



# CREARE UNO SPAZIO PIÙ SICURO!

**CONDIVIDEREMO UNO SPAZIO CHE CREEREMO INSIEME, E CHE OGNUNO DI NOI PUÒ INFLUENZARE. TI INVITIAMO A PRENDERTENE CURA E A CREARE UNO SPAZIO PIÙ SICURO PER TUTTI NEL GRUPPO.**

## LO SPAZIO È

- uno **spazio in cui imparare.**
- uno **spazio senza giudizio** (continuiamo a tenerlo monitorato questo fattore, soprattutto per quanto è difficile mantenerlo!)
- uno **spazio di condivisione**, MA quanto vuoi condividere sta a te!
- uno **spazio di rispetto** per ciascuno e per ogni storia



**PER QUESTO VIAGGIO, È FONDAMENTALE CREARE UNO SPAZIO PIÙ SICURO.**

**PER CONDIVIDERE SENTIMENTI ED ESPERIENZE PERSONALI BASANDOSI SULLA FIDUCIA RECIPROCA:**

- Promuovere **L'ASCOLTO ATTIVO.**
- Essere **EMPATICI** (mettiti nelle scarpe delle altre persone).
- Accogliere **LA DIVERSITÀ** di voci ed esperienze.
- Promuovere **LA CURA DI SÈ:** incoraggiare te e gli altri a rispettare i propri limiti e a prendersi cura degli altri.
- **RISPETTARE IL SILENZIO** quando qualcuno non vuole partecipare.
- **NON TI VERGONGARE!** Non è un problema se non sai tutto o se tratti questi argomenti per la prima volta.
- Tutti sbagliamo... **AMMETTI LO SBAGLIO E SCUSATI**, se ce n'è bisogno.
- **RISPETTA I LIMITI!** parliamo di temi sensibili e le persone potrebbero reagire in modo diverso (aggressività/riate nervose etc). Quando qualcuno sembra a disagio, lascialo spazio, rallenta, non spingere

