



INSERTO REDAZIONALE ALLEGATO A BIG N 7 SETTEMBRE 2020

Ascolto che si fa intesa

Nell'amicizia è fondamentale imparare a fare spazio all'altro



PATRIZIA BERTONCELLO
Insegnante di scuola primaria

La capacità di ascolto reciproco che c'è tra amici è ciò che rende speciale e unico il loro rapporto. Un amico ci capisce anche se non usiamo parole per esprimere il nostro stato d'animo. Basta uno sguardo, il cogliere un'espressione del viso o un movimento a svelare pensieri o preoccupazioni. Un amico ti ascolta senza pregiudizi, ti accoglie come sei, ti sa capire profondamente. Per essere amici bisogna dunque saper ascoltare, saper fare spazio all'altro perché si crei la magia della condivisione, scatti quell'intesa profonda che caratterizza e rende speciale un rapporto.

La vita a scuola offre moltissime opportunità per educare i bambini alla capacità di ascolto, di ascolto di sé e degli altri, e non è mai troppo presto per iniziare. Se con i più piccoli è importante offrire occasioni e spazi perché imparino a dare un nome alle proprie emozioni, ad esprimerle in modo adeguato al contesto, crescendo i bambini vanno guidati ad imparare ad entrare in sintonia con le emozioni degli altri, sviluppando quegli atteggiamenti di empatia che sono la base delle competenze relazionali.

Per essere capaci di ascolto, bisogna essere capaci di silenzio, capaci di spostare l'attenzione da sé all'altro, facendo tacere per un

certo tempo le proprie esigenze, posticipandole per accogliere quelle di chi sta accanto o quelle del gruppo di appartenenza.

E ci vuole esercizio di ascolto: utilissimo ascoltare storie e racconti, ascoltare musica, ascoltare narrazioni dei compagni o dei nonni, ascoltare la natura. Ricordo alcune esperienze fatte con i bambini stando sdraiati in silenzio in un prato o ad occhi chiusi in mezzo al bosco a poca distanza gli uni dagli altri. Al ritorno in classe in entrambi i casi i bambini erano diversi: parevano cresciuti nella consapevolezza di sé e dell'intimo legame con quanto ci circonda, più attenti alla comunicazione con gli altri.

In ogni gruppo classe con cui ho lavorato, ho sempre abituato i bambini ad affrontare insieme programmi o problemi, situazioni nuove o sfide, dandoci un tempo di reciproco ascolto: il *circle time*. Gradualmente i bambini crescono nella capacità non solo di ascoltare gli altri, ma di comprendere punti di vista diversi dal proprio, sensibilità differenti, e comprendono che davvero insieme è più bello, ricco, stimolante, risolutivo. Così allenati nel gruppo, sanno poi relazionarsi positivamente e in modo costruttivo anche nei rapporti di amicizia e divengono più capaci di stabilire legami che non temono l'usura del tempo. ■



CITTÀ NUOVA
GRUPPO EDITORIALE



L'ascolto reciproco

Un buon educatore riesce a creare relazioni capaci di valorizzare e spronare i bambini



EZIO ACETI
Psicologo dell'età evolutiva

La nota caratteristica che appare più evidente quando si vede un talk show televisivo è quella di persone che parlano continuamente e spesso fanno a gara a chi grida di più, con il risultato che si fa fatica a comprendere le ragioni di chi parla. Ascoltare è l'esperienza più importante per noi esseri umani, perché ci permette di vivere la compagnia degli altri interiorizzando quanto vogliono comunicare. L'ascolto allora è la radice fondamentale di ogni dialogo, di ogni relazione. Vi sono tre modi di ascoltare:

- 1) Ascolto-non ascolto: si verifica quando qualcuno parla e chi ascolta vaga col pensiero senza concentrarsi su quanto viene detto.
- 2) Ascolto disturbato: si ha quando chi parla viene interrotto continuamente dall'interlocutore senza aver avuto la possibilità di esprimere il proprio pensiero.
- 3) Ascolto pieno: si realizza quando chi parla avverte una disponibilità piena all'ascolto da parte dell'altro e può esprimere fino in fondo il proprio pensiero.

Quanto ci sarebbe bisogno di un maggior ascolto fra di noi, fra le varie istituzioni come la scuola, la comunità, la Chiesa... Queste istituzioni dovrebbero innanzitutto essere capaci di ascolto reciproco per poter costruire insieme soluzioni efficaci alle fatiche del dialogo e della convivenza. Ma per poter imparare questo sono necessari alcuni ingredienti come:

- 1) L'umiltà: cioè ciascuno deve sentirsi parte di un grande mosaico e mettere il proprio contributo al servizio di tutti, senza pensare di essere l'assoluto.
- 2) Tolleranza: cioè comprendere che il cammino del dialogo comporta sbagli e fatiche nei confronti di se stessi e degli altri e l'ascolto delle proprie insufficienze e

di quelle degli altri può essere maestro nell'indicare la via della sopportazione e della tolleranza.

- 3) L'esercizio costante: cioè capire che dialogare fra le varie agenzie e fra le persone coinvolte è un esercizio che si impara poco per volta, mediante la pazienza del ricominciare, la fiducia che ogni volta va data, il sostegno che sempre va riconosciuto.
- 4) La gioia: cioè riconoscere quel dono che abbiamo ricevuto con la vita, con l'intento di espanderlo sugli altri, per renderli a loro volta "contagiosi" con tutti.

In questo modo allora si scopre che l'ascolto non è un semplice tacere per far parlare chi ci sta di fronte, ma è soprattutto un atteggiamento costante che dovremmo avere nelle nostre relazioni. L'ascolto risulterà così essere un'attrattiva irresistibile verso gli altri e getterà le basi per soluzioni in grado di soddisfare i reali bisogni che vengono messi in campo. Per non parlare poi dell'ascolto nei confronti dei piccoli che non solo ci aiuterà a comprenderli, ma risulterà essere così importante e bello da farci scoprire lo stupore dei bambini e da farci innamorare della loro innocenza e della bellezza della vita. Se poi l'ascolto è reciproco, allora succede un vero e proprio miracolo: l'autotrascendimento. Cioè si scopre qualcosa di nuovo, di veramente bello. È stato infatti il grande maestro ebreo Martin Buber a dire che quando fra due persone c'è un ascolto reciproco, fra i due si stabilizza un qualcosa che è di più della loro somma, e che li autotrascende. È quello che capita quando le varie istituzioni si ascoltano e collaborano reciprocamente con il risultato di iniziative e attività veramente moderne, all'avanguardia, belle. Sì, ascoltare è bello. Molto bello. ■

Diamo voce all'infanzia

Serve un cambio di prospettiva per ridare ai bambini gli spazi che meritano



MARIO IASEVOLI
Psicologo dello sviluppo e dell'educazione
Psicoterapeuta

Viviamo in una società adultocentrica, è un dato di fatto. Basta guardarsi intorno a partire dalle nostre città, dagli spazi che abbiamo costruito, quasi tutti a misura di adulto. I luoghi dedicati ai bambini, come i parchi e le scuole, sono delimitati, ritagliati, ricavati e comunque quasi sempre pensati da chi bambino non lo è più da un po'. Al di fuori di questi, tutto il resto rappresenta un possibile pericolo, a cominciare dalla viabilità dei nostri quartieri. Dall'indifferenza al fastidio, poi, il passo è breve vista la nascita e la veloce diffusione di vacanze, alberghi, locali, aerei *child free*, che fanno dell'adultocentrismo una vera e propria cultura emergente. Francesco Tonucci (ideatore del progetto "La città dei bambini") sostiene, non solo provocatoriamente, che una città a misura di bambino sia un luogo in cui vivono bene tutti.

La stessa emergenza sanitaria che stiamo attraversando ha evidenziato la scarsa attenzione verso i bisogni dei più piccoli, fortunatamente i meno colpiti dalla diffusione del coronavirus. Tutto si è limitato alla didattica a distanza, come se l'apprendimento fosse l'unico aspetto da salvaguardare, dimenticando non solo quanto siano determinanti le esperienze relazionali nel promuovere il processo di crescita identitario, affettivo, fisico e cognitivo (apprendimento compreso) di un bambino, ma anche come rappresentino un vero e proprio fattore protettivo ai tempi del Covid-19. Allo stesso modo, la frenesia della nostra quotidianità ha ridotto notevolmente la quantità e la qualità dei momenti con i nostri bambini, sempre più figli unici e spesso geograficamente distanti da cugini, zii e nonni. Attenzione, questo non vuol dire proporre una società

puerocentrica e creare così un mito dell'infanzia ponendo sull'altare il bambino; anche questa operazione non aiuterebbe di certo i piccoli ad affrontare la vita. In entrambe le prospettive i bambini sarebbero ridotti a destinatari delle attenzioni, delle scelte politiche e proposte educative di noi adulti. Ciò che occorre è un cambio di prospettiva che dia voce all'infanzia, che ci costringa a metterci in ascolto non solo dei loro bisogni, ma che valorizzi il protagonismo, la creatività e l'idealità di questa età così propizia riconoscendone il contributo specifico per la costruzione di una società più giusta e inclusiva. Gli esempi da seguire non mancano, come le diverse scuole, le aree verdi e i quartieri progettati anche grazie al coinvolgimento degli stessi bambini e ragazzi. Così come non mancano esempi da cui imparare, a partire da quelli più conosciuti di Greta Thunberg, Severn Suzuki, Felix Finkbeiner o Malala Yousafzai, fino a quelli meno noti e ben più numerosi ai quali anche attraverso le rubriche di BIG abbiamo voluto dare voce.

Le parole di Chiara Lubich, fondatrice del Movimento dei Focolari, in un profetico discorso del 1966, suggeriscono la strada: «Non dobbiamo guardare i bambini dall'alto in basso, perché l'anima non ha età»; e poi: «Occorre impegnare tutta la comunità per loro». Parole che evidenziavano già allora la necessità di un cambio di paradigma che ci potesse aiutare a vedere i bambini non più come oggetto, ma come soggetto – persone – dell'agire educativo, perché non ci può essere comunità senza la loro attiva partecipazione, non ci può essere futuro senza il loro protagonismo presente, che va ben oltre la semplice, anonima e generica presenza. ■

Allora, mi vuoi ascoltare?

Prestare attenzione all'altro significa fare il vuoto in sé per accoglierlo. Anche in famiglia!



MARINA ZORNADA
Associazione Famiglie Nuove
del Friuli Venezia Giulia

Rimango sempre incantata quando prendo in braccio un neonato; non appena gli parlo, ecco che già dai primi giorni di vita, mi fissa e interagisce con piccoli movimenti; poi, molto presto, comincia anche a esprimersi con sorrisi e gorgheggi: è innegabile che ascolta attentamente. Credo che sia esperienza comune anche accorgersi che tutti i bimbi amano ascoltare mamma o papà o, nel mio caso, la nonna o il nonno che leggono una storia. È quasi un rito: «Nonna, mi racconti – oppure mi leggi – la storia?». Spesso è sempre la stessa e, con puntigliosa precisione, i bambini si accorgono se per caso sbaglia nel leggere una parola oppure se per la fretta di concludere accorci un po' qualche dettaglio.

I bimbi hanno una grande capacità di ascolto, ma allora come mai una delle frasi tipiche di noi adulti è: «Possibile che devo chiamarti sempre tre volte prima che vieni?». Oppure: «Possibile che non mi ascolti quanto ti dico di non fare questa cosa?». In realtà identifichiamo spesso l'ascolto con l'obbedienza che implica una grande maturazione, l'interiorizzazione delle regole e questa è tutta un'altra storia...

Poco tempo fa sono rimasta colpita da una pagina di due scrittori autorevoli che hanno proposto a un gruppo di ragazzi che era solito incontrarsi, di esercitarsi sull'ascolto per una intera settimana. Uno di loro è tornato la settimana successiva ed ha esclamato: «Che fatica ascoltare!». Chi aveva fatto la proposta ha capito così che il ragazzo aveva effettivamente vissuto questo esercizio, perché ascoltare le persone

significa fare il vuoto in sé per far spazio all'altro. L'autore concludeva dicendo che questo richiede grande e risoluto impegno e che sono poche le persone che sanno davvero ascoltare!

Questa lettura mi ha fatto riflettere molto sulla mia capacità di ascolto nei riguardi di chi mi sta vicino, grande o piccolo che sia. Ascoltare può significare qualche volta anche accorgersi che un bimbo è concentrato su un gioco e che posso aspettare qualche minuto prima di chiamarlo a tavola. Ascoltare significa lasciare da parte cellulare e TV quando rientro dal lavoro, per ascoltare chi vive con me e quello che i bambini raccontano della giornata. A volte succede che ti accolgono con un fiume di parole e per la stanchezza si fa fatica ad ascoltare; altre volte, invece, magari i bambini non hanno voglia di parlare. Ricordo molto bene che, proprio se i bimbi parlavano poco o li vedevo seri o capricciosi, a volte mi mettevo sul tappeto accanto a loro o mi sedevo in poltrona a guardare i loro giochi rinunciando anche a fare qualcosa che mi sembrava urgente. Spesso, dopo un po', si avvicinavano e raccontavano e nasceva un dialogo confidenziale che si è rivelato prezioso specialmente durante l'adolescenza.

Direi che ancora oggi l'esperienza mi insegna che aiutare i bambini ad apprendere la capacità di ascolto parte dal mio atteggiamento quando sto loro accanto. E chi più dei nonni può avere il tempo e la pazienza per stare ad ascoltarli senza limiti? ■