

**COLLEGAMENTO
CON GLI ISCRITTI
ALLE UNIVERSITÀ**

A Giornale digitale

Direzione: Via della Racchetta, 9c - 36100 Vicenza - tel. 0444 541860 - e-mail: segreteria@univia.it - Direttore responsabile: Giuseppe Dal Ferro - Mensile registrato al Tribunale di Vicenza n. 937 in data 23-09-1998 - Iscrizione ROC: 11424 - Grafica CTO/VI - Invio on-line riservato agli iscritti

RESILIENZA, UNA CAPACITÀ DA ACQUISIRE

Si parla di resilienza come la capacità di assorbire un urto senza rompersi: la parola deriva dal verbo *resilio* che significa rimbalzare, tornare indietro.

Una superficie che si deforma mentre viene compressa per poi riacquistare la propria forma originaria è dunque *resiliens*, elastica, resiliente. Da qui deriva l'uso psicologico in riferimento alla capacità di un individuo di affrontare e superare un evento traumatico o un periodo di difficoltà.

Ottimismo, flessibilità, creatività, capacità di lavorare in gruppo attingendo alle proprie esperienze pregresse e a quelle altrui, ma anche autoregolazione comportamentale e disponibilità a differire la gratificazione alimentano la resilienza.

Funzione psichica

Questa non è soltanto un'attitudine innata, ma si tratta di una funzione psichica o capacità modificabile nel tempo con l'educazione, l'esperienza e l'esercizio. Alcuni e alcune sono più resilienti perché maggiormente disposti a lasciarsi coinvolgere nelle diverse attività. Hanno inoltre il *locus of control* interno: sono perciò persone convinte di poter determinare gli eventi, non sentendosi in balia degli stessi. Resilienza è sinonimo di predisposizione ad accettare i cambiamenti non considerandoli problemi irrisolvibili. Il gusto per le sfide e la *curiositas* aiutano.

La resilienza presuppone pensieri, emozioni e comportamenti che chiunque è in grado di apprendere. Avere un alto grado di resilienza vuol dire avere le risorse per affrontare stress e fatica senza sentirsi sopraffatti. Essere resilienti non significa presumersi essere infallibili, ma

scoprirsi disposti a correggere la rotta, quando serve.

I cinque fattori

I cinque fattori che contribuiscono a sviluppare la resilienza sono l'ottimismo, perché cogliere il lato buono delle cose promuove il benessere e garantisce la lucidità indispensabile nel *problem solving*; l'autostima, perché consente di tollerare le critiche altrui senza depressione; la robustezza psicologica, perché garantisce la capacità di controllare l'ambiente nel quale si è inseriti, di impegnarsi per la realizzazione degli obiettivi riconosciuti come significativi e di sfidare il cambiamento interpretandolo come opportunità di crescita piuttosto che come minaccia per le proprie sicurezze; le emozioni positive, cioè il focalizzarsi sul bicchiere mezzo pieno anziché sulla parte vuota; il supporto sociale, ovvero la percezione di essere l'oggetto dell'amore e delle cure di chi ci stima e ci apprezza.

Non si deve sottovalutare l'importanza di avere attorno persone che ci diano, con il loro ascolto attivo, l'empatia e la sospensione dei giudizi, la possibilità di raccontare quelle che percepiamo essere le nostre sventure, liberandoci in parte dal peso della sofferenza.

Ciò che determina la capacità di ritrovare l'equilibrio e di modificare lo sguardo con cui leggiamo ciò che affaticante ci accade, superando il processo di analisi lineare che collega in maniera deterministica un effetto a una causa, sono sì alcune risorse personali, ma anche e nondimeno le qualità delle relazioni e dei legami creati prima e dopo l'evento traumatico.



Appuntamenti

Da metà settembre si aprono le segreterie per le iscrizioni che, corredate dall'attestazione del versamento della quota, daranno il via alle regolari lezioni.

20 settembre 2024 ore 10, presso il santuario di Monte Berico, "Festa dei Giubilei" e Santa Messa.

28 settembre a Sandrigo mattinata con la presentazione di vari atelier e pranzo allo stand del bacalà.

Dalle 9.30 vetrina su disegno, acquarello, pittura, serigrafia, manualità con carta, pane e sale, bigiotteria, smartphone, storytelling.

Iscrizioni entro il 15 settembre.

ALESSANDRA MANTIA

LA RETE DELLE UNIVERSITÀ UN CAMMINO CONDIVISO

Le cosiddette **Università della Terza Età o Università del tempo libero in Italia** spuntano in ogni città, nei quartieri e anche nei maggiori centri di provincia per offrire a poco prezzo la possibilità di un costante aggiornamento culturale. Dalle lingue al *decoupage*, dalla storia all'informatica: **l'offerta formativa è davvero sconfinata**. Sono gestite da associazioni o fondazioni e in cattedra salgono **docenti qualificati**, professori di scuole superiori o professionisti. Spesso queste istituzioni mettono a disposizione dei loro iscritti, e fanno conoscere, anche un ampio contorno di altre **attività culturali**: conferenze, incontri, visite guidate, ma anche vere e proprie **gite**.

La Fondazione Università adulti/anziani collega quest'anno accademico ben 28 sedi, di queste 35 classi nel territorio.

Una sola istituzione con tante sedi, è questa una delle peculiarità e una sfida, perché abbiamo varie realtà, ciascuna con la sua particolarità, ma unita con una profonda unità a tutte le altre. È una struttura **in rete** che accomuna ogni sede soprattutto nella visione dell'uomo, nei valori, nelle finalità, nella formulazione di programmi, nel metodo, salvaguardando la specificità di ciascuna.

Scriva un autore: *“Le reti abilitano i diversi soggetti - grandi o piccoli, centrali o periferici - ad usare in modo efficace la conoscenza, coltivando*

in questo modo la propria intelligenza e la propria autonomia nella produzione di valore e nella costruzione di vantaggi competitivi”.

La creazione di una rete di sedi unite profondamente tra loro è una priorità strategica, in questo settore della formazione degli adulti, visti i percorsi eterogenei disseminati nel territorio italiano.

È una realtà “diffusa” nel territorio che cerca di assicurare le garanzie della qualità e della didattica di alto livello. È una rete di collaborazione e cooperazione territoriale, che favorisce da una parte la valorizzazione di un territorio, dall'altra promuove un modello unitario che le varie sedi fanno proprio.

Questo perché siamo certi della funzione insostituibile della cultura condivisa, di un cammino formativo condiviso, di un ideale di uomo condiviso, proprio in questa nostra epoca, che ci presenta una società pluralista. Le società postmoderne tendono a diventare caotiche perché poste di fronte a nuovi problemi sono incapaci di produrre un senso unitario del vivere, un sistema di valori condivisibili da tutti. Fondamentale è l'idea di un bene comune che è possibile perseguire meglio cooperando anziché ostacolando reciprocamente. Questa idea di società è resa possibile proprio dall'idea del pluralismo culturale, in quanto risultato di un'idea di società in cui molti possono stare insieme, dove ciascuno

realizza meglio i propri progetti limitando la propria volontà soggettiva, nella consapevolezza che lavorare per il bene di tutti è il modo migliore per realizzare il proprio e di essere più liberi.

Valori condivisi

La **rilevanza sociale dei valori condivisi** appartiene al grande campo della **cultura**: gli elementi che la compongono fondano il senso di appartenenza alla comunità.

La struttura a rete permette così di garantire una unità di intenti, una maggiore razionalizzazione delle risorse e dei compiti, e il rigore scientifico dei vari centri formativi.

Molto spesso, purtroppo, nel nostro paese le attività rivolte alla formazione di adulti sono quasi punti isolati tra loro all'interno del sistema di ricerca nazionale.

La novità dell'Università adulti/anziani è di integrare le diverse sedi in una rete formativa che faccia di ognuna una realtà con una sua identità e dall'altra che sia strettamente collegata con la Sede centrale e attraverso essa con tutte le altre sedi.

Nel sistema a rete, perché tutto funzioni, è fondamentale il dialogo, il rapporto costante di ogni sede con quella centrale, lo scambio, la condivisione, la responsabilità. Le occasioni periodiche di confronto tra le diverse Sedi sono opportunità per confrontarsi sui problemi, facilitare la diffusione di “buone pratiche”, scambiare informazioni,

verificare la possibilità di attivare sforzi comuni per la costruzione della casa della cultura e non di centri dove prevalga l'aggregazione-socializzazione turistica.

Le singole sedi possono fornire delle risposte al loro ambito territoriale specifico (il paese o la zona) a partire dall'impatto che l'Università ha su un determinato territorio, **ma non di fornire una risposta** a tutte le domande rilevanti.

Senso di appartenenza

Questo può avvenire solo con una rete istituzionale, di dimensioni articolate (ecco il valore della Sede centrale), che abbia presente le varie esigenze delle sedi, le problematiche che spesso ci sono nel rapporto con le autorità civili, con le quali l'Università adulti/anziani ha le convenzioni. Grazie al sistema a rete c'è la possibilità di una struttura di Segreteria che aiuti e dia possibilità concreta di contenere i costi. È evidente che la forza di dialogo che ha l'intera Università sia con la struttura civile, sia con altre realtà sociali e formative, è molto diversa da quella di una singola sede.

È ovvio che il “modello” a rete che l'Università adulti/anziani deve essere vissuto come “proprio” da ogni sede, determinando un aumento della fiducia reciproca, favorendo lo sviluppo della Sede e insieme di tutto la struttura della rete.

FRANCESCO GASPARINI

QUALI I VANTAGGI NEL FARE RETE

Condividere conoscenze e competenze. Le risorse e i saperi che un'organizzazione può avere al proprio interno spesso non sono sufficienti per affrontare una realtà in rapido cambiamento. Entrare a far parte di una rete culturale significa certamente **dare** (condividere una parte delle proprie esperienze e conoscenze) **ma anche ricevere** (un numero maggiore di idee, suggestioni, informazioni). Ma per collaborare è necessario a volte saper fare un passo indietro per lasciare spazio agli altri. Chi è nella rete deve gestire in maniera corretta e proficua i rapporti interpersonali con gli altri membri della struttura formativa.

Essere stimolati al cambiamento. Il cambiamento a volte è faticoso e comporta alcuni rischi. Quando una realtà partecipa a una rete è portata ad affrontare il cambiamento con maggior serenità e quindi con minor ansia: si impara a considerarlo come spinta positiva grazie al confronto con altre realtà. Non bisogna dimenticare che le organizzazioni sono fatte di persone che a volte faticano a modificare le proprie convinzioni e i comportamenti, soprattutto dopo un lungo periodo. Far parte di una rete può aiutare in un processo che stimola anche a ripensare il proprio modo di "fare cultura". Penso al percorso che si sta facendo con i vari laboratori (teatrale, coro, pittura, informatica). Ma il cambiamento è necessario perché l'Univer-

sità adulti/anziani viva. E ognuno deve prepararsi il successore!

Sentirsi parte di una rete culturale. Fare parte di una rete culturale sostenibile significa qualificare la propria realtà e rispondere, prima di altri, alla richiesta di una società che chiede di coniugare la formazione culturale con l'attenzione all'ambiente e al sociale. Significa anche restare costantemente aggiornati e contribuire alla diffusione della cultura della sostenibilità.

Attivare utili collaborazioni. Essere protagonisti attivi della rete può aiutare anche lo sviluppo complessivo dell'Università nella sua totalità. In particolare per le sedi più piccole – ma non solo –

può essere utile conoscere altri soggetti che sul territorio hanno competenze e presenze diverse. Fare parte di una rete aiuta ad attivare processi collaborativi per sperimentare iniziative innovative, realizzare progetti utili alla comunità locale, creare partnership orizzontali. In alcuni casi le realtà che aderiscono ad una rete possono co-progettare e condividere servizi. Penso alla condivisione che succedeva nelle giornate interuniversità e succede negli scambi tra una sede e l'altra.

Ovviamente il quadro sommariamente presentato richiede più interazione, più collaborazione e deve spingere la Sede centrale, in accordo con le sedi della provincia, a

costituire una cabina di regia forte e nello stesso tempo collegiale, capace di ascolto e di aiuto, in grado di dare concretezza alle richieste che arrivano in modo tempestivo ed efficace. È ovvio che non tutto sarà sempre perfetto e, secondo quanto ci si attende, ma siamo tutti persone che cerchiamo di fare il nostro meglio per l'Università. È però fondamentale che perché tutto questo possa funzionare, ci sia la certezza che nelle diverse sedi locali, siano cementati e condivisi gli stessi valori, le stesse finalità, gli stessi interessi, gli stessi metodi per rendere il rapporto e il cammino più fruttuoso e continuo, ma anche si possano raggiungere gli obiettivi con budget adeguati.

Nuove classi

Dopo il successo di presenza per le lezioni del mattino a Schio, Thiene, Vicenza e l'avvio di corsi a Longare, Monticello, quest'anno si propongono classi "leggeri" con lezioni al mattino anche a Torri, Sandrigo, Lonigo, Noventa Vicentina.



Perché ci sono quote diverse nelle Università

Siamo una grande famiglia ed ogni sede ha le proprie difficoltà. Il concorso spese chiesto ad ogni corsista è una piccola cosa (da 1,50 a 2,50 euro a giornata). I costi dipendono dalle spese che riguardano i docenti, gli staff

locali (dove alcuni sono volontari), gli affitti di locazione e le spese generali. I Comuni concorrono diversamente e possono farlo solo in base al numero dei frequentanti ivi residenti.

Da questi calcoli nasce la quota differente che ogni sede propone ai corsisti.

IL COORDINAMENTO DELL'UNIVERSITÀ ADULTI ANZIANI

Per il buon andamento dell'Università Adulti Anziani è strategica la funzione di coordinamento su diversi piani. Naturalmente, per coordinamento deve essere intesa la regolazione e la gestione di elementi diversi al fine di sviluppare l'attività in piena sintonia con la sede centrale di Vicenza, condividendo i comuni obiettivi.

Di conseguenza diventa un processo d'integrazione, favorendo i collegamenti fra parti differenti.

La figura del coordinatore riveste, quindi, una notevole importanza perché le sue azioni possono portare al successo dell'attività universitaria o al mancato raggiungimento degli obiettivi precedentemente fissati per le sedi nonché a creare un ambiente sereno ed accogliente per gli iscritti.

È il primo tramite con chi frequenta l'Università per qualsiasi tipo di comunicazione diretta o indiretta oltre ad essere portavoce delle istanze degli iscritti verso la segreteria della Fondazione.

Ha l'obbligo di intervenire ogni qualvolta si verificano difficoltà sia operative che organizzative e relazionali.

Deve avere un atteggiamento responsabile nei confronti della sede centrale e dei frequentanti la sede locale, cercando di essere sempre supportato e ben informato e formato ad affrontare il proprio ruolo nell'ottica di una crescente professionalità.

Il coordinatore deve

valorizzare le risorse al meglio sia dei singoli che del gruppo nel suo insieme, riconoscendo le difficoltà, trasformandole in gratificazioni per le singole persone, gestendo i conflitti, adoperandosi per fare capire agli iscritti la responsabilità del lavoro, mettendosi a disposizione per trasferire alla sede centrale quanto ascoltato dagli iscritti.

Le parole che meglio sintetizzano questo ruolo sono coordinare, promuovere e innovare. Coordinare significa raccogliere, organizzare insieme ad un fine determinato idee, progetti e sforzi. Promuovere significa fare avanzare, fare progredire non solo le arti, la cultura, ma anche la socialità. Innovare significa introdurre qualcosa di nuovo anno dopo anno.

Queste definizioni si trasformano in azioni concrete solo se supportate da altre abilità e prevedono e pretendono capacità di coinvolgimento degli

iscritti, capacità di relazione con la sede centrale di Vicenza per svolgere al meglio il proprio ruolo, consapevoli che queste sono competenze necessarie e strategiche.

La funzione di coordinamento si colloca in posizione intermedia tra la sede di Vicenza cui compete la gestione contabile amministrativa e i docenti che vanno accolti e indirizzati e gli iscritti con i quali si interfaccia per poter filtrare problematiche sia organizzative che tecniche.

La funzione di coordinamento non è dotata di autonomia funzionale relativa alla gestione ed erogazione del servizio ma è figura di garanzia per il corretto funzionamento dello stesso con particolare riguardo alle direttive ricevute dalla sede centrale.

Quindi non gestisce centri di costo e tutte le esigenze in proposito vanno segnalate alla segreteria della sede di Vicenza.

Dovrà altresì far riferi-

mento all'amministrazione e relazionare per soluzioni di problematiche urgenti o gravi. Le particolari responsabilità della funzione di coordinamento prevedono anche la gestione dei rapporti con gli amministratori rappresentanti degli iscritti, fornendo su richiesta ogni dettaglio funzionale al servizio complessivamente inteso e favorendo e stimolando discussioni e confronto nell'ottica di accrescere la qualità del servizio. È importante condividere con la sede centrale e con gli iscritti proposte di attività extra time di natura culturale e sociale.

Infine, al termine dell'annata sarà importante attivare le verifiche conclusive per stabilire se le attività abbiano avuto incidenza socioculturale di rilevanza, per potere programmare un nuovo anno accademico alla luce dei risultati ottenuti.

LUCIANO DE ZEN

Le sedi nel territorio

Vicenza: due opzioni (mattina e pomeriggio) nella cintura urbana: Caldogno - Camisano Vicentino - Costabissara - Creazzo - Dueville - Monticello Conte Otto e Torri di Quartesolo (per entrambe opzione anche di mattina)

nell'area berica: Longare e Noventa Vicentina (per entrambe opzione anche di mattina)

nell'area bassanese: Asiago - Bassano del Grappa - Cassola - Marostica - Sandrigo (opzione anche di mattina)

nell'ovest vicentino: Arzignano - Chiampo - Cornedo - Lonigo (opzione anche di mattina) - Montecchio Maggiore - Sovizzo - Valdagno

nell'area dell'alto vicentino: Breganze - Malo - Schio (lezioni al mattino) - Thiene (lezioni al mattino) - Villaverla

nel Padovano: Carmignano di Brenta

