividetevi** in 3 sottogruppi da 3 componenti ciascuno.
2. **Individuate** con il sottogruppo una soluzione che ritenete più opportuna per rispondere alla Lettera.
    - ***Attenzione****:* ciascun componente **propone** la propria soluzione individuale; successivamente, i tre componenti **definiscono** insieme la soluzione che ritengono più ragionevole per la situazione vista nel suo insieme.
3. **Nominate** un **Referente** che descriverà la soluzione al gruppo di laboratorio.

## D. Condivisione delle Proposte (Circa 30 minuti)

1. Il **Referente** di ogni sottogruppo presenta al grande gruppo la soluzione trovata.
2. **Ascoltate** le tre soluzioni e **rispondete** alla domanda:
    - *qual è la necessità/sfida che risuona o si percepisce come più urgente nel quadro generale della situazione?*
3. **Condividete** intervenendo e rispondendo brevemente.
4. Con il grande gruppo, **fate sintesi** delle tre proposte e **convergete** su una sola soluzione operativa (sforzatevi di unire le questioni significative emerse da tutte le proposte).

# 17:15 - 18:15 – Seconda Parte: METTIAMOCI ALL'OPERA

## A. Riconferma della Soluzione (Circa 15 minuti)

1. Un **Facilitatore** del gruppo ricondivide la soluzione definitiva trovata nella prima parte.
2. Con il gruppo, **confermate** la scelta o, se necessario, **recuperate** alcuni aspetti importanti che si sono persi nei passaggi precedenti.
3. Una volta che la soluzione è definitiva, il Facilitatore la **restituisce** al gruppo.

## B. Scrittura Condivisa (Circa 45 minuti)

1. Con il gruppo, **scrivete** una risposta alla lettera di Anna per la "Redazione".
2. **Concentratevi** sul suggerire una proposta o una buona pratica per il discernimento, partendo dagli attori coinvolti e dal contesto.
3. **Elaborate** una lettera di risposta (minimo 1.500 battute - massimo 3.000 battute).
4. **Inserite** la lettera di risposta sul Padlet al link:

https://padlet.com/areafamigliaevita/seminario2025