



In caso di mancato recapito, rinviare all'Ufficio Postale di Vicenza per la restituzione al mittente che si impegna a corrispondere la tassa di spedizione.

rezzara

notizie

Direzione: Via delle Grazie, 12 - 36100 Vicenza - tel. 0444 324394 - e-mail: info@istitutorezzara.it - Direttore responsabile: Giuseppe Dal Ferro - Mensile registrato al Tribunale di Vicenza n. 253 in data 27-11-1969 - Reg. ROC 11423 - Poste Italiane s.p.a. - Spedizione in abbonamento postale D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/2/2004 n. 46) - art. 1, comma 1 DCB Vicenza - Associato USPI - Stampa CTO/Vi - Abb. annuale 20,00 €; 3,00 € a copia

LE RELAZIONI CON GLI ALTRI OVVERO "METTERSISI IN GIOCO"

Identificarsi come persone e diventare capaci di confronto: un percorso sul quale lavorare in ogni età della vita. Non lo si scoprirebbe mai in un mondo di solitudine, una delle più profonde povertà che l'uomo sperimenta.

Perché parlare di vita di relazione? Perché essa è tutt'altro che scontata, perché non è un aspetto innato in noi, bensì la conseguenza di un complesso percorso che ognuno compie dalla nascita. Nessuno nasce con la capacità di mettersi in relazione con gli altri, anzi si tratta di una conquista della quale dobbiamo andare fieri e che dobbiamo difendere con amore e perseveranza. Una volta scoperta la possibilità di mettersi in relazione con gli altri le difficoltà saranno ancora tante, le cadute anche, ma occorre lavorare per mantenere viva questa capacità. Ecco perché in questo numero vedremo declinato questo aspetto della nostra vita sotto molteplici angolature: per trovare spunti che ci aiutino a mantenere viva la nostra capacità di relazione.

La coscienza soggettiva

La capacità di mettersi in relazione con gli altri non è innata, anzi la valenza psichica che ci caratterizza alla nascita sta più nell'escludere che gli altri esistano o, al più, potessero ambire al ruolo passivo di "marionette" sempre disponibili a soddisfare i nostri desideri bisogni. Ciò è molto diverso dall'egocentrismo che spesso attribuiamo

ai bambini: si tratta proprio di un'immagine originaria che ci vede identificati con il mondo intero. È un po' come se nulla potesse esistere al di là di noi stessi: bello e terribile al tempo stesso. Un poco alla volta, fortunatamente, arriviamo a lasciare questa posizione (anche se forse non tutti e non del tutto) per iniziare ad accettare che gli altri esistono, che hanno dei diritti, che in fine, siamo cittadini di un mondo abitato anche da altre persone e che abbiamo anche delle responsabilità sull'uno e sugli altri. Qui si fonda il senso della coscienza soggettiva secondo la quale ogni azione ha una conseguenza sul mondo circostante e per tutte le altre persone. Non si tratta di un percorso facile e senza insidie, con alti e bassi collegati anche alla positività o meno delle esperienze che conduciamo nel corso della vita; ma l'esito finale è quello di farci trovare il senso e l'importanza della relazione con l'altro.

Nell'esperienza della relazione con gli altri scopriamo due aspetti fondamentali per il nostro benessere: il sentirci identificati come persone e la capacità di funzionare in modo autonomo. Non lo si potrebbe mai scoprire in un mondo di solitudine. E questo sentimento ci sarà di

fondamentale aiuto in tutti i momenti più difficili perché costituisce il fondamento delle sicurezze interiore.

L'identità personale

L'identità personale non è solo un problema anagrafico per cui tutti abbiamo un nome e un cognome (e magari un codice fiscale), è prima di tutto un processo che fa in modo che sentiamo che siamo una persona per qualcuno, con dei propri sentimenti, delle emozioni e delle caratteristiche del tutto personali. Questa scoperta ci fornisce la possibilità di fare delle scelte nella vita che non siano solo un adeguarsi alle circostanze esterne o ai desideri degli altri.

Inoltre questo percorso fonda la capacità empatica che significa la possibilità di sentire ciò che l'altro sente e proiettarci fino a lui, sperimentando e condividendo i sentimenti con lo scopo di raggiungere la sua comprensione. Il riconoscimento dell'altro come diverso da noi è necessario per essere empatici e conservare il rapporto, ma è un riconoscere che la diversità dell'altro è un'opportunità e non un limite per il rapporto interpersonale. Occorre distinguere l'empatia dalla simpatia, dalla imitazione e dalla compassione perché in questi casi non si tratta di un incontro su di un livello paritetico come nell'empatia.

Affrontare le avversità

Quando tutto va bene nella vita ci si sente forti e capaci di qualsiasi cosa, ma quando sorgono degli ostacoli, quando le cose si fanno difficili ecco che questa esperienza fondamentale di esserci sentiti persone riconosciute dagli altri e al contempo capaci di autonomia diviene essenziale. Molti studi sottolineano che proprio queste persone riescono ad affrontare meglio le avversità della vita. Ciò non significa



che manchino le sofferenze, ma che si riesce a risollevarsi più velocemente, che si riesce ad apprendere qualche cosa da quanto ci sta accadendo per crescere e migliorare.

Sulla relazione occorre lavorare per tutta la vita. Se, come abbiamo visto non è un dato acquisito, significa che possiamo migliorare le nostre capacità relazionali in primo luogo frequentando altre persone e assumendoci la responsabilità delle relazioni che viviamo o che decidiamo di lasciare. Parafrasando una frase celebre possiamo chiederci non tanto quanto gli altri fanno per mettersi in relazione con noi, ma quanto noi operiamo per costruire relazioni con gli altri. Magari con i soggetti più in difficoltà, momentaneamente più deboli e/o rintanati in se stessi.

Una storia in comune

Costruire una relazione significa anche costruire una storia in comune. Se è vero che ognuno di noi esiste nella misura in cui si racconta, narra di sé agli altri, è anche vero che quando due o più persone si raccontano vicendevolmente c'è un confronto che permette ai singoli di vedersi da un punto di vista diverso, di legare in modo nuovo le esperienze significative della vita: quello che gli altri ci dicono di noi stessi è una fonte preziosissima di crescita personale, anche se talvolta risulta sulle prime un tantino fastidiosa. Da questo incontro nasce anche una narrazione collettiva, che è alla

base della cultura condivisa e tutti sappiamo quando bisogno ci sia oggi di cultura condivisa e non solo omologata a scelte culturali imposte.

Significati alle emozioni

Nel percorso della vita possono sorgere anche difficoltà che complicano tale processo e che richiedono un aiuto specifico e professionale. Con questo si intende la possibilità di arrivare a dare dei significati alle emozioni che proviamo, senza temerle, riuscendo a collegare tutto ciò che viviamo anche in maniera complessa, a volte sorprendete e contraddittoria alla nostra persona. Tutto ciò fonda la completezza e l'unicità della persona, fatta di relazioni, emozioni e sentimenti spesso opposti e che arrivano veramente a preoccuparci come se fossimo responsabili dei nostri pensieri e non, com'è più ragionevole, solo delle nostre azioni. Nella relazione si scopre e si vive tutta questa complessità condividendola con gli altri e quindi, in qualche modo, anche abbassandone il peso individuale. Ciò non significa né indifferenza per quello che accade attorno a noi, né il sentircene tutto il peso della responsabilità addosso. La relazione, ancora una volta, riesce a placare e a lenire la sofferenza che comunque si arriva a provare incontrando molte esperienze della vita.

ANTONIO ZULIANI
ALESSIA LEONARDI
psicologi



DAGLI SMS AL FENOMENO FACEBOOK QUANTO L'INTERLOCUTORE È VIRTUALE

In questi ultimi anni al mondo reale si è andato affiancando un mondo virtuale fatto di luoghi, tempi, consuetudini, opportunità ed anche relazioni proprie. Strano perché, a prestare ascolto alla semantica, virtuale è proprio ciò che non appartiene al reale, che evoca caratteristiche estranee alla realtà. Il virtuale domina il mondo delle ipotesi e delle teorie, universo lontano anni luce dalla grave concretezza del reale. Eppure, oggi, con il virtuale dobbiamo fare i conti un po' tutti; che lo vogliamo o meno, che ne siamo o meno consapevoli, la sua presenza ha contagiato il reale, si è intrufolata nella nostra quotidianità.

E così, affrontando il nodo delle relazioni, dei legami che reciprocamente intrecciamo, risulta giocoforza distinguere tra relazioni reali e relazioni virtuali. Relazioni reali sono quelle che, a memoria d'uomo, concorrono a definire un'esistenza: un padre, una madre, un coniuge, uno o più figli, dei fratelli, qualche amico... Interlocutori terribilmente imperfetti eppure, in fondo, a modo loro cari, finanche preziosi. Sono rapporti cresciuti con il tempo, hanno conosciuto momenti buoni e meno buoni, superato periodi di crisi, tenuto a bada la noia, addomesticato la disillusione. Nella loro umana e tenera fragilità si tratta di tanti piccoli capolavori di pazienza, legami minati oggi da nuove difficoltà, ipotizzati spesso da troppe attese.

Sms, mail, chat, giochi di ruolo, social-network, videogiochi... questo è invece l'ambito delle relazioni virtuali, a tutti gli effetti: un altro mondo. Qui le relazioni fluttuano lievi, si dà quel che si vuole/si prende quel che si vuole, ci si può immaginare diversi, si può addirittura reinventare la propria vita senza dover per questo sentirsi in colpa. La diffusione di internet ha reso estremamente semplice creare contatti, tempo e spazio non condizionano più le relazioni e così il web, da grande riserva di informazioni, è diventato oggi un'unica, immensa opportunità di aggregazione. Indicativo di questo nuovo modo di navigare in rete è quello che viene definito il "fenomeno Facebook". Facebook è una piattaforma virtuale nata nel febbraio 2004 ad opera di alcuni studenti di Harvard con l'intento di creare un sito dove gli iscritti di questa prestigiosa università potessero esporre i propri profili e vedere quelli degli altri, quindi niente più

Paure, narcisismo, voyeurismo si celano dietro l'esplosione dei contatti tra sconosciuti. L'informatica e la tecnologia annullano le distanze. La comunicazione è essenziale. Il virtuale obbliga tutti a fare i conti.

di una versione aggiornata del caro vecchio libro del college sul quale rintracciare i propri compagni di studi.

Svincolatasi da quest'ambito, a inizio 2009 Facebook contava già 140 milioni di iscritti, 5.300.000 nella sola Italia, l'8,5% dell'intera popolazione. Che cosa cerca tutta questa gente in internet? Sulla pagina d'apertura campeggia la scritta: "Facebook ti aiuta a connetterti e rimanere in contatto con le persone della tua vita", che sia anche questa fame di relazioni? Le potenzialità di questa e simili piattaforme sono realmente immense, si possono condividere informazioni ed esperienze con chi sta dall'altra parte del mondo, si può lavorare in équipe pur vivendo a migliaia di chilometri l'uno dall'altro. L'incontro con culture e valori diversi è favorito dalla libertà con la quale avvengono i contatti. Progetti di solidarietà o di promozione dei diritti umani possono finalmente avere una degna risonanza.

I benefici, insomma, sono innegabili, ma ciò non può indurci a sottovalutare come questi nuovi strumenti stiano, di fatto, imponendo una nuova cultura della comunicazione. Si tratta di uno stile comunicativo nel quale il contenuto è, di regola, ridotto all'osso, scomparsi saluti e convenevoli si va direttamente al sodo. Si digita un messaggio e lo si invia, rileggerlo non fa parte delle regole del gioco. I messaggi che navigano in rete sono, nella stragrande maggioranza, puri flussi di coscienza, è così che deve essere perché, a detta degli interessati, tutto avviene all'insegna della spontaneità (qualche anno fa simili interventi erano definiti "esternazioni", affermazioni estemporanee prive di fondamento, di certo non il massimo nell'arte del dialogo). Una delle maggiori studiose di internet, Danah Boyde, analizzando i messaggi presenti in rete è giunta alla conclusione che, in fondo, assomigliano molto alle chiacchiere che si scambiano al bar, si affronta ogni tema (amore, denaro, politica...), ma senza neppure l'intenzione di andare oltre lo scambio di battute, di giungere ad un sincero confronto. Tra le insidie presenti nel mondo virtuale la più evidente è legata al fatto che anche questo "territorio" risponde alle leggi del mercato.

Ad offrire i propri servizi non sono gruppi filantropici, ma vere e proprie aziende che, fedeli alla propria natura, mirano ad ottimizzare i profitti attraverso una presenza massiccia di pubblicità. Ancor più triste è, però, scoprire come le relazioni virtuali nascano inevitabilmente legate alla superficialità, caratteristica che poi tendiamo a trasferire anche nella vita reale. In rete non c'è limite oggettivo ai contatti che posso intrattenere, con una sola mail rispondo a tutti, tutti sono sullo stesso piano, tutti ugualmente amici. All'asilo se qualcuno ci chiedeva "Vuoi essere mio amico?" la cosa ci riempiva di orgoglio, ma sapevamo anche che una risposta affermativa avrebbe comportato delle "responsabilità".

Essere amici significava, infatti, tenersi il posto sulla panca, giocare assieme...

dividersi la merenda, non si poteva esserlo indistintamente di tutti, ne andava del proprio onore. Oggi si è amici di tutti, salvo poi non fidarsi di nessuno e, per strada, non salutare nessuno. A queste nuove relazioni non sembra estranea una spinta narcisista (si tratta in fondo di un mettersi in vetrina, di un esibire se stessi, i propri contatti), atteggiamento che, alimentato già inopportuno da una cultura nella quale vige il primato dell'apparire, impedisce un'autentica apertura all'altro. Alcuni vi rintracciano anche un certo voyeurismo, una morbosa curiosità per le vite degli altri che ci porta a dimenticare di vivere la nostra.

Questo sembra in fondo il rischio più grave, quello di togliere al reale energie, sogni, aspettative da investire nel virtuale, fino a giungere a

sostituire il primo, sempre in qualche misura problematico, con il secondo. Le associazioni impegnate nel sociale hanno notato, ad esempio, che la solidarietà per una causa manifestata in internet quasi mai si traduce in un impegno pratico, una condivisione concreta. Al di là di tutte le insidie che possono giungere da questo nuovo modo di tessere incontri, sicuramente dobbiamo cogliere l'enorme fame di relazioni che lo alimenta. Ci siamo buttati sul lavoro, sui progetti da realizzare, sugli acquisti da fare dimenticando che non bastano le cose a riempire una vita. Adesso cerchiamo di riprenderci quello che ci manca con la furia e l'impazienza che il consumismo ci ha lasciato addosso. Il Piccolo Principe ci ricordava che ci vuole tempo ad addomesticare una volpe... crediamo ancora che ne valga la pena?

MAGDA APOLLONI
genitore

IL SERVIZIO DEL CONSULTORIO PER RELAZIONI DI QUALITÀ IN FAMIGLIA

Luogo di affetto e di conflittualità, di dialogo e di assenza di comunicazione, di reciproca accoglienza e di rifiuto, di auto-realizzazione e di fallimento, la famiglia da sempre ha accompagnato la vita di ogni individuo con forme e significati differenti nel tempo. Una pluralità che suscita spesso confusione e smarrimento, portando non di rado a dichiarare il declino o quanto meno la crisi della famiglia. Invece, pur nelle configurazioni più diverse e nuove, la famiglia continua ad essere anche oggi un valore essenziale ed un punto di riferimento. Mettersi al servizio della famiglia oggi significa quindi rivolgersi a questa tipologia diversificata e molteplice, ed affrontare le esigenze e problematiche che l'hanno prodotta e quelle che da essa conseguono. È questo quanto ha cercato di fare il Consultorio familiare Rezzara, attivo dal 1966.

Il Consultorio familiare Rezzara, seguendo un approccio metodologico di tipo relazionale, basato sul riconoscimento che tanto la persona quanto la famiglia sono, per loro natura, relazionali, si è dedicato a favorire una positiva costruzione e gestione delle relazioni che la persona instaura fuori e soprattutto dentro la famiglia nel corso della propria vita. Il consultorio svolge un'attività sostanzialmente centrata sul

counseling matrimoniale a singoli e soprattutto a coppie, non trascurando comunque significative iniziative di tipo collettivo che quest'anno vuole potenziare.

Il Consultorio familiare Rezzara ha cercato, fin dalle prime esperienze di approccio ai problemi dei richiedenti, di centrare sulla relazione la metodologia di lavoro non solo con le persone affluenti al servizio, ma anche al proprio interno, tramite il lavoro d'équipe di professionisti specializzati in vari settori.

I cambiamenti intervenuti nella famiglia, in questi ultimi anni e soprattutto il significato ad essa attribuito e il ruolo ad essa assegnato all'interno della società, hanno introdotto nuove idee e nuove modalità di risposta ai problemi familiari ed hanno aperto un vivace dibattito sul valore e sul ruolo delle politiche sociali per la famiglia.

Oggi, più che mai, quindi il consultorio ha la possibilità di recuperare quell'obiettivo di rafforzamento della famiglia che poco dopo la sua istituzione sembrava mancato. Da un lato perché la complessità assunta dalle relazioni familiari rende quanto mai urgente e necessaria l'attività di servizi in grado di accoglierla e di aiutare coloro che la vivono a gestirla e a darle un senso.

Dall'altro perché, pur nella complessità e fragilità delle sue relazioni, la famiglia ha dimostrato di essere non solo ancora un punto di riferimento per la maggior parte delle persone ma anche capace di proporsi come soggetto attivo delle politiche e degli interventi che la riguardano, accanto allo Stato, al mercato e al terzo settore. Non si può trascurare, infatti, il ruolo che le famiglie singole, ma soprattutto associate, hanno assunto nel corso degli ultimi anni. Il consultorio quindi non si trova solo di fronte ad una famiglia fragile da sostenere, ma ha al suo fianco anche una famiglia attiva, in grado di contribuire alla realizzazione di interventi rivolti al suo benessere.

Gli scenari che gli si prospettano spaziano, pertanto, su un ampio ventaglio di bisogni ma anche su una ricca gamma di risorse che gli consentono di guardare con rinnovato entusiasmo al futuro.

Ospite della Fondazione "Nado", il Consultorio collabora con la Diocesi di Vicenza. In conformità ai principi ispiratori, il servizio è totalmente gratuito per i primi tre incontri, mentre per i successivi colloqui è richiesto all'utente un contributo. Ha sede in via delle Grazie, 12. Il sito è www.consultoriorezzara.it, tel. 0444 323317.

F.M.

I MECCANISMI CHE SCATTANO SE VENGONO MENO LE DIFESE

Tutte le persone, fin dai primi anni della loro vita, sviluppano una serie di strategie che li aiutino ad affrontare i problemi incontrati nel corso dell'esistenza. Si tratta di meccanismi che cambiano, evolvono, ma che hanno la funzione di evitare i problemi più difficili oppure di attenuare le sofferenze ad essi collegati. Si pensi, solo a titolo di esempio, al pianto, al pensare e ripensare a tutte le soluzioni possibili, al tentare di evitare ogni occasione "pericolosa" e così via. Si tratterebbe di un lungo elenco poiché ognuno ha costruito il meccanismo più utile a se stesso all'interno di quello che viene chiamato stile di *coping*.

Tutto questo funziona egregiamente fintanto che i problemi incontrati non superano una certa soglia di gravità: quando questo accade, improvvisamente, la persona scopre di non riuscire più a difendersi dalle sofferenze che incontra con le strategie che conosce, quelle strategie che hanno funzionato così bene fino ad allora. Questo è ciò che accade di fronte ad un evento critico, possa essere una morte improvvisa, un incidente grave, l'essere coinvolto in

lettura che la aiutino a fornire un significato psicologico a questo evento, senza meccanismi che la aiutino a farvi fronte. Si sente soverchiata e spesso, più che dalle sofferenze materiali, che pure sono spesso rilevanti, soffocato dal peso intollerabile di cui non riuscire a comprendere il significato emotivo di ciò che è accaduto, dal non riuscire a dare un senso per se stessa di quello che sta vivendo. D'altra parte come si può dare un senso personale alla perdita improvvisa di una persona amata, all'aver sentito la propria vita in pericolo, dall'aver perduto la casa, il lavoro, ecc.?

In questi momenti si arriva a perdere interesse per la vita di relazione perché si sta vivendo una situazione che giunge ad inglobare tutto e a rendere prive di significato anche alle cose più importanti della vita. Per utilizzare un'immagine si

pensi ad un gorgo che risucchia, inesorabilmente, ogni cosa all'interno di un momento buio e senza speranza. Ogni qual volta siamo

coinvolti in un evento o in uno stato emotivo del quale non comprendiamo il senso, la nostra sofferenza aumenta e con essa si acuisce la sensazione



da tollerare, dentro i quali il senso di speranza per il futuro rischia di spegnersi.

Occorre ricordare che spesso le reazioni sopra descritte sono del tutto "normali" di fronte ad eventi "patologici" al quale nessuno può mai dirsi del tutto preparato, neppure coloro che li affrontano per professione. Certamente il passare del tempo favorisce spesso il superamento delle sofferenze scaturite da queste esperienze, anche se non si può sempre contare su questo fattore e rimane la possibilità che esse divengano croniche fino a trasformarsi in malattia psicologica. Una chiave di

la sofferenza vissuta arriva ad espandere la sua nefasta influenza anche sul lavoro, sulle relazioni affettive, sul

ritmo sonno veglia, fino allo stesso desiderio di vivere. Il secondo indicatore riguarda il grado di sofferenza che si vive,

certamente si tratta di un indice del tutto soggettivo, ma la sofferenza ha questa caratteristica peculiare, per questo motivo non si può mai giudicare la legittimità delle sofferenze altrui, magari commisurandole al nostro modo di viverle. Più sono gli aspetti dalla vita personale coinvolti e maggiore è la sofferenza vissuta, più può essere utile l'apporto di una consulenza psicologica.

Rifocalizzando l'attenzione sul tema della relazione si arriva a scoprire come essa abbia due funzioni decisive circa il modo in cui la persona affronta questi eventi critici e come ne esce. In primo luogo questi sono i momenti nei quali vengono alla luce le risorse interne delle persone, maturate nel corso della vita. Se le persone hanno avuto la possibilità di sperimentare, nel corso della vita, delle relazioni significative avranno potuto vivere la fondamentale esperienza di sentirsi identificate come persone, con una loro identità ed autonomia. Questa esperienza fonda il sentimento di sicurezza che sarà di fondamentale aiuto nei momenti più difficili, perché in grado di fornire una sufficiente sicurezza e capacità di sentirsi protetti, anche quando tutto sembra precipitare e sembra non ci

siano altre persone alle quali appoggiarsi.

In secondo luogo, queste sono le circostanze nelle

Ponendo attenzione alla relazione, si arriva a scoprire il mondo della persona che affronta gli eventi critici e si aiuta a farla uscire dal tunnel.

quali la cosa di cui le persone hanno più bisogno, anche se non sempre riescono a manifestarlo, è quello di ritrovare una relazio-

ne con gli altri sufficientemente buona da poter risultare un punto di appoggio attorno al quale iniziare a ricostruire prima di tutto, il senso di ciò che stanno vivendo. Parlare permette di mettersi in contatto con la propria sofferenza, che spesso tende a nascondersi dentro al corpo mostrando segni duri e difficili da vivere, ma di ardua comprensione. Parlarne significa allora riuscire a dare un nome alla sofferenza, facendola emergere da quell'indifferenziato mondo di cui abbiamo accennato e avviare un processo di elaborazione. Parlarne significa anche condividere, non sentirsi più soli.

Vi sono situazioni in cui questo sentire viene meno ed è necessario un supporto professionale che aiuti la persona a rimettere ordine negli eventi tragici che ha vissuto, a ricollocare i pensieri e le emozioni collegati ad ogni singola vicenda che spesso si presentano indistinti ed aggrovigliati tra loro. Si tratta di un lavoro non molto lungo, ma indispensabile per poter vedere con la necessaria chiarezza la situazione fonte di tanta sofferenza, e per riuscire a liberarsi dei pesi più gravosi che ancora appesantiscono la vita.

ANTONIO ZULIANI
dell'Università di Padova

Lutti, incidenti, il recente terremoto mettono alla prova la vita di relazione. Aggrapparsi ad altre persone è quanto mai utile.



un episodio criminoso, un terremoto come accaduto nei mesi scorsi in Abruzzo qui la persona si trova senza valide "difese".

L'aspetto più difficile in cui arriva a provocare le maggiori sofferenze sta nel fatto che la persona si trova improvvisamente senza chiavi di

di solitudine che la persona vive. Da questo sentire nascono spesso idee di malattia ("devo essere ammalato se reagisco così"), di incapacità ("tutti gli altri ce la fanno ed io no"), di unicità ("tutto questo è accaduto solo a me"). Come si può comprendere sono pensieri molto pesanti

lettura per comprendere, sommarariamente, quanto profonda sia la ferita emotiva che tali vicende provoca e, quindi, l'opportunità di rivolgersi ad un aiuto specializzato, può essere dato da due indicatori: il primo riguarda il numero degli aspetti della vita personale implicati, ovvero se

le relazioni nella crescita

LA PRESENZA DI AFFETTI E SGUARDI ANIMA I GIORNI DELL'INFANZIA

“Non c'è niente al di fuori della relazione. (...) L'essere umano esiste solo in relazione a qualcuno. Se non c'è una relazione, questa persona non c'è” (G. Cecchin, in «Connessioni», n. 2 del 15/2004, p. 57). Se questa affermazione è vera per l'adulto, a maggior ragione lo è per il bambino. Basta pensare al neonato: il bambino nasce, gli adulti gli stanno intorno, lo salutano, lo coccolano, sono felici per la sua nascita. Gli dicono in questo modo “Ci sei, ci sei” e scelgono per lui un nome. In virtù della relazione che si è venuta a creare, da quel momento lui è Andrea. Questo essere visto e riconosciuto dagli altri, diventa pertanto premessa indispensabile per assicurargli l'accudimento necessario alla crescita. Così, sarà il costituirsi di questa relazione che garantirà al bambino la sopravvivenza non solo fisica ma anche psicologica.

La relazione bambino-adulto è stata oggetto di studio fin dal secolo scorso e parte dell'interesse di allora si è concentrato sugli effetti che la privazione di cure materne ha sul bambino. Tra i nomi più noti va menzionato Bowlby e la sua elaborazione del concetto di *attaccamento*. Egli sosteneva che il bisogno di attaccamento costituisce la motivazione fondamentale e prioritaria dell'uomo. La persona che è affettivamente più vicina al bambino – generalmente, ma non necessariamente, la madre – diventa la sua figura di attaccamento prevalente, la sua “base sicura” dalla quale partire per esplorare e da cui tornare in caso di pericolo o stanchezza. Ecco allora che il bambino che inizia a gattonare può allontanarsi fisicamente dalla propria mamma perché sa di poter tornare da lei appena avverte una situazione che gli procura paura o che lo fa sentire in pericolo. È nel secondo semestre di vita che si nota l'emergere di una vera relazione di attaccamento tra il bambino e la madre, anche se nel periodo precedente si può già rilevare un comportamento di attaccamento, cioè un comportamento finalizzato alla vicinanza fisica, seppure organizzato in modo più semplice, ad esempio attraverso i sorrisi, il pianto... Il legame di attaccamento che li unisce non si instaura sulla base del soddisfacimento dei bisogni primari (per es. la fame), piuttosto sulla base

Potersi relazionare con papà e mamma aiuta la sicurezza. Poi però bisogna abituarsi ai distacchi e a nuove figure, dai nonni agli insegnanti.

di predisposizioni innate e di continuità e stabilità nel rapporto.

Durante la crescita, si creano altri importanti legami di attaccamento: con il papà, i fratelli, i nonni, gli insegnanti, i pari e, in futuro, il partner affettivo. Tutte queste relazioni, sommandosi a quella di attaccamento principale, influiranno sullo sviluppo del bambino, sulla sua personalità e sulle sue modalità adulte di stabilire relazioni. Tuttavia, la relazione di attaccamento potrà essere caratterizzata non solo da comprensione, prevedibilità e sicurezza ma, al contrario, da incompienza, imprevedibilità e insicurezza. Sarà la qualità della presenza dell'adulto che si occupa del bambino a determinarne le caratteristiche. Oggi parte di quanti studiano il mondo infantile nelle sue diverse sfaccettature rivolgono il proprio interesse non più solo alla relazione duale madre-figlio, ma lo estendono alla triade madre-padre-bambino. Studi dimostrano, infatti, come già dai tre mesi di vita i bambini siano in grado di distribuire in modo differenziato gli sguardi tra mamma e papà e sappiano condividere attenzione e affetto con entrambi i genitori.

Lo stesso contesto entro il quale viene esercitata la funzione genitoriale è per definizione triadico: con la nascita del figlio si stabilisce un legame genitori - bambino che persiste al di là di ogni evento di separazione fisica. La relazione di un genitore con il proprio figlio non è mai svincolata dal rapporto dell'altro genitore con il figlio e dal rapporto dei due genitori tra di loro. Quotidianamente, nella relazione con i genitori, il bambino fa esperienza di diverse modalità di inclusione o coinvolgimento (cfr. gli studi condotti da E. Fivaz e A. Corboz). Basti pensare ad una situazione in cui mamma, papà e figlia sono radunati in cucina. La bambina ha appena terminato la colazione e la mamma le sorride e gioca con lei mentre il papà le osserva. La bimba è felice e dopo un po' si rivolge al padre con dei gridolini. Questi si sente invitato a partecipare al gioco. Per un po' giocano tutti e tre, poi la mamma si mette ad osservare papà e figlia che

giocano insieme. Quando la bambina comincia a dare i primi segni di stanchezza il gioco si interrompe e, mentre i genitori parlano di quanto sia brava la loro bambina, lei li osserva interessata. Questa capacità di coinvolgersi nella relazione e di assistere al coinvolgimento degli altri, cioè di entrare e uscire dalle relazioni, il bambino la apprende grazie ai genitori, all'interno di questo contesto triadico di relazione. In tal modo il bambino può sperimentare il *distanziamento* all'interno di un contesto sicuro. Ciò favorirà in lui la conseguente disponibilità alla esplorazione di altre relazioni e di altri coinvolgimenti. Detto in altre parole, il distacco diventa per il bambino occasione di crescita e ampliamento di opportunità relazionali se in precedenza egli ha potuto sperimentare con i genitori

il “distacco” non nei termini di una spiacevole sensazione di perdere una persona cara ma come “affidamento a” e “accoglienza da” che prelude un nuovo coinvolgimento/relazione con un'altra persona. Nel momento in cui questo tipo di esperienza triadica è stata vissuta e interiorizzata, cioè ciascun membro della triade sa tenere in mente gli altri e a propria volta si sente contenuto nella loro mente, è possibile l'apertura della triade ad altre persone.

Ad oggi la funzione genitoriale è sempre più distribuita all'interno di una rete di relazioni che coinvolge oltre agli stessi genitori, che comunque rimangono le figure più significative, nonni, baby-sitter e strutture educative quali gli asili nido e scuole di diverso ordine e grado. Il bambino è pertanto coinvolto in separazioni e distacchi da figure

significative per passare ad altri coinvolgimenti con altre figure. Potersi relazionare con coetanei e con adulti diversi dai propri familiari è un'importante opportunità che le diverse agenzie educative per la prima e seconda infanzia offrono al bambino (ma anche alla sua famiglia). Dalla relazione con i pari il bambino apprende una molteplicità di cose, grazie all'imitazione, al confronto e all'insegnamento diretto o, talvolta, al semplice stare insieme. Con i coetanei impara a vivere e ad affrontare il conflitto e ad apprendere i processi di negoziazione, impara a conoscere e a rispettare le regole, apprende il piacere della scoperta, del fare insieme e il piacere di affrontare sempre nuove sfide. Impara a manifestare e a condividere gli stati d'animo, l'aiuto ed il sostegno dell'altro, apprende abilità sociali e culturali complesse e apprende via

CRISTINA SCARAMELLA
psicologo
(continua a pag. 7)

ADOLESCENZA, CAMMINAR

Riuscire a camminare da solo è per il bambino una conquista inebriante; di solito capita attorno all'anno di età, si cominciano già a nutrire preferenze ed interessi propri, ma si comunica ancora con difficoltà e risulta sempre più arduo pilotare l'adulto che ci tiene in braccio verso quell'angolino di mondo, proprio quello che reclama impaziente la nostra attenzione. Scegliere da sé le proprie piccole mete, seguire l'input dei propri desideri, assecondare le improvvise curiosità... tutto questo ripaga egregiamente dei tentativi, della fatica, anche della frustrazione seguita alle molte cadute.

Nell'adolescenza, il cammino verso l'autonomia incrocia una sfida nuova, quella di imparare a “pensare con la propria testa”. Quanto esce dalla bocca dei genitori non risulta più automaticamente vero o giusto o buono, si tratta di caratteristiche troppo importanti per lasciare che siano altri ad attribuirle. Anche questa è una conquista fondamentale, merita la faticaccia perché giungere a farsi una propria idea sulle cose, a valutare criticamente gli avvenimenti, a cercare l'obiettività è proprio della persona adulta. Per riuscire in questo intento il cervello di quello che fino ad ieri era un bambino deve cambiare radicalmente ed è l'immenso lavoro di trasformazione in atto a determinare quello stato “semi-confusionale” tipico dell'età. Fino ad un tempo non molto lontano, la causa di tanti comportamenti prettamente adolescenziali (scarso controllo della propria impulsività e delle proprie emozioni, indifferenza nei confronti delle conseguenze delle proprie azioni quando non addirittura incapacità di prevederle, mancanza di responsabilità...) era rintracciata nella tempesta ormonale scatenata dalla crescita.

Oggi, grazie all'enorme sviluppo conosciuto dalle neuroscienze, si è visto che certe “follie”

dependono dai massicci cambiamenti biologici in atto proprio nel cervello. In questa stagione della vita i mutamenti cerebrali risultano essere così radicali che, a detta di alcuni esperti, la personalità di un individuo, alla fine di questo processo, può essere completamente diversa da come appariva al suo ingresso nell'adolescenza. Barbara Strauch, redattrice scientifica del “New York Times”, espone in modo chiaro ed accattivante le straordinarie indagini compiute in questo campo in un testo dal titolo: *Capire un adolescente. Come cambia il cervello dei ragazzi fra i 13 e i 18 anni*. Ne emerge l'immagine di un enorme cantiere di lavoro, “Milioni di connessioni nervose si ramificano e altrettante, o forse più, vengono tagliate. Neurotrasmettitori di natura chimica inondano quest'organo e lo rifiniscono, dandogli nuovi connotati, una nuova opportunità nei confronti della vita” (pag. 11). Considerando anche solo lo sviluppo dei lobi frontali, aree predisposte ad affinare il pensiero, a stabilire obiettivi e priorità, ma soprattutto a valutare gli effetti di determinati comportamenti e a trattenerci dal porne in atto di socialmente pericolosi, si è visto che durante l'adolescenza conoscono una fase di regressione per poi riprendere a crescere e trovare la loro struttura definitiva ben oltre i vent'anni.

Alla luce di queste recenti acquisizioni, comprendiamo come lasciare un adolescente solo a gestire il proprio tempo libero, le proprie amicizie, i propri impegni equivalga a lasciar giocare un bambino con il fuoco, strategia che nessun adulto sano di mente adotterebbe. Eppure si lamenta oggi, da più parti, un diffuso lassismo educativo proprio nei confronti dei ragazzi, considerati già grandi e quindi in grado di badare a se stessi. Che relazionarsi con un adolescente costituisca spesso una sfida,

le relazioni nella crescita

UN "PONTE" TRA I DUE MONDI CHE IMPARANO A COMUNICARE

Nella coppia la relazione tra i partner costituisce, di fatto, un ponte gettato tra due mondi; ad incontrarsi sono storie, esperienze, vissuti diversi: è sempre stato così. Lo stesso essere maschio, l'uno, e femmina, l'altra, mette in gioco modi radicalmente diversi di percepire, rielaborare, affrontare le situazioni. Questo è un dato unanimemente riconosciuto, una realtà che però, troppe volte, tende a trasformarsi in problema. Perché? Perché nell'incontro di due mondi che si sanno diversi l'originaria intuizione di un reciproco eccezionale arricchimento lascia pian piano il posto alla sconsolata convinzione di un'immane quanto inutile fatica?

Difficile trovarli amabili

A tutt'oggi un diffuso pregiudizio continua a pesare sulla vita di coppia, quello che l'amore, il vero amore (ingrediente base di ogni unione), per essere tale debba scorrere

Il rapporto di coppia esige impegno non solo per durare ma anche per crescere. Non c'è sintomo che non possa rientrare.

assolutamente spontaneo, libero da costrizioni, fatiche, impegni. Ora a noi tutti, per esperienza, è dato sapere che l'amore nei confronti dei figli non sgorga sempre spontaneo, a volte può risultare difficile trovarli cari, dolci, amabili... eppure continuiamo, imperterriti, a voler loro bene. Così accade naturalmente anche verso i propri genitori, gli altri familiari o addirittura gli amici più cari: corriamo in loro aiuto anche quando farlo ci costa, siamo disposti a modificare per loro i nostri progetti, la cosa non ci scandalizza, anzi sembra finire per rinsaldare il rapporto, per conferirgli ulteriore spessore. Perché allora nei confronti del partner l'amore, per essere considerato autentico, deve presentarsi completamente esente da impegno, sforzo, fatica? Si tratta, a tutti gli effetti, di uno spiacevole equivoco che, d'al-

tro canto, finisce per minare non poche relazioni.

Alcune riflessioni possono forse aiutarci a comprendere i motivi di tanta ostinata presunzione. Viviamo oggi in un contesto socio-culturale che esalta un amore che gli esperti definiscono "emozionale", un sentimento che arriva improvviso, afferra, sconvolge, trascina. Non importa quanto dura o che cosa si lascia alle spalle, il problema degli ex e delle loro tragiche vendette non basta a far riflettere (su 112 donne uccise in Italia nel 2006 da mariti, fidanzati o amanti, in più di metà dei casi si trattava di un ex, ex evidentemente poco disposto a riconoscersi tale), quello che conta è che il fuoco della passione sia giunto a lambire anche noi. A questa generale idealizzazione di un sentimento da vivere esclusivamente a fior di pelle vanno aggiunti

gli effetti di un atteggiamento di sostanziale impazienza, atteggiamento che contagia un po' tutti. Siamo oggi caratterialmente impazienti, nei confronti di tutto: un desiderio si manifesta e bisogna subito soddisfarlo, un'esperienza nuova appare all'orizzonte ed è giocoforza coglierla al volo, ogni relazione è da vivere fino in fondo. Il valore dell'attesa non si conosce più.

Lasciar perdere un errore

Analogamente, poi, quando qualcosa all'interno della coppia non va abbiamo fretta di voltare pagina, preferiamo lasciar perdere piuttosto che fermarci ad analizzare la situazione; così come a livello di oggetti non si ripara ormai più nulla, anche sul piano delle relazioni sembra più facile iniziare una nuova che darsi da fare per far funzionare la vecchia. Un amore emozionale, una sofferta impazienza... a complicare le cose si insinua anche un terzo fattore.

Esiste in realtà un tempo in cui l'amore si manifesta prevalentemente come emozione, sensazione forte, totalitaria, travolgente, una fase di vita che spesso ricordiamo con nostalgia... il tempo dell'innamoramento. Da innamorati la passione basta, riempie ogni spazio della nostra esistenza, sazia ogni nostra sete, assorbe ogni nostra energia, giunge a farci perdere la testa (ne sorridiamo, ma in cuor nostro è perché sappiamo che si tratta di una fase di transizione, pochi sopravviverebbero ad una condizione di perenne innamoramento). L'innamoramento, infatti, chiede di mettere radici e di diventare amore. Mitch Albom, firma del giornalismo americano ed autore di alcuni fortunati romanzi, suggerisce, a proposito dell'amore tra coniugi, un'immagine interessante. Egli afferma che, a volte, l'amore scende su di loro dall'alto come una pioggia benefica, basta alzare il capo, lo sguardo... e lo troviamo dappertutto (in effetti quando si è innamorati tutto profuma d'amore, non abbiamo che da aprire le mani per coglierne ovunque, riusciamo a scorgere anche in quegli aspetti del carattere del partner che, una volta sposati, non esitiamo a catalogare come difetti). Più spesso, però, l'amore percorre

la vita come una sorgente sotterranea, certa ma profonda, è lì disponibile, ma sta a noi attingervi.

I segreti per vivere a due

Ogni buona ricetta ha il suo ingrediente segreto, nel 99% dei casi niente di straordinario, solo un pizzico di qualcosa che nessuno penserebbe di mettere proprio lì. Qual è l'ingrediente segreto per ottenere una vita di coppia ricca e feconda? Buona comunicazione, fiducia reciproca, una certa intesa sessuale, capacità di cooperazione, sensibilità, generosità da entrambi i lati... sì, tutto questo giova, ma essenziale rimane l'impegno o, per dirla forse in termini meno allarmanti, la semplice disponibilità ad investire energie, tempo e sogni nella propria relazione. Risulta sintomatico in tal senso ricordare come gli operatori di consultorio siano concordi nel riconoscere che nella coppia, soggetta come tutte le relazioni alle alterne vicende della vita, non si dà corrispondenza alcuna tra evento grave e crisi grave, ogni difficoltà è per i coniugi tentazione di buttare tutto all'aria o, viceversa, occasione di crescita. Tutto dipende, in ultima analisi, dalle risorse messe in campo, prima: la volontà di farcela, di uscire comunque assieme. L'amore può anche nascere spontaneo, ma per mettere salde radici richiede cure, premure, attenzioni. Quando il nostro rapporto di coppia esige impegno non è perché sta finendo, forse vuole solo crescere un po'. Al sorgere delle prime difficoltà si può certamente far finta di niente, pensare che sarà l'amore ad appianare tutto (scelta in verità assai rischiosa in quanto offre al problema la possibilità di cronicizzarsi), ma ci si può anche guardare negli occhi e decidere assieme di prendere in mano la situazione. Poco tempo passato insieme, incomprensioni reciproche, incompatibilità di ruoli, bisogni non riconosciuti, attese deluse... non c'è sintomo che non possa rientrare, situazione che non possa venire positivamente modificata. La stessa quotidianità con il suo carico di incombenze, obblighi e doveri può insidiare l'amore tra i coniugi, a meno che non ne facciamo l'occasione per ribadire il nostro sì all'altro, per riconfermare la nostra fedeltà ad un progetto di vita a due.

STEFANO PELLEGRINI
psicologo

E CON LE PROPRIE GAMBE

richieda accorgimenti nuovi, ci trovi impreparati... non è motivo sufficiente per prendere le distanze e lasciare che se la cavi. Abbandonati alla strada, al "muretto" i ragazzi crescono adottando la legge del branco o, nella migliore delle ipotesi, seguendo semplicemente i propri impulsi. Marta Erickson, dell'Università del Minnesota, provocatoriamente afferma che, in America, è dai tempi dei pionieri che un adolescente non affrontava rischi tanto grandi.

Ne abbiamo conferma dalle diverse emergenze che, puntualmente, i media sbattono in prima pagina: abuso di alcool (si inizia sempre più giovani, in Italia a 11-12 anni, e se ne beve sempre di più), consumo di droghe, stragi del sabato sera, una sessualità vissuta precocemente e in modo del tutto irresponsabile, atti di bullismo, di teppismo, di gratuita violenza... a volte ci sembra di essere di fronte ad una stupidità senza limiti. La cultura dello sbalzo, alimentata da quella vena di esibizionismo che percorre tutta la nostra società, trova i suoi alleati nel naturale desiderio di sperimentare, di mettersi alla prova, di sentirsi riconosciuti e magari, perché no, anche un po' ammirati. Anche tra le mura di casa si assiste poi ad una vera e propria dipendenza da cellulari, videogiochi, internet, spia di una solitudine sempre più profonda. La famiglia, assieme all'amicizia e all'amore, rimane tra gli ideali più cari all'adolescente, ma, nel concreto, è lui il primo a pagare le conseguenze di una famiglia spesso in crisi. Da tempo si è visto come il numero dei suicidi giovanili sia maggiore là dove la disgregazione familiare è maggiore, ma una recente indagine dell'Istituto Iard ha mostrato che, anche senza voler considerare esiti così tragici, l'instabilità familiare genera sempre figli molto meno soddisfatti nei con-

fronti di se stessi, della propria vita, degli altri, figli più propensi ad accettare e porre in atto comportamenti a rischio. Dobbiamo tornare ad orientare la crescita dei nostri figli, assicurare la nostra presenza in un momento in cui loro, per primi, non si raccolgono più.

Un adolescente medio in pochi anni cresce di 25 chili e si allunga di 30 centimetri, è naturale che ci sembri ormai adulto, ma non lo è, è fondamentale quindi continuare a nutrire il suo bisogno di rassicurazione, di incoraggiamento, di tenerezza anche. I legami affettivi vanno coltivati sempre: una lode, una parola di condivisione, un sincero interessamento alla sua vita, un gesto gentile... è questa la piattaforma che rende accettabili anche le critiche o i rifiuti. Perché possa incamminarsi sulla strada dell'autonomia deve poter sentire che ci fidiamo di lui, delle sue scelte, ma la fiducia va concessa gradualmente e puntualmente verificata, non può essere gestita ingenuamente né tantomeno adottata a pretesto per disinteressarsi, per lasciar fare. In un'età in cui il gruppo rappresenta quasi una seconda pelle, per quanto difficile possa risultare, è indispensabile conoscere con chi e come trascorre il suo tempo, il che non implica sottoporlo a penosi interrogatori, ma piuttosto essere pronti a chiedere e ricavare informazioni ogni volta che se ne presenti l'opportunità. Non è vero che un adolescente non ama parlare, ama essere lui a decidere quando farlo e spesso, ahimè, non sceglie i momenti per noi più opportuni. La casa non gli basta più, sta al mondo degli adulti offrirgli alternative valide alla strada, luoghi di autentica crescita nei quali sperimentare la propria sete di altro senza dover necessariamente sconfinare nel proibito.

S. P.

le relazioni adulte

IL GRUPPO E L'ASSOCIAZIONE ESPERIENZA IRRINUNCIABILE

Stare con gli altri aiuta a crescere, specie se si tratta di figli unici. Molte le occasioni di collaborare e anche di fare delle scelte. Necessità di un sistema formativo integrato, dove anche i responsabili degli enti locali diano adeguato sostegno.

Se i genitori sono i primi educatori e in quanto tali non possono mai, in alcun modo, essere sostituiti, va anche riconosciuto il fatto che la loro azione educativa va integrata da quella di altre agenzie educative e può trovare nel gruppo un'integrazione, un buon supporto. I genitori dovrebbero sostenere le opportunità offerte dalle associazioni, che intendono camminare a fianco dei loro figli proponendo progetti educativi rispettosi delle competenze della famiglia.

I motivi che stanno alla base della scelta compiuta dai genitori di iscrivere il proprio figlio ad un'associazione, a volte, per lo meno fin tanto che frequenta la scuola elementare, sembra dipenda dal desiderio di farlo stare con gli altri, di offrirgli la possibilità, talvolta perché si tratta di un figlio unico, di crescere con i pari e di stabilire relazioni sociali che superano quelle circoscritte della classe. C'è anche il genitore che tende a far compiere al proprio figlio lo stesso percorso vissuto quando lui era "piccolo" convinto che valga la pena. Non mancano casi di genitori che si fidano in un certo senso, quasi ciecamente di un determinato gruppo perché sta in parrocchia, presso l'oratorio, è seguito dai preti e, quindi, possono ritenersi tranquilli nel dar fiducia agli educatori che operano all'ombra del campanile... Qualche altra mamma e papà, invece, scelgono la proposta associativa che ritengono più adatta alle caratteristiche del figlio e/o più efficace per la sua crescita.

Non sono rari i casi in cui le attività del gruppo, che in genere si svolgono il sabato pomeriggio corrono il rischio di costituire un'ottima area di parcheggio, per di più del tutto gratuito, dato che ci si limita a pagare la quota associativa annuale che in genere comprende un'assicurazione ed un giornalino previsto per la rispettiva fascia d'età. Non mancano poi genitori che limitano la responsabilità educativa al solo momento dell'iscrizione per poi delegarla totalmente agli educatori, quasi scaricandola.

Quali le occasioni di collaborazione?

Possono nascere difficoltà quando capita che il ragaz-

zino non abbia più voglia di partecipare all'attività del gruppo semplicemente perché un altro amichetto non lo frequenta più, oppure per qualche motivo del tutto occasionale (qualche piccola incomprensione con l'educatore o qualche altro membro del gruppo), non manifesta più interesse. Dal punto di vista educativo i genitori sono chiamati a sostenerlo nel ricordargli la fedeltà assunta nel momento dell'adesione associativa, per lo meno fino al termine delle attività annuali. Del resto, l'esperienza insegna che talora certe insoddisfazioni sono del tutto passeggero. Eppure, in varie situazioni, invece di aiutare il figlio a compiere una scelta, i genitori gliela delegano totalmente con la scusa che: "Ormai è grande, deve decidere da solo". Come se un bambino o un preadolescente fosse in grado di sapere che cosa gli può servire per crescere, se fosse già così esperto della vita da saper scegliere e valutare le varie esperienze che gli vengono proposte...

Talvolta, può capitare che la partecipazione alla vita associativa interferisca con qualche altro impegno familiare: ad esempio, l'andare in montagna il sabato e la domenica e, quindi, il figlio è assente alla riunione. C'è poi la partita di calcio, pallacanestro che si sovrappone, quella gara sportiva in cui finalmente può giocare e non stare semplicemente in panchina... Oppure i genitori non lo lasciano andare all'uscita perché è pieno di compiti scolastici da svolgere nel fine settimana oppure lo ricattano per cercare di avere da lui una migliore resa scolastica, ad esempio, con battute come questa: "Se non vai meglio a scuola, basta scout". E ci sono quelli che gli fanno saltare l'attività estiva, impedendogli di vivere un momento tra i più importanti di tutto l'anno, in quanto temono qualche rischio: hanno paura del brutto tempo e di conseguenza che prenda freddo, si bruschi un raffreddore, non mangi a sufficienza... Talora sotto sotto a tutti questi timori sta il fatto che i genitori avvertono che il figlio sta crescendo, si sta rendendo autonomo e va staccandosi sempre più da loro. Del resto, capita che per

lo stesso ragazzo ascolti più volentieri o addirittura solo ciò che dice l'educatore, che su di lui ormai ha un forte ascendente, in concorrenza con quello esercitato dai genitori.

Scegliere e rinunciare

A fronte di tutte questa casistica, è importante che gli educatori facciano conoscere, nei limiti del possibile, il calendario con la programmazione delle attività.

Dall'altra parte è anche opportuno aiutare i ragazzi a scegliere le attività: non si può far tutto nella vita e qualsiasi scelta implica necessariamente una rinuncia a qualcos'altro.

Ci sono genitori che magari in età giovanile sono stati membri dell'associazione alla quale ora iscrivono il figlio, o addirittura sono stati impegnati come animatori. Capita talvolta che "mettano il naso" un po' troppo nell'attività e finiscano per intervenire in essa, convinti di saperne "una pagina più del libro", di conoscere bene il come si fa che non vedono riprodotto da manuale negli educatori che guidano il gruppo frequentato dal proprio figlio. La loro critica finisce per disturbare perché in fin dei conti non è finalizzata a migliorare la proposta educativa, ma a criticare gli educatori. E anche vero che talvolta questi sono davvero inesperti e non hanno l'umiltà di mettersi alla scuola di chi potrebbe insegnare loro un po' di metodologia o semplicemente non sono disponibili ad un confronto per cercare di far capire le motivazioni delle scelte educative operate, o far conoscere le nuove attenzioni introdotte per rispondere in modo più adeguato alle esigenze odierne.

Va precisato che ci sono anche genitori così ansiosi che vogliono proteggere sempre e comunque il figlio al punto da individuare difficoltà, problemi anche dove non ci sono. Un tipico esempio è la disponibilità dichiarata a portare con l'auto gli zaini dei ragazzi del reparto scout così che possano camminare senza portare pesi. È evidente che in questo caso si rischia di condizionare l'esperienza dell'associazione che si trova costretta ad accettare i limiti all'attività all'aperto imposti

dai genitori adeguandosi ad essi, pur di non perdere i membri, finendo, però, per ridurre anche qualitativamente la stessa proposta, non più offerta nella sua integralità.

L'associazione cerca i genitori

Innanzitutto, da parte sua l'associazione con finalità educative dovrebbe ricercare e coltivare un rapporto di stretta collaborazione e confronto con i genitori, facendo conoscere loro il proprio progetto per individuare linee comuni da perseguire, sia pure nel rispetto dei differenti ambiti operativi, in una prospettiva di integrazione reciproca, nel rispetto delle diverse specifiche competenze. Le associazioni sono chiamate a camminare con le famiglie attuando progetti educativi che rispettino ciò che è competenza della famiglia. Purtroppo, in numerose realtà aggregative è carente il collegamento con le famiglie, mancano una conoscenza reciproca ed un rapporto di fiducia, dialogo e confronto, quella sintonia e continuità che permettono di perseguire obiettivi educativi comuni, così da garantire una crescita armonica dei ragazzi. La presentazione del progetto educativo permette che innanzi tutto i genitori possano scegliere in modo consapevole, di dividerlo oppure no, evitando di condizionare, se non addirittura di costringere gli educatori ad offrire una proposta in forma ridotta. Inoltre, papà e mamma sono chiamati non solo ad accompagnare il figlio alla riunione settimanale ma anche, in relazione alla disponibilità e compatibilmente con gli impegni lavorativi e familiari, a sollecitare il figlio a vivere anche in casa ciò che impara nell'esperienza di partecipazione associativa.

Rispetto ai messaggi che provengono da più parti, improntati ad un individualismo esasperato, all'ottenere tutto e subito, all'apparire anziché all'essere, l'esperienza associativa può risultare controcorrente. Per alcuni ragazzi può apparire più gratificante ed appagante seguire la seduzione di ciò che quotidianamente li "bombarda", specie se la proposta associativa è isolata, non trova continuità,

non è condivisa dalla famiglia, in cui vivono, non c'è sintonia nei valori proposti.

Si avverte la necessità sempre più impellente di realizzare un sistema formativo integrato, che offra la possibilità di riannodare i rapporti tra famiglia, scuola, associazionismo, enti locali, nella consapevolezza che nessuna specificità è così netta da legittimare il disinteresse per le altre agenzie formative.

Una lettura del mondo

Va precisato che, superate le rigide contrapposizioni ideologiche, si può riscontrare oggi nella gran parte dei gruppi, una certa disponibilità ad ascoltarsi ed eventualmente mobilitarsi insieme sulle questioni più sentite dalla coscienza giovanile, quali, ad esempio: pace, diritti umani, ecologia... Ciò induce ad osservare che i tempi sono maturi per favorire occasioni d'impegno comune, ad esempio, in riferimento al confronto su una lettura condivisa delle problematiche del mondo dei minori, sui suoi cambiamenti, su come far fronte ad alcune questioni che si impongono con il carattere di vera e propria "emergenza". Tra l'altro, gli educatori possono offrire da questo punto di vista, una diversa conoscenza dei ragazzi, evidenziando quegli aspetti che talora i genitori non conoscono e dei quali a fatica intendono prendere atto. Basti fare riferimento ad espressioni, quali: "Ma, no, mio figlio proprio no. È un bravo ragazzo, non è possibile si sia comportato come dite, abbia fatto quel che mi riferite. Non può essere, non ci credo..." Potrebbe essere questo un modo per confrontarsi sulle reciproche responsabilità educative, per condividere strategie e risorse e perché no, prevenire determinati problemi, grazie ad una maggiore attenzione...

Di questa preoccupazione dovrebbero rendersi interpreti anche i responsabili per le politiche giovanili degli enti locali, ai quali spetta, fra l'altro, un considerevole, ancorché delicato, ruolo di sostegno delle forme di libera aggregazione della e per la gioventù operanti sul territorio.

le relazioni adulte

STARE TRA VOLTI E LUOGHI NOTI FA VIVERE MEGLIO GLI ANZIANI

Una relazione di reciprocità con i figli favorisce il rispetto e l'autonomia. Così il mantenere nel tempo i rapporti consolidati, è il cosiddetto invecchiamento attivo, che ottimizza le possibilità di salute.

Le opinioni comuni sulle persone anziane le dipingono spesso come un gruppo solo e isolato, senza amicizie e che necessita di rimanere ancorato alla propria famiglia. È vero che quando una persona invecchia diminuiscono i contatti sociali, aumenta la fragilità, diminuiscono le opportunità per incontrare nuove persone, e non sorprende che questo possa determinare una effettiva diminuzione a livello di reti sociali. Sorprende invece che il numero delle relazioni "strette" con la rete sociale rimane stabile molto a lungo e che esiste un atteggiamento positivo riguardo a questo. La maggior parte della diminuzione nella rete sociale, però, non è determinata da una inabilità nel mantenere i contatti, quanto da un processo attivo di selezione. Quando le persone invecchiano, infatti, preferiscono investire in relazioni significative e gratificanti, e sono meno inclini a soffermarsi e impegnarsi in relazioni superficiali e che non garantiscono continuità e stabilità.

Questo mutamento di atteggiamento verso le relazioni è dovuto a un profondo cambiamento insito nella condizione anziana. Quando una persona invecchia l'immagine e la percezione di sé si modifica, così come il corpo. La persona va incontro a un processo di destruttu-

zione e di ristrutturazione psichica e si parla di una vera e propria rielaborazione di "lutto", un lutto della propria immagine. Invecchiare comporta quindi un lavoro psichico, una "elaborazione dell'invecchiamento", solo il cui arresto o rifiuto può essere considerato patologico. Le persone anziane sono motivate a ricercare il significato della propria vita, a stabilire una intimità con se stesse e verificare il proprio sé, piuttosto che il sé degli altri. Quindi è la natura del contatto sociale a essere principalmente importante, piuttosto che il contatto sociale in sé.

Molte discipline che si interessano di studiare il fenomeno dell'invecchiamento sottolineano quanto le relazioni costituiscano un importante fattore per la qualità di vita dell'anziano, in particolare quelle con la propria famiglia. Determinanti sono anche le reti di relazioni informali, come quella di vicinato o delle amicizie. Tutte insieme costituiscono una importante risorsa che risponde ai principali bisogni della persona che invecchia come, per esempio, il bisogno di protezione, di sicurezza e di appartenenza. Godere di relazioni significative, di legami stretti, contribuisce al mantenimento del proprio sé e della propria identità.

I legami familiari sono

però molto complessi. Quello tra genitori e figli, soprattutto, è caratterizzato da sentimenti di obbligazione e reciprocità. Si creano aspettative reciproche in modo tale da favorire, sia in termini positivi che negativi, la restituzione di ciò che si è ricevuto. Ovviamente questo non vale solo per gli anziani. Le relazioni familiari differiscono da quelle con i pari, proprio perché includono elementi di obbligo in tutti gli stadi della vita. Questi sentimenti di obbligo e attaccamento non sono garanzia per l'instaurarsi di una relazione di qualità, e la fondamentale ambivalenza di questo legame può in momenti diversi diventare supporto o vincolo.

La relazione tra genitori anziani e figli è comunque una relazione di reciprocità, una norma che sostiene le relazioni sociali con effetti positivi sui sentimenti di affetto non solo tra genitori e figli, ma anche sulle future relazioni intergenerazionali, e nella sua evoluzione temporale si caratterizza anche per la sua tipica asimmetria. Se i genitori si prendono cura dei propri figli, ci si aspetterebbe che quando quei genitori invecchiano la situazione si rovesci. Ma questa previsione non si realizza sempre in modo così lineare. È noto infatti come spesso i genitori anziani continuino a offrire aiuto ai loro figli adulti, sia per quanto riguarda il prendersi cura dei nipoti, sia per la gestione domestica o per aspetti economici. I genitori continuano quindi a sentirsi sempre più a lungo sostegni per i figli, non solo in casi di



emergenza ma anche nella quotidianità.

Affinché i diversi tipi di relazioni sociali possano incidere positivamente sul benessere della persona anziana, devono necessariamente fondarsi sul rispetto, favorire il mantenimento dell'autostima e stimolare l'autodeterminazione nell'anziano. In quest'ottica assume sempre più importanza anche la relazione con l'ambiente in cui l'anziano vive. Se, dal punto di vista della psicologia ambientale, con l'avanzare dell'età si assiste a una diminuzione dell'esplorazione dello spazio e a un consolidamento dei percorsi abituali, si instaura anche un investimento affettivo più marcato sull'ambiente, sullo spazio della propria casa e sugli oggetti, e i risvolti emotivi del rapporto individuo-ambiente diventano particolarmente importanti.

Un eventuale cambio di residenza, per esempio, può essere vissuto come una perdita, in particolare modo se è stato imposto da altri o per necessità contingenti. Affrontare un nuovo ambiente, un nuovo spazio da abitare, può provocare angoscia, proprio perché il processo di investimento affettivo in questa età avviene con maggiore difficoltà e lentezza. Talvolta può apparire difficilmente comprensibile la dinamica tra l'attaccamento alla propria abitazione e le possibili difficoltà quali assenza di servizi o presenza di barriere architettoniche, ma continuare a vivere nel medesimo posto permette di mantenere le stesse abitudini e le medesime relazioni

sociali, in una prospettiva di continuità tra passato e futuro. L'attaccamento ai luoghi nelle persone anziane costituisce infatti un processo fondamentale, e poter continuare a mantenere il rapporto con il proprio ambiente di vita diventa un modo per narrare e conservare integre la storia e l'identità personale.

Rimanere ad abitare nella propria abitazione permette di mantenere le relazioni sociali già consolidate e, considerando che l'anziano vive in una continua dialettica tra autonomia e insicurezza, il radicamento socio-fisico al luogo gioca un ruolo determinante.

Nella realtà della condizione anziana, quindi, le relazioni, di qualsiasi natura siano, sono di fondamentale importanza, anche all'interno dell'espressione "invecchiamento attivo", o *active aging*, adottata per la prima volta nel 2002 dall'Organizzazione mondiale della sanità, con cui si esprime un concetto di invecchiamento che ottimizza le possibilità di salute, partecipazione e sicurezza al fine di migliorare la qualità di vita in questa fascia della popolazione. È un approccio all'invecchiamento che si basa sul riconoscimento dei diritti delle persone anziane e dei principi di indipendenza, partecipazione, dignità e realizzazione personale, che non vede più l'anziano come un soggetto esclusivamente passivo, contrastando le rappresentazioni di una vecchiaia esclusivamente come contenitore di malattia.

LUCIA DE ANTONI
psicologo

LA PRESENZA DI AFFETTI E SGUARDI

(continua da pag. 4)

via a modificare il proprio comportamento e linguaggio a seconda che l'interlocutore sia l'adulto, il coetaneo o il bambino più piccolo. Con i coetanei impara anche a mettere in scena il mondo dei grandi, talvolta criticandone i comportamenti o sovvertendone le regole.

Mano a mano che procede la crescita impara ad autovalutare le proprie capacità (es. dice "non sono bravo a disegnare"), a fare confronti e paragoni (ad esempio, dai sette anni i bambini si definiscono "il più bravo della mia squadra" anziché pensarsi semplicemente "bravi" nella

definizione di sé) e ciò fa sì che gli altri assumano un ruolo sempre più rilevante nella formazione dell'opinione di sé. Gradualmente fanno la loro comparsa i giochi competitivi, che richiedono da parte di tutti il rispetto di regole precise. Lungo gli anni di frequenza della scuola elementare, inoltre, all'interno del gruppo dei coetanei, gli amici vanno via via distinguendosi dai compagni. Si può pertanto sostenere che nella relazione con i coetanei ciascun bambino impara dagli altri ed è, a propria volta, fonte di conoscenza ed esperienza per gli altri.

All'interno della relazione

con i pari il ruolo dell'adulto, familiare o meno che sia, viene via via diversificandosi a seconda dell'età del bambino. Tuttavia, sia rispetto al bambino piccolo che a quello già più grande ed autonomo, il ruolo affettivo ed educativo che l'adulto si trova a rivestire rimarrà importante ancora per parecchi anni. Il passaggio all'adolescenza determinerà poi nuove modalità di vivere il rapporto con l'adulto e con i pari. Tanto l'evoluzione di queste relazioni, quanto quelle nuove che l'individuo verrà a costruire, troveranno un caposaldo nelle prime relazioni importanti della sua infanzia.

ATTIVITÀ DEL 2009/2010

ATTIVITÀ DI RICERCA

Ricerche

- Ricerca sulla codificazione culturale "L'attività lavorativa e il costume nel tempo"
- Ricerca sociologica "Cittadinanza a tutte le età"
- Ricerca-progetto su "Immigrazione, processi di mediazione culturale e integrazione dal basso"
- Ricerca-progetto: "Uscire dalla crisi economica: l'energia delle radici"
- Seminario di ricerca: l'inquinamento della pianura padana

ATTIVITÀ EDITORIALE

- «Rezzara notizie», mensile sui risultati delle ricerche dell'Istituto
- 5/6 monografie a stampa

ELABORAZIONE CULTURALE

Convegni di studio

- 5° convegno sulla codificazione culturale: "Come uscire dalla crisi economica: l'energia delle radici" (Vicenza, gennaio 2010)
- 2° forum sull'interculturalità: "La diversità: pericolo o ricchezza?" (Valdagno)
- 2° forum sulla famiglia: "Stili di vita e modelli televisivi" (Noventa Vicentina)
- forum: "Rapporti intergenerazionali" (Torri di Quartesolo)
- forum: "Fragilità e ricchezza della famiglia" (Camisano Vicentino)
- convegno-dibattito sull'ambiente: "La conferenza di Copenhagen" (Vicenza)
- altri forum in varie località della provincia
- 16° simposio sulla vita di relazione: "Luoghi e non luoghi nella vita dei giovani" (26-28 ottobre 2009)
- 15ª conferenza sull'informazione: "La politica dei giornali" (Bassano del Grappa, 2-3 dicembre 2009)
- 43° convegno di studi internazionali: "Il Mediterraneo, sintesi dei problemi mondiali" (Recoaro Terme, 10-12 settembre 2010)
- 17° simposio sulla vita di relazione "Cittadinanza aperta: identità e cooperazione" (ottobre 2010)

Venerdì culturali

- Ciclo (novembre-dicembre 2009): "L'integrazione a Vicenza";
- Ciclo (gennaio-marzo 2010): "I mistici, testimoni dell'oltre";
- Ciclo (aprile-maggio 2010): "Percorsi identitari: Vicenza comunale (1260-1400)".

Corsi di formazione

- Corso su "Calvino e il protestantesimo riformato" (martedì di novembre-dicembre 2009)
- Corso di giornalismo per corrispondenti

FORMAZIONE DEI FORMATORI

Corsi di perfezionamento

- Corsi di aggiornamento per dipendenti degli enti locali: pubbliche relazioni
- Master biennale di formazione socio-politica in prospettiva europea
- Master biennale per "operatori interculturali"

DISSEMINAZIONE CULTURALE

Iniziative per i giovani

- Proseguimento e potenziamento del progetto sperimentale "Percorsi di ricerca per i giovani" delle scuole superiori secondarie della città con distinti laboratori culturali
- Seminario sul coinvolgimento dei giovani nella vita quotidiana e produttiva del Paese

Dibattiti culturali e corsi decentrati

- Dibattiti culturali sull'attualità nei centri maggiori della provincia di Vicenza e nelle province limitrofe
- Corsi su "Uscire dalla crisi con nuovi stili di vita"
- Corsi di educazione permanente in collaborazione con Comuni, circoscrizioni, biblioteche, associazioni professionali od economiche, parrocchie, scuole
- Corsi sull'inquinamento dell'aria

Forum Europa

- Corso di civiltà e cultura dei Paesi mediterranei: "Il percorso di Mosè dal Sinai alla Giordania" (16, 23, 30 marzo 2010)
- Itinerari culturali: Libano, Giordania, Svizzera, Cipro
- Corsi di formazione all'Europa

BIBLIOTECA SPECIALIZZATA

A disposizione dei corsisti e di studiosi, la biblioteca dell'Istituto è specializzata nei settori di competenza (comunicazione sociale, famiglia, vita anziana, religioni). Ha il collegamento internet. Si ritiene di potenziarla ulteriormente attraverso l'aggiornamento e la fruibilità, in collegamento con altre biblioteche.

QUOTA D'ABBONAMENTO

La quota di abbonamento per il 2009, da versare sul c.c.p. 10256360 intestato a Istituto "Nicolò Rezzara", contrà delle grazie 14, 36100 Vicenza è di € 20,00. A quanti invieranno una cifra significativa sarà inviata al più presto una pubblicazione delle nostre edizioni.

XVI Simposio sulla vita di relazione

LUOGHI E NON LUOGHI NELLA VITA DEI GIOVANI

(Vicenza, 26-27-28 ottobre 2009)

IN COLLABORAZIONE CON CONFINDUSTRIA VICENZA

CON IL PATROCINIO DELL'UFFICIO SCOLASTICO PROVINCIALE

L'antropologo francese Marc Augé sostiene che viviamo in una società surmoderna che produce i non luoghi. Secondo lui, i non luoghi sono gli spazi anonimi della contemporaneità in cui si annullano le coordinate di spazio e di tempo. Non luoghi sono le autostrade, gli autogrill, i villaggi turistici, i parchi gioco, gli aeroporti, le catene alberghiere, quegli spazi che non riescono a incidere sulla nostra identità né sul nostro rapporto con gli altri. Ma come vivono i giovani? C'è l'impressione che i giovani vivano un mondo parallelo a quello degli adulti, con collegamenti solo indiretti attraverso la famiglia, nella quale permangono per un tempo prolungato ma della quale molte cose non condividono.

L'Istituto Rezzara di Vicenza, partendo da questa ipotesi, ha svolto una ricerca sociologica nei mesi di aprile-maggio 2009 per individuare i luoghi e non luoghi giovanili di aggregazione e verificare in tal modo le conseguenze del loro non inserimento sociale e i caratteri del mondo parallelo nel quale vivono. La ricerca si è svolta con una distribuzione di 2.000 questionari con 92 item, di cui 1.881 restituiti, ripartiti nei vari centri della provincia di Vicenza: Arzignano, Asiago, Bassano del Grappa, Thiene, Noventa, Schio, Valdagno, Vicenza. I dati raccolti riguardano il 45,1% uomini e il 54,7% donne, distribuiti fra le varie scuole superiori di cui il 60,1% licei, il 15,8% istituti tecnici e il 24,1% istituti professionali. L'età degli intervistati è risultata così distribuita: 14 anni (5,4%), 15 anni (12,4%), 16 anni (19,3%), 17 anni (26,2%), 18 anni (24,5%), 19 anni (10,1%), 20 e oltre (2,1%). Trattandosi di un campione casuale il margine di errore medio, nella situazione peggiore, risulta, nelle varie parti, dell'1,5%.

Dalla ricerca è emerso chiaramente come i giovani vivano un mondo parallelo, con agganci precari alla famiglia d'origine, non interessati dall'attualità e dall'organizzazione politica, sociale e religiosa della società; si conformano al presente senza molti riferimenti al passato e al futuro, orientati prevalentemente alla ricerca immediata di un certo appagamento e svago. Abbastanza debole è risultata da parte loro la richiesta di luoghi formativi rispetto alle occasioni di incontro esistenziale. Ci si chiede se i non luoghi ricercati dai giovani, quali i pub, i bar e locali simili non siano indicativi di una situazione di parcheggio sociale prolungato subito, senza responsabilità e senza chiare prospettive per il futuro. A soffrire di più sono i giovani che frequentano gli istituti professionali e meno gli alunni dei licei, il cui studio forse ha meno rapporti con la realtà concreta perché più ancorato all'evolversi della civiltà. Per tutti la stessa scuola è frequentata senza grandi entusiasmi e difficilmente diventa punto di riferimento.

Ci si chiede se questa situazione, più subita che ricercata, non renda fragile l'identità nei giovani, soprattutto nelle scuole professionali, che maggiormente si confrontano con il mondo del lavoro, mentre tale difficoltà è minore nei ragazzi dei licei, che approfondiscono a scuola di più le radici storico-culturali. L'interrogativo che emerge in tutta la ricerca è se il problema giovanile sia un problema dei giovani o degli adulti e di una società, che non riesce ad interessarli, a coinvolgerli e a farli partecipare.

Lunedì 26 ottobre

ore 15.30 *lezione* Progettarsi oggi: identità giovanile senza radici?
(Antonio Zuliani, Università di Padova)

lezione Disagio e devianze giovanili: quali cause?
(Nicoletta Pavesi, Università Cattolica - Milano)

Martedì 27 ottobre

ore 15.30 *lezione* Analisi dei dati della ricerca
(Giuseppe Dal Ferro, Istituto Rezzara - Vicenza)

dibattito Lettura ed interpretazione
Francesca De Antoni, universitaria
Nicoletta Martelletto, de "Il Giornale di Vicenza"
Giuseppe Filippi, vice presidente Confindustria Vicenza
Marco Tuggia, educatore

Mercoledì 28 ottobre ore 15.30

ore 15.30 *lezione* Ultime generazioni di giovani
(Carlo Buzzi, Università di Trento)

dibattito Esperienze e proposte formative
- famiglia (Lucio Turra, presidente diocesano Azione Cattolica - Vicenza)
- scuola (Franco Venturella, dirigente Ufficio Scolastico provinciale)
- lavoro (Paolo Vivian, vice presidente del gruppo giovani imprenditori Confindustria Vicenza)
- vita associativa (Paola Dal Toso, Università di Verona)