

Caffè narrativi: rafforzare la coesione sociale nelle biblioteche

Cos'è un caffè narrativo?

Un caffè narrativo è uno spazio di incontro e di scambio di idee ed esperienze. Con l'accompagnamento di un moderatore o una moderatrice, i/le partecipanti raccontano esperienze personali legate a un argomento scelto in precedenza. I temi trattati sono i più disparati: il sentirsi a casa, la lettura, il vestiario, le piccole e grandi gioie, il telefono, il vicinato. L'obiettivo è promuovere la diversità e incoraggiare le persone a riflettere sulle proprie storie di vita raccontandole e ascoltando quelle di chi partecipa. In questo modo, i caffè narrativi incoraggiano a uscire dall'isolamento e a combattere i pregiudizi, rafforzando così la coesione sociale.

Caffè narrativi e biblioteche: valori comuni

I caffè narrativi e le biblioteche condividono gli stessi valori in termini di accoglienza, inclusione e partecipazione del pubblico. Lavorando insieme, rafforzano l'impatto reciproco e offrono al pubblico esperienze arricchenti e calorose. Il desiderio di promuovere le relazioni sociali è ancora più importante in una società iperconnessa che aumenta l'individualità.

Creare luoghi di ritrovo

I caffè narrativi offrono un contesto di interazione e condivisione, in linea con la missione delle biblioteche pubbliche come luoghi di incontro e dialogo. Allestire questi spazi è molto semplice: un luogo tranquillo e qualche sedia sono tutto ciò che serve.

In questo spazio chi partecipa può condividere esperienze, pensieri ed emozioni su un determinato argomento. Il moderatore o la moderatrice garantisce uno scambio di opinioni ed esperienze rispettoso e gratificante. Il caffè narrativo non ha finalità terapeutiche, ma può essere utile al benessere di chi partecipa.

Incoraggiare l'inclusione

I caffè narrativi mirano a facilitare gli scambi alla pari promuovendo la cultura della condivisione. Questa cultura è resa possibile da regole chiare (prendere la parola è facoltativo, ascoltare è doveroso, non ci sono dibattiti o giudizi di valore). Incoraggiando la partecipazione attiva e la diversità delle prospettive, i caffè narrativi contribuiscono a promuovere un senso di appartenenza e di inclusione simile a quello promosso da *Bibliosuisse*¹ e *Bibliomedia*².

In genere, i caffè narrativi sono gratuiti e aperti a chiunque, indipendentemente dall'età, dal sesso, dall'origine o dal livello socio-economico. Inoltre, sostengono l'inclusione delle persone con disabilità e i rapporti intergenerazionali. L'influenza positiva dei caffè narrativi sulla salute psichica delle persone anziane è stata confermata da un'indagine condotta da *Promozione Salute Svizzera*³.

Promuovere la diversità

Come le biblioteche, i caffè narrativi sono spazi in cui le persone possono informarsi su argomenti facilmente accessibili. La condivisione di esperienze personali può avere effetti positivi sulla soddisfazione, sull'autostima, sull'apprezzamento del proprio percorso di vita e sull'appartenenza sociale⁴.

Concentrandosi sulle diverse vicissitudini delle persone, i caffè narrativi aiutano a combattere i pregiudizi. Così come la lettura di opere letterarie ci apre ad altri mondi e favorisce l'empatia, ascoltare storie di vita ci rende consapevoli delle nostre differenze e somiglianze. Le storie raccontate da chi partecipa ai caffè narrativi insieme a noi sono occasione di coinvolgimento e sorpresa.

Caffè narrativi in biblioteca

I caffè narrativi si inseriscono perfettamente nel programma di mediazione culturale in biblioteca, in un ambito tematico annuale più ampio, in occasione di un evento o come appuntamento fisso ricorrente.

I caffè narrativi sono generalmente organizzati dalle istituzioni e moderati da persone appositamente formate. La Rete caffè narrativi offre anche corsi di formazione per gruppi specializzati. E, se in linea con la visione di mediazione dell'ente, anche per gli utenti o il personale volontario.

Le seguenti biblioteche hanno già offerto al pubblico un caffè narrativo:

- Abcdé, Bibliothek-Ludothek La Tour-de-Peilz
- Biblioteca cantonale, Bellinzona
- Bibliothek Pfäffikon
- Bibliothek Seuzach
- Bibliothèque Braille Romande et livre parlé (BBR) Genf
- Bibliothèque municipale, Montreux-Veytaux
- Bibliothèque municipale Vevey
- Bibliothèque Sonore Romande Lausanne
- La Filanda, Mendrisio
- MEMO biblio&ludo+, Fribourg
- Stadtbibliothek Baden
- Stadtbibliothek Olten
- Universitätsbibliothek Bern und Kornhausbibliotheken Bern (Quartierbibliothek Bümpliz und Bibliothek Münstergasse)
- Zentral- und Hochschulbibliothek Luzern

Testimonianze

«Sono rimasto piacevolmente sorpreso dal modo in cui volontari e utenti si sono incontrati e conosciuti. Ai nostri volontari piace ricevere un feedback sul loro impegno per la biblioteca. Grazie al caffè narrativo, hanno potuto constatare quanto sia importante la lettura per le persone con disabilità. Sono stati felici di trovarsi faccia a faccia con le voci che leggono i libri per loro. Volontari e utenti si sono riuniti per condividere l'amore per la lettura.

Tutti si sono divertiti a parlare del tema. Le persone erano aperte e motivate a parlare, senza bisogno di essere incoraggiate. Non mi aspettavo che rivelassero così tanto. Molti degli aneddoti riguardavano l'infanzia. Non ci sono stati imbarazzi o tempi morti. Il caffè narrativo è stato condotto molto bene e il moderatore ha saputo gestire il tutto con umorismo.»

*Philippe Cosandey, responsabile dei servizi agli utenti
Bibliothèque Braille Romande et livre parlé*

«I caffè narrativi ci permettono di approfondire le relazioni con i nostri utenti. Ci conosciamo in un modo diverso e creiamo legami di qualità. Sono rimasta sorpresa dalla qualità della conversazione che è scaturita dal contesto molto chiaro e attento creato dal moderatore. È stato un momento delicato e accogliente. Mi sono piaciuti molto le conversazioni, le storie e il rapporto con la lettura, che non mi aspettavo di avere. Ho scoperto il potenziale dei caffè narrativi nelle biblioteche! Il contesto e il fatto che si trattasse di una persona esterna alla nostra équipe hanno reso lo scambio ricco, offrendo un momento prezioso alle persone di questo gruppo, che si incontrano da poco tempo o da anni. Mi ha sorpreso vedere quante cose si possono dire in un tempo molto breve.»

*Mylène Badoux, responsabile mediazione culturale
Bibliothèque de Vevey*

«Il caffè narrativo è stato un toccante momento nel solito club del libro. Ci ha permesso di uscire dalla solita trama – discutere dei nostri libri preferiti – e di entrare in discussioni più intime sulle nostre pratiche di lettura. È un modo per conoscerci in modo diverso, pur rimanendo concentrati sull'argomento in questione: in questo caso, la lettura. Portare il nostro argomento di conversazione in una direzione diversa (ponendo domande sulle nostre pratiche di lettura e sui nostri incontri con la lettura) è un modo per aggiungere una dimensione più forte e personale a questi incontri. Mi sembra anche che aggiunga una relazione più orizzontale tra tutti: non ci sono giudizi di valore, ma solo una condivisione di aneddoti e ricordi.

Sorprendentemente, la natura intima dell'evento non ha ostacolato per niente: tutti avevano cose da condividere e l'evento sarebbe potuto durare a lungo. Concludere l'evento con un aperitivo è stata un'ottima idea, in modo che non si concludesse bruscamente e che le conversazioni continuassero in modo informale. Il caffè narrativo è stato un'esperienza di rispetto e ascolto, e un momento molto forte. Posso solo raccomandare alle biblioteche e alle altre istituzioni di includere questo evento nei loro programmi.»

*Chloé Luthier, assistente mediazione culturale
Bibliothèque de Vevey*



«In un caffè narrativo si racconta un po' della propria storia davanti al gruppo. Alcuni partecipanti si conoscevano già, altri invece non si conoscevano affatto. Una donna che stava imparando il francese sembrava sentirsi a suo agio nel parlare, anche se non conosceva nessuno. Gli altri la ascoltavano. È un'esperienza che crea un legame. Forse i partecipanti che verranno in biblioteca avranno un rapporto diverso con i bibliotecari che erano lì. Ogni aneddoto raccontato ha un effetto di risonanza. Mi ha riportato alla mente ricordi che avevo completamente dimenticato. Per me è stato un momento di introspezione, ma allo stesso tempo di condivisione e di connessione. Questo si è ben visto nell'atteggiamento dei partecipanti.»

*Laure Meystre, direttrice
Bibliothèque municipale de Montreux-Veytaux*

Associazione Rete caffè narrativi

La Rete caffè narrativi è un'associazione senza scopo di lucro che sostiene la creazione di caffè narrativi moderati con cura. Riunisce le persone che partecipano ai caffè narrativi, quelle che li moderano e coloro che li organizzano. Offre corsi introduttivi alla moderazione, aggiornamenti professionali, spazi di confronto, workshop e networking a livello nazionale. Siamo volentieri a disposizione per presentare il metodo del caffè narrativo e possiamo aiutarvi a renderli una presenza fissa nella vostra biblioteca come spazio di incontro.

www.caffenarrativi.ch

Autrici: Rhea Braunwalder, Yvonne Brogle, Evelyne Mertens
Grazie a Johanna Kohn, Birgit Libiszewski, Karin Naville e Yvonne Zwissig

Maggio 2025

¹ Si veda la descrizione della Commissione Diversità di BiblioSuisse.

<https://www.bibliosuisse.ch/fr/apropos/commissions/diversite>

² Si veda il programma di aggiornamento professionale e mediazione culturale di Bibliomedia. <https://www.bibliomedia.ch/it/>

³ Valutazione da parte di Promozione Salute Svizzera: "Caffè narrativi 2021-2022. Storie di vita che creano legami"

[https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/2022-](https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/2022-12/Foglio_d_informazione_077_Valutazione_del_progetto_caffe_narrativo_2021-2022_0.pdf)

[12/Foglio_d_informazione_077_Valutazione_del_progetto_caffe_narrativo_2021-2022_0.pdf](https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/2022-12/Foglio_d_informazione_077_Valutazione_del_progetto_caffe_narrativo_2021-2022_0.pdf)

⁴ Kohn, J. & Caduff, U. (2010). Erzählcafés leiten: Biografiearbeit mit alten Menschen. In B. Haupt et al (a cura di), Biografiearbeit und Biografieforschung in der Sozialen Arbeit: Beiträge zu einer rekonstruktiven Perspektive sozialer Professionen (pp. 193-216), Bern: Peter Lang Verlag.