









## Camminare a occhi bendati

|   |   |
|---|---|
|    | <p><u>Tempo previsto:</u> 30 m</p>  |
|    | <p><u>Luogo:</u> all'esterno, privo di ostacoli</p>   |
|    | <p><u>Partecipanti:</u> 2 persone – piccolo gruppo</p>  |
|    | <p><u>Materiale:</u> 1 benda per gli occhi a persona</p>  |
|    | <p><u>Procedimento:</u></p> <p>Chiedete ai partecipanti di scegliere un partner per l'esercizio; chiedete poi di comporre due file in cui ciascuno ha di fronte il proprio partner, mantenendo una distanza di circa 3/6 metri.</p> <p>Al segnale d'azione, la fila designata camminerà con gli occhi bendati verso la fila di fronte. Perché siano in sicurezza, possono camminare con la posizione "paraurti", ossia stendendo in avanti le braccia coi gomiti un po' piegati e i palmi delle mani ripiegati all'insù. I partecipanti della fila che sta ferma, se tutto va bene, aspetteranno di incontrare i loro partner bendati fino ad avere le mani palmo contro palmo. Quelli che possono vedere hanno la responsabilità di muoversi da una parte all'altra fino ad incontrare il proprio partner, anche perché chi è bendato non necessariamente camminerà dritto lungo la linea. Questo elemento dell'esercizio è cruciale per la sicurezza ed è importante sottolinearlo ai partecipanti. Una volta che i partecipanti con gli occhi bendati hanno raggiunto la meta possono togliere la benda. Vengono ricomposte le file, si invertono i ruoli tra i partecipanti delle due file e l'esercizio ricomincia daccapo.</p> <p>Ogni qualvolta si ha a che fare con persone bendate il facilitatore deve essere consapevole della questione sicurezza. Prima di iniziare l'esercizio occorre verificare coi partecipanti l'uso della parola "STOP". Una volta che il gruppo sente questa parola, indicativa di un pericolo (es. un partecipante che sta per scontrarsi con qualcun altro), ciascuno deve bloccarsi sulla propria traiettoria finché il facilitatore corregge la posizione di chi è in pericolo e dà di nuovo l'avvio.</p> |
|  | <p><u>Finalità:</u></p> <p>costruire fiducia, saper ispirare affidabilità, credibilità, sperimentare in maniera positiva il sentimento di sicurezza</p>   |
|  | <p><u>Domande per la discussione:</u></p> <p>Cosa è avvenuto? Che tipo di emozioni/sentimenti avete provato?</p>  |
|  | <p><u>Fonte:</u></p> <p>James Neil, 2004</p>  |