

QUELLO

Esplorazione

CHE

NON

Sensibilizzazione

Riflessione

SI

VEDE

QUELLO

Esplorazione

CHE

NON

Sensibilizzazione

Riflessione

SI

~~VEDE~~

Un progetto di ricerca che raccoglie racconti sul tema del mondo del lavoro, delle relazioni di cura e del benessere. Un'indagine sul genere, sulle disuguaglianze e sui privilegi.

“Quello che non si vede” nasce come riflessione e ripensamento delle relazioni tra cura, benessere e lavoro, considerate dal punto di vista del loro potere politico. Per fare ciò si è sperimentato il lato radicale della cura, ovvero ci si è posti delle domande che coinvolgono la parte più intima della persona.

A questo progetto sono state invitate a partecipare persone che, per il loro lavoro o per forme di attivismo e interesse personale, sono vicine o si occupano di queste tematiche.

La pubblicazione è stata possibile grazie a diversi contributi e domande: activist* con approcci femministi, queer e antirazzisti, persone con disabilità che vivono esigenze di cura, dirigenti nell’ambito delle pari opportunità che prestano attenzione ai ruoli femminili, madri che mettono in atto o subiscono i ruoli della cura, terapeut* e infermier* che lavorano in prima linea nel

mondo delle cure, persone che praticano bdsm come forma di attenzione e terapia, giornalisti*, operat* sociali che lavorano nell'ambito dell'accoglienza, student* attivi nella trasformazione sociale, ricercat*, insegnanti, coach e persone che sono impegnate nelle comunità educative.

“Quello che non si vede” parte da una domanda principale: come possiamo agire in modi situati e interdipendenti avendo la cura come punto di riferimento centrale e come atto di trasformazione?

I contenuti sono stati raccolti e generati grazie a conversazioni e workshops sui temi proposti. Ne è nata una serie di dialoghi sui lati invisibili e nascosti della nostra persona, sul nostro curriculum di skills e lavori che facciamo per mantenerci senza che ci vengano riconosciuti, sulle strategie che adottiamo per sopravvivere nella nostra diversità, e su tutte quelle azioni che facciamo anche quando non facciamo niente. Le conversazioni, infine, sono diventate domande nei poster da distribuire sul territorio.

Il progetto si sviluppa in maniera generativa attraverso tre fasi:

- Fase di esplorazione dei significati durante incontri che vertevano su cosa ci determina, cosa ci ostacola e in che modo si è scelto di osare.

- Fase di sensibilizzazione pubblica tramite poster che raccolgono domande nate da conversazioni private e co-create durante gli incontri.

- Fase di riflessione grazie ad una richiesta di contributi scritti su pratiche ideali e nuovi modi di ingaggiarsi.

Domande 1, 2, 3, 4 -----

Osare 1 -----

Domande 5, 6, 7, 8, 9 -----

Osare 2 -----

Domande 10, 11, 12, 13, 14 -----

Osare 3 -----

Domande 15, 16, 17, 18, 19 -----

Osare 4 -----

Domande 20, 21, 22, 23, 24 -----

Osare 5 -----

Domande 25, 26, 27, 28, 29 -----

Osare 6 -----

Domande 30, 31, 32, 33, 34 -----

Osare 7 -----

Domande 35, 36, 37, 38 -----

	Pag. 11
	Pag. 16
Contributo 1	Pag. 19
	Pag. 21
	Pag. 26
Contributi 2, 3	Pag. 29
	Pag. 35
	Pag. 40
Contributi 4, 5	Pag. 43
	Pag. 49
	Pag. 54
Contributo 6	Pag. 57
	Pag. 63
	Pag. 68
Contributi 7, 8	Pag. 71
	Pag. 79
	Pag. 84
Contributi 9, 10	Pag. 87
	Pag. 91
	Pag. 96
Contributo 11	Pag. 99
	Pag. 101

QUALI DOMANDE TI TRIGGERANO?

COME POSSO
PRENDERMI CURA
DI TE?

QUALE DOMANDA
VORRESTI CHE
QUALCUN* TI
FACESSE?

COSA VORRESTI
SENTIRTI DIRE
E DA CHI?

ESPLORAZIONE

osare —

**per coltivare
spazi di cura al di
là della propria
famiglia**

Percepire o immaginare un luogo come ostile ha come letale conseguenza la sottrazione. È piuttosto facile immaginare un luogo come ostile.

Gli spazi - anche quelli “safer” - sono sempre spazi dominati / da dominare.

Per evitare la sottrazione è necessaria una riflessione sul metodo.

Quando il metodo di interazione è il centro del processo, acquisisce forme ritagliate su di noi, quando l’assertività di chi possiede lo spazio del discorso viene costantemente ridiscussa, allora il dominio non si cristallizza, può essere distrutto. Il metodo non può che essere dinamico, di un dinamismo che acquisisce il tempo della personale esigenza. Dilatare i tempi, espandere i modi dell’interazione reciproca sono strategie per costruire luoghi non gerarchici.

Il luogo diventa luogo di cura.

– Chiara

A QUALE TIPO DI
COMPORTAMENTO
VORRESTI
NON ESSERE
SOTTOPOST*?

IN QUALE SITUA-
ZIONE VORRESTI
CHE TI VENISSE
CHIESTO IL TUO
CONSENSO?

CHE COSA È
FONDAMENTALE
PER LA TUA AUTO
DETERMINAZIONE?

QUALI AZIONI NON SONO OVVIE?

CHE COSA TI OSTACOLA?

ESPLORAZIONE

osare —

**difendere i propri
confini e invitare
anche gli altri a
prendersi cura**

Cura di me stessa e del mio circondario per me significa gestione individuale del tempo, significa invitare chi mi sta intorno, oltre che me stessa, a riflettere costantemente su cosa ci rende felici, cosa ci da serenità ed equilibrio interiore.

Dapprima come libera professionista e ora come figura dirigenziale, ho sempre avuto il privilegio di gestire orari e mole di lavoro, di prendere atto e agire a favore delle singole esigenze delle persone coinvolte in un progetto, sia lavorativo che personale. Oggi ci tengo a dare alle mie collaboratrici delle ore libere, a concedere loro di allungare pause pranzo o ridurre ore lavorative, prolungare vacanze o prendersi periodi formativi (anche di carattere personale), di concedersi tempo per la cura dei figli, attività fisica o benessere psicofisico. Mi piace capire come si considerano le persone stesse, quali, a loro avviso, sono le loro capacità e quali i loro punti deboli, quali le aree d'interesse e quali invece gli aspetti che a lungo andare potrebbero scoraggiare.

A mio avviso cura significa ascoltare con attenzione chi si ha di fronte e dall'altro lato avere chi ti ascolta con la stessa attenzione. Significa ascoltare quali sono le passioni e attività extra-lavorative per esempio delle mie colleghe, per imparare a conoscerle meglio, per venire incontro alle loro esigenze individuali e instaurare rapporti di cura reciproca. Sono convinta che flessibilità e tolleranza debbano essere le priorità assolute in ogni impresa e ambiente lavorativo, affinché possano crearsi legami di collaborazione e sostegno, piuttosto che di competizione e frenesia.

Credo che ogni team leader debba evitare di imporre troppo le proprie esigenze, ma piuttosto intentare, nel possibile, di rispettare i tempi e i modi di ciascuna persona, che così, per di più, si trasforma in un personale sereno e motivato. Personalmente apprezzo chi mi dice “oggi non sono al massimo” oppure “oggi mi sento caric*”, mi permette di capire lo stato d'animo della per-

sona e agire di conseguenza, e allo stesso tempo di concedere a me stessa di esprimere i miei limiti in caso di necessità. Prendermi cura del mio circondario personale e lavorativo, significa vedermi come parte di una squadra, un insieme di individui che agiscono insieme per migliorare ed evolvere un sistema.

Cura per me significa rispettare gli alti e bassi che ogni essere umano ha, senza giudicarli, ma cercando di supportarsi reciprocamente, una volta essendo più attiv* una volta magari facendosi aiutare da altri. Cura per me significa poter essere sincer* e far vedere senza vergogna i propri momenti di sconforto o vulnerabilità.

— Sarah

Vorrei che fossimo noi, tu, io e tutte le altre e mai un noi indistinto, indefinito. Vorrei che fossimo un coro pulsante, orizzontale, infinito. Vorrei che non dessimo per scontato il desiderio, né la sua presenza né la sua assenza, vorrei che trovassimo un modo nuovo di nominarlo desiderio. Vorrei che non abolissimo mai la prima persona singolare quando ci prendiamo cura dell'altr*, ma non avere neanche paura di dire noi e nominarci insieme. Vorrei poter scegliere di avere paura e di cosa averla. Vorrei non avere paura di che cosa sei, e vorrei non l'avessi anche tu. Vorrei che tu mi ascoltassi davvero e avere la possibilità di farlo anche io. Vorrei che i nostri corpi fossero invisibili e importanti come tutti gli altri. Vorrei avessimo bisogno di non rivendicare nulla, oppure di farci coro. Vorrei poter dire voglio, vogliamo. Vorrei che questo fosse il nostro manifesto.

– Irene

IN QUALI MODI SCEGLI DI OSARE?

COSA TI FA
SENTIRE NON
RAPPRESENTAT*?

COME STAI?

COSA È SOSTENIBILE PER TE?

CHE COSA È
PER TE LA CURA?

ESPLORAZIONE

osare —

**concentrarsi
sulla costruzione
di relazioni
piuttosto che
concentrarsi sulla
produttività**

Da qualche anno lavoro come arteterapeuta e la mia vita, da quando ho iniziato questa professione, è fortemente condizionata dal mio lavoro, che al momento assorbe la maggior parte del mio tempo. Quello di arteterapeuta è un lavoro di cura e quindi la cura nella mia vita è diventata largamente professionalizzata.

Prima di dedicarmi all'arteterapia ho sempre cercato di lavorare il meno possibile e di dedicarmi piuttosto a far parte, e spesso creare assieme ad altri, gruppi, collettivi, spazi comuni, famiglie allargate e "houses", ispirati da pratiche di incontro e dei commons. Cura non è un termine che abbiamo spesso messo al centro, io per le dinamiche collettive ho sempre preferito il termine "desiderio" come lo intendono Deleuze e Guattari, ma la questione della cura è sempre stata presente, anche attraverso le letture di Silvia Federici e del femminismo marxista. Quando parlavamo di cura lo facevamo sempre in termini di collective and mutual care.

In tutto quello che ho fatto fuori dal lavoro ho sempre messo me stesso e i miei desideri-bisogni in gioco assieme a quelli degli altri, nel senso che mi è sempre interessato partire da punti di implicazione personale piuttosto che di cura dell'altro.

Per me le cose si sono complicate quando ho iniziato a lavorare come arteterapeuta perché la professionalizzazione tende a rendere la cura unidirezionale: sono io che devo prendermi cura delle persone con cui lavoro mentre loro non possono prendersi cura di me. Nonostante questo, cerco di pensare comunque alla mutualità anche nel lavoro di terapia e alla possibilità che, se non la cura, il desiderio si muova in modi trasformativi e multidirezionali: anche la mia vita, i miei spazi, le mie relazioni quotidiane, si trasformano attraverso le relazioni con le persone con cui lavoro. E cerco anche di continuare a pensare alle possibilità al di fuori del lavoro di offrire supporto e chiedere aiuto non solo ad

amici ma anche a persone che, seppur non conosco personalmente, o non ancora, fanno parte di “comunità”, come la comunità queer nel quartiere dove vivo.

Io direi quindi che le sfide della cura, almeno per me, ruotano attorno e contro la divisione fra vita professionale e vissuto quotidiano, e quella fra cura personale, mono o unidirezionale, e cura collettiva e mutua. Aggiungerei un'altra divisione, quella tra cura di persone e cura del non-umano o più-che-umano, e la sfida qui è quella ancora una volta di pensare questa altra cura non come uni- ma come multidirezionale. È così che forse “self care” può essere ripensato altrimenti, fuori da paradigmi neoliberalisti.

— Paolo

Per me la cura significa trovare nuove e molteplici forme di resistenza, e spesso di sopravvivenza, intersecando ed unendo le lotte in forme sempre più adatte a noi.

In quanto persona che si trova a vivere l'intersezione di diverse condizioni, ossia l'essere una persona neurodivergente, con disabilità e malattia cronica, trans e non binaria, mi rendo conto sempre di più che l'unico modo per smettere di accontentarci e costruire un mondo per noi, è attraverso la creazione di reti e comunità.

Gli spazi della cura istituzionalizzata sono spesso spazi di medicalizzazione, contenimento e vergogna, mentre quando siamo noi a prendere spazio e a co-creare reti e comunità di cura le nostre identità sbocciano, prosperano e fioriscono.

– Elia

LA TUA IDENTITÀ
È MESSA IN
DISCUSSIONE
DALLA MANCANZA
DI CURA?

QUANTO SEI
DISPOST* A
PRENDERTI CURA?

TI SENTI DI
ESSERE NELLA
POSIZIONE DI
POTER SCEGLIERE?

COSA SIGNIFICA STABILIRE RELAZIONI DI CURA?

COSA SIGNIFICA
PRENDERSI CURA
DI ALTRI*?

ESPLORAZIONE

osare —

prendersi del tempo per la cura di sé

Se penso alla “cura”, penso subito a* miei figl*. Non è un bias cognitivo, non ha a che fare con l’essenzialismo o il biologismo: sono una persona con utero che ha fatto nascere due altre persone e questo significa che quasi quattro anni della mia vita, tra i 22 e i 30 anni, li ho impiegati a prendermi cura fisicamente di qualcun altro. Sono stata gravida, ho partorito, ho attraversato il post partum, sono stata felice e disperata e, soprattutto, ho allattato. “Questa però è stata una tua scelta”, mi viene spesso detto, supponendo che una persona “emancipata” e “femminista” avrebbe potuto scegliere di non allattare, avrebbe, in fin dei conti, anche potuto scegliere di non fare figl*.

Si sente spesso dire che “il lavoro di cura è invisibile”. Eppure non lo è: ogni soggettività è frutto del lavoro di cura collettivo. Se siamo diventate adulte è perché qualcun* ci ha nutrito e accudito, secondo le possibilità e le forze che aveva a disposizione. Dovendosi spesso arrabattare e

affidare a strutture e istituzioni esterne, come i servizi per la prima infanzia, le scuole, i centri estivi. Invecchiare necessita cura.

Se penso alla cura, penso a un terreno di lotta e di rivendicazioni. La parola cura, che chiede di essere rafforzata da verbi come “prestare”, “mettere” e che implica una temporalità a lungo termine, perché la cura non è qualcosa che accade in un battibaleno, evocherebbe uno scenario di tranquillità. Nella cura ci si dovrebbe poter affidare. E invece, quando penso al concetto di “cura” non posso che percepire un senso di allerta, perché la “cura” non è qualcosa di neutrale, non accade nello stesso modo per tutt*.

La cura che possiamo dare e ricevere parla della nostra storia personale, che a sua volta è una storia collettiva, perché ha a che fare con i costrutti socio-culturali che ci circondano, con i dispositivi di potere istituzionali e informali, come quelli famigliari, in cui siamo immersi. La cura

è direttamente proporzionale al nostro grado di oppressione e privilegio. Vorrei non dovermi giustificare per chi sono, per le mie scelte, per la mia identità nel momento in cui sono bisognosa di cura in senso ampio. Eppure so che non sarà così. So, per esempio, che ora sono titolata per la mia età ad essere un genitor* degn*, ma quando a 22 anni sono rimasta incinta, la scelta consapevole di far nascere quest* bambin* è stata invalidata su più fronti, perché in fondo ero una ragazzina. Quante volte mi sono sentita infantilizzata nel terreno scivoloso della cura.

Se penso a cosa avrei bisogno, avrei bisogno di essere vista senza sempre sentirmi in dovere di giustificarmi, come persona, che ha scelto di identificarsi come donna queer, non tanto perché credo nei generi, ma perché credo nel posizionamento politico.

E in questo momento, mi viene da dire, con Monique Wittig, che sono donna politica e lesbica per scelta e questo significa che la cura

verso di me e verso l'altr* non la posso delegare troppo. Ho bisogno di reti di sostegno, di supporto, di famiglie di elezione in cui co-costruire ambienti di rigenerazione e impoteramento. Ho bisogno di trampolini da cui lanciarmi e sentirmi sicura, perché so che cadrò su un materasso morbido. Ho bisogno di avere un mantello di spine con cui pungere il patriarcato e l'eterocisnormatività, per moltiplicare le possibilità di prendersi cura intensamente anche per altr*. Ho bisogno anche di potermi togliere il mantello e mostrare la mia vulnerabilità.

— Gaia

LA COLLETTIVIZ-
ZAZIONE DELLE
FORME DI
SOSTEGNO È
UNA SOLUZIONE?

QUALI RELAZIONI
DI POTERE METTI
IN ATTO?

HAI CONSIDERATO
L'INTERDIPEN-
DENZA COME UN
VALORE?

COSA TI PESA?

CHE COSA TI APPAGA?

ESPLORAZIONE

osare —

**intraprendere
attività di cura
anche se il tuo
privilegio sociale
ti permette di
non curarti**

Se dovessi definire la cura in termini di vissuto personale la spiegherei in “Kinky-Gayese”.

Come qualsiasi altra dinamica relazionale, nella mia famiglia e fuori, la cura ha sempre oscillato tra strutture di potere; sono cresciut* in una pamperizzante famiglia matriarcale: mia madre Service-Sub, mia nonna Service-Top e io Pillow-Princess. Mio padre semplicemente un uomo, satellite inutile, silenziosamente invadente, un Dom fallito.

Nel 2010 muore mia madre, (nel '14 il mio gatto) e nel '17 mia nonna, mentre il padre, il Dom fallito, resiste.

La perdita della bolla matriarcale, di lutto in lutto, mi ha ribaltato dallo stato di Princess a quello di Power-Top per reazione. Che shock realizzare quanto potere in realtà provenisse dal basso, dalla condizione di ricezione, dalla “non cura”...

I ruoli che interpretavano mamma e nonna, e tutt* noi, sono il compost dei vissuti, dei lutti e delle gioie. Il mio compost si chiede ora di capire dove sta la linea che separa la volontà dal dovere nel dare e nel ricevere la cura e come forma di cura del sé, di re-imparare ad entrare in quei ruoli che ormai ho allenato a censurare.

– Charlie

Quello che non si vede

Quello che non si vede è il dolore degli altri quando ti entra dentro.

Quello che non si vede è il senso di inadeguatezza quando lavori nel sociale.

Quello che non si vede è sapere che nulla di quello che fai è indispensabile e tutto quello che fai è indispensabile.

Quello che non si vede è la fatica di fermarsi.

Quello che non si vede è la paura di fermarsi.

Quello che si vede è l'ansia.

Quello che si vede sembra una donna tutta d'un pezzo.

Quello che non serve è dire : “quanto sei forte.”

Quello che serve è dire o far capire che ci si sostiene.

Quello che serve è parlare d'altro, ma non

fingendo che quello che si fa non esista,
 semplicemente dando spazio anche ad altro.
 Perché lavorare, agire, essere nel sociale è per
 sempre, senza pausa, ma con respiro.
 Quello che è utile a me è correre fino a quando
 il respiro non so più cosa sia e col respiro,
 per qualche minuto svanisce il dolore, ma
 soprattutto in quel momento penso che sto
 facendo qualcosa per me.

Quello che mi è utile è chiudere tutto
 per una mattinata, un giorno o due e non
 rispondere al telefono, non parlare con nessuno,
 farmi assorbire e assaporare il silenzio.
 Quello che mi piacerebbe è poterlo fare senza
 doverlo spiegare.
 Quello che non si vede è la fatica di aver scelto
 di agire politicamente senza fare la politica.
 Quello che vorrei è una collettività senza nome,
 senza titolo, senza medaglie, senza bandiera
 dove ognun* baratta il proprio sapere.
 Quello che vorrei è sapere che anche io posso

portare qualcosa alla collettività e che non
verrò giudicata quando porrò delle domande.

Quello che non si vede è il dolore dell'ingiustizia
subita da altre.

Quello ti entra dentro e ti rode l'anima fino
a farti stremare.

— Mira

CHE COSA TI LIMITA?

TI IMPEGNI IN
ATTI DI CURA
VERSO TE STESS*?

QUANDO TI
IMPEGNI IN
PROCESSI DI
CURA?

CHIEDI AIUTO
QUANDO NE HAI
BISOGNO?

HAI BISOGNO DI
ADOTTARE STRA-
TEGIE PER ESSERE
ACCETTAT*?

ESPLORAZIONE

osare —

**mobilitare il tuo
privilegio per
creare situazioni
di cura per gli
altri**

Care*

fuori dalla mia posizione di privilegio

Posso osservare, riflettere e agire
come se fosse un unico movimento.

Invito

alla responsabilità di una cura radicale

offrire uno spazio che permetta a

a me e a te di riconoscerci

in modo da poter essere.

Care*

dalla mia posizione non privilegiata

Posso osservare, riflettere e agire

uno alla volta.

Invito

all'amore radicale

offrire uno spazio che permetta a

a me e a te di essere.

– Katharina

Non c'è nessuna di queste domande a cui risponderi in pubblico (e penso che questo significhi già qualcosa). Ma so che la mia forza - la nostra forza collettiva - sta nella capacità che abbiamo di ritagliarci spazi e reti per leggere insieme la realtà, affrontare queste domande, vedere i privilegi e capire quanto possono essere preziose le nostre vulnerabilità se le condividiamo senza lasciare indietro nessun*.

Con un percorso separato di depatriarcalizzazione della politica, ho imparato a credere molto nelle piccole pratiche quotidiane, che possiamo fare a ogni assemblea, a ogni riunione o in ambienti difficili o quando pensiamo di avere altre urgenze. Penso che osare significhi anche creare insieme una forza capace di riappropriarsi del quotidiano.

— Maria Francesca

QUALE LAVORO FAI
CHE NON TI VIENE
RICONOSCIUTO?

QUALI STRATEGIE
USI PER RIPRO-
DURRE IL TUO
RUOLO?

COME STA IL TUO CORPO OGGI?

COME È LO STATUS
DEL TUO BENES-
SERE MENTALE?

CHE IMPATTO HA
IL LAVORO SULLA
TUA VITA?

ESPLORAZIONE

osare —

**adottare una
prospettiva
intersezionale
sulla cura nei tuoi
progetti**

Sono una tirocinante fuori età, mai troppo vecchia per la gavetta, abbastanza grande per rispondere a tono e non essere soffocata dalla pressione della corsia.

Stanchezza e disunione, il sottotesto.

Per me cura è responsabilità, verso se stesse, verso le altre, verso il collettivo.

Cura di se, è disegnare i limiti, che in una quotidianità sfibrante può vuol dire prendere un giorno di nulla in un periodo in cui non è dato fermarsi, intrecciare i capelli, districare, dare il tempo al balsamo.

Il mio corpo è il mio primo luogo di resistenza, al razzismo, al sessismo, alla fatica, alla lesbofobia. In un mondo che non contempla l'esistenza di quelle come noi, andare al ristorante da sola è pratica gustosa e rivoluzionaria. Ringrazio, scorro il menù, mi nutro senza fretta guardando le passanti.

— Raky

QUAL È IL MIO
LEGAME CON IL
PRIVILEGIO?

QUAL È IL TUO
RAPPORTO CON
IL POTERE?

COSA TI PERMETTE DI RIGENERARTI?

CHI SI PRENDE CURA DI TE?

**Progetto a cura di Martina Dandolo,
grazie al supporto di Bianca, Angela
e de* partecipanti agli incontri.**

**“Quello che non si vede” è stato eseguito
e presentato in occasione di eventi
organizzati da Libera Università di
Bolzano, Liscia: donne che raccontano
donne e Kunst Meran Merano Arte.**

Grafica a cura di Nino Rizzo.

Realizzato con il contributo della Provincia Autonoma di Bolzano - Ripartizione Cultura Italiana

AUTONOME PROVINZ
BOZEN - SÜDTIROL

Abteilung Italienische Kultur



PROVINCIA AUTONOMA
DI BOLZANO -ALTO ADIGE

Ripartizione Cultura italiana

martinadandolo.net

**Come possiamo
agire in modi situati
e interdipendenti
avendo la cura come
punto di riferimento
centrale e come atto
di trasformazione?**

