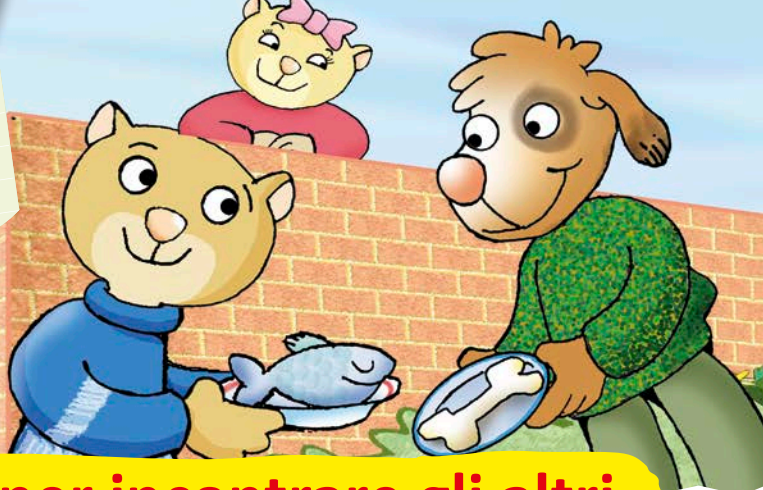




Questo è un regalo
di:
per:



Un sorriso per incontrare gli altri

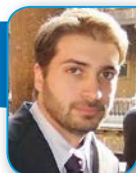
Presente nell'uomo sin dalla nascita, facilita le relazioni sociali

«Non sapremo mai quanto bene può fare un semplice sorriso», diceva Madre Teresa di Calcutta. In questa frase è racchiuso il significato più profondo di questo gesto così naturale, quotidiano, gratuito, che appartiene a tutti da sempre e indipendentemente dall'età, dalla provenienza geografica, culturale o religiosa: il suo valore relazionale. Sorridere è espressione di sé, del proprio benessere emotivo, del sentirsi felici e sereni. Allo stesso tempo, è anche disponibilità, apertura verso gli altri, desiderio e modo di incontro. Sorridere è il primo passo per conoscersi, per rincontrarsi, così come l'ultimo prima di salutarsi. Provate ad immaginare il sorriso di un bambino quando rivede la mamma al rientro a casa dopo il lavoro: lascia immediatamente ciò in cui era impegnato e tutto quello che stava facendo perde senso, anche il suo gioco preferito, per andarle incontro a braccia aperte e con gli occhi illuminati. Ma non fermatevi qui. Provate ora ad immaginare che effetto ha sulla madre questo gesto così intenso, istintivo, improrogabile. Non occorrono tante parole, perché il suo potere empatico è elevatissimo, è come se entrambi si dicessero: «Che bello che esisti!». Allo stesso modo, non vi sarà difficile immaginare quanto può incidere sullo sviluppo armonico di un bambino la privazione, nei primi anni di vita, di queste esperienze relazionali e affettive così ricche. Il sorriso non si ferma qui, è ancora tanto altro. È cortesia, delicatezza, è avvicinarsi all'altro con rispetto. Il sorriso è rassicurazione, è l'antidoto che smorza la tensione, è il disarmo nei momenti conflittuali per il suo potere pacificatore, è un muro che cade, una strada nuova che si apre. Attraverso un sorriso sincero tutto si può comporre, o ricomporre. L'importanza della dimensione relazionale del sorriso è sup-

portata, ormai da tempo, anche da numerosi studi in

ambito neonatale. Fin dal primo mese di vita, il sorriso che vediamo nei neonati è detto endogeno, in quanto riflesso di processi di sviluppo interni. Successivamente, il sorriso diventa esogeno, espressione dell'interazione con l'ambiente. Questi studi è come se evidenziasero, in qualche modo, la nostra predisposizione naturale alla relazione con gli altri. Siamo creati, predisposti, programmati per l'incontro con l'altro. In questa prospettiva, il pianto del neonato e poi il sorriso rappresentano le prime modalità relazionali, le prime possibilità comunicative, la prima forma di linguaggio in cui l'emotività precede la parola. Occorre ritornare a queste esperienze infantili per comprendere e valorizzare la potenza educativa del sorriso. Sebbene non richieda una grande quantità di tempo, il rischio oggi è che il sorriso sia in via di estinzione. La società, sempre più complessa, ha un riflesso sulla qualità delle nostre relazioni. In tutto questo turbinio dovremmo salvaguardare il sorriso in quanto elemento imprescindibile del nostro agire educativo. Educare con o senza il sorriso fa la differenza, e molta. Questo perché la gioia, la serenità e la positività di un contesto (fisico e relazionale) eleva e potenzia qualsiasi proposta educativa. Non è tanto una questione di contenuti, ma l'esperienza che si fa: l'educazione è ciò che accade "tra" le persone. Se tutto intorno esprime positività, anche il bambino sarà sereno e felice perché la gioia è contagiosa, e il sorriso è la sua espressione più genuina. Victor Borge nella sua autobiografia diceva: «Il sorriso è la distanza più breve tra due persone».

MARIO
IASEVOLI*



*Psicologo dello sviluppo e dell'educazione



Il segreto degli educatori



EZIO ACETI*

Le espressioni del viso rispecchiano ciò che si prova, ciò che si sente, e accolgono l'altro con semplicità ed immediatezza

Il segreto di ogni vero educatore è il sorriso. Perché il sorriso non rappresenta solo un atteggiamento, un modo di porsi al bambino, ma è il cardine fondamentale di ogni persona vera e autentica. Infatti, esiste una verità in ciascuna persona che dice: «Il vero genera gioia e il falso tristezza». Ecco perché il sorriso è la cartina di tornasole di ogni atteggiamento, di ciascuno di noi.

Infatti, se si è veri, si è legati alla Verità che ci abita e ci si sente amati e si ha voglia di comunicarlo agli altri tramite il sorriso. Il bambino quando dialoga con noi vuole sentirsi amato, sentire dentro di sé che ne è valsa la pena, che lui sia nato. Ecco, il nostro sorriso testimonia al bambino il nostro affetto e la gioia che ci dà la sua presenza.

Sorridere è la luce del bambino che inonda la nostra vita. Gli studi dicono che, sin dal secondo mese di vita, il bambino può sorridere e quando sorride come risposta al sorriso della madre, allora struttura in lui la voglia di vivere, un'idea di sé posi-

tiva che lo accompagnerà per sempre. Il sorriso ha un grande valore anche tra gli adulti e tra chi crede, perché è un segno del proprio mondo interiore, della propria intima serenità. Ad esempio, Chiara Lubich, fondatrice del Movimento dei Focolari, quando vedeva una persona, osservava se sorrideva, dicendo a se stessa che quello è il segno dell'autenticità cristiana.

Certo, ci possono essere momenti difficili e di sofferenza, ove è faticoso sorridere... ma, se vissuti nella Verità, dopo un po' questi momenti non potranno comunque toglierci la gioia di sentirci amati e di comunicare agli altri il nostro sorriso.

Allora riempiamo le scuole dell'infanzia, le scuole elementari, gli oratori, le nostre case, di sorrisi... In questo modo, i bambini ne saranno contagiati e comprenderanno che la Verità ha la faccia sorridente. ■

**Psicologo dell'età evolutiva*

Big bambini in gamba

grandi emozioni a piccoli passi

Alla scoperta di sorpresa, paura, disgusto, rabbia, tristezza, felicità

Il Gruppo editoriale Città Nuova propone un kit per educatori per approfondire, insieme ai bambini, le sei emozioni primarie



Ogni kit contiene:

Un abbonamento al giornalino Big, Bambini in Gamba

Libro-guida alle 6 emozioni principali (con racconti, bricolage, schede per educatori e attività)

Due mazzi di carte da 30

48 braccialetti con i colori delle emozioni

Una card per scaricare online i fumetti della Big Band sulle 6 emozioni

Per informazioni scrivi all'Ufficio abbonamenti:

via Pieve Torina, 55 00156 Roma - Tel. 06 965 22 201
abbonamenti@cittanuova.it • big@cittanuova.it
www.cittanuova.it

Il sorriso dei bambini

Imparare a sorridere per insegnarlo agli altri



PATRIZIA BERTONCELLO*

Sorridere è un atto spontaneo e semplice che ha per i bambini una funzione molto importante: fin dai primi giorni di vita rinforza l'autostima, infonde benessere, veicola preziosi stimoli al rapporto e alla reciprocità. La percezione positiva di sé e l'autostima si consolidano nel tempo a partire proprio dai messaggi sociali che il bambino riceve, dalle relazioni positive che sperimenta. Un bambino che si sente accolto, accettato, amato, maturerà atteggiamenti positivi nei confronti del mondo circostante e saprà stabilire relazioni significative. L'indicatore più esplicito di questo processo è sicuramente il sorriso. Una bambina o un bambino che sorridono volentieri e spesso, sono bambini sicuri, aperti, curiosi nello scoprire il mondo. Il primo sorriso compare sul volto di un bambino entro le prime 6 settimane di vita, ed è – insieme al pianto – la modalità che ha per comunicare.

Si calcola che i bambini sorridano in media 400 volte al giorno a fronte delle 15 volte di un grande di età! E i loro sorrisi sono autentici, spontanei, naturali, quasi mai sono forzati o simulati. In questo senso sono una cartina al tornasole dello stato di serenità del loro mondo interiore. Scrive Paulo Coelho che un bambino può insegnare a un adulto a sorridere senza motivo. E in effetti il sorriso di un bambino fiorisce immediato dopo un pianto inconsolabile, o per motivi che a un adulto appaiono scontati, banali, se non inesistenti.

Gli adulti si dimenticano dell'importanza e dei benefici che il ridere e il sorridere hanno sul cervello, sul fisico e sulle relazioni interpersonali, perché nella quasi totalità dei casi si fatica a ri-

trovare il "bambino" che c'è in sé, il bambino che ognuno è stato e può tornare ad essere! E questa forse è la causa di tanti stati depressivi o di stress, di tante tensioni con gli altri, che finiscono con l'ammorbare luoghi di vita e di lavoro. In questo senso bisogna re-imparare dai bambini il sorriso, la capacità di non prendersi troppo sul serio, ma di

saper sdrammatizzare e relativizzare gli eventi, riconducendoli al qui ed ora del presente, unico modo per poterli affrontare e vivere.

È indubbio poi che il sorriso favorisce enormemente le intese affettive: sorridere può essere la strada per superare situazioni emotivamente difficili, per ristabilire l'accordo e la pace dopo un rimprovero, un litigio, per riaffermare un rapporto affettivo che è stato incrinato o messo in discussione.

Come educatori, oltre a tenere presente tutto questo, è importante ricordarci che:

- il sorriso attira l'attenzione e spiana la via al rapporto coi bambini. Presentare un argomento in modo divertente e tale da far sorridere, aiuta a trasmettere valori e concetti in un linguaggio facilmente decodificabile e che fa leva sulla capacità di sorprendersi di fronte al nuovo, che i bambini possiedono in massima misura;

- possiamo "educare" i bambini a far fiorire il sorriso negli altri, ad agire in modo tale da far contenti gli altri. Questo metterà in moto la loro creatività per praticare tutti quei comportamenti pro-sociali che li faranno capaci di relazioni solide, significative, durature, importanti per la propria crescita personale e per la costruzione di società umane dove ogni persona trovi la propria più piena realizzazione e perciò la felicità. ■



La pianta magica

A volte bastano un pretesto e un sorriso, e un modo di proporsi aperto e cordiale, per stringere rapporti più saldi tra condomini e vicini di casa



MARINA ZORNADA*

Questa volta possiamo trovarci tutti rispecchiati nella storia dei nostri bambini in gamba (vedi fumetto della Big band a pag. 4 del giornalino dal titolo "La signora Gina", ndr). Chiunque viva in un condominio, si trova quasi ogni giorno alle prese con il dover conciliare le regole (spesso rigidissime) con la voglia dei bambini di gridare, correre e giocare in libertà.

Qualche tempo fa ho visitato la scuola dell'infanzia "Raggio di Sole" in Croazia e in classe ho ammirato un tabellone con cui, mediante immagini carine ed efficacissime, si davano indicazioni ai bambini sul tono della voce da usare nei vari ambienti e nei differenti momenti della giornata. Si cominciava con la richiesta di un ascolto silenzioso

quando la maestra o qualche compagno parla alla classe; poi continuava con le parole da pronunciare sottovoce quando si disegna, si fanno giochi liberi e si sta a tavola; infine, sottolineava la libertà di gridare quando si è all'aperto nel cortile o nel giardino. Regole applicate dai bambini, ma anche

dalle maestre e dagli altri adulti della scuola stessa. Certo, perché anche gridare è una forma di espressione necessaria, purché avvenga nel posto giusto e al momento giusto.

Mi sono chiesta se davvero il cortile di casa possa essere uno di questi luoghi di sfogo. Mi sembra che i bambini frequentino sempre meno il cortile condominiale o il giardinetto sotto casa, mentre questo potrebbe diventare davvero un bel posto di aggregazione e di amicizia tra vicini.

Un papà mi ha raccontato che, dovendo trapiantare una pianta, ormai troppo folta per stare nel vasetto del proprio terrazzino, ha chiesto di poterla mettere in un angolo del giardinetto condominiale che era molto trascurato. Un sabato mattina è sceso in cortile insieme ai bambini e insieme hanno cominciato a togliere le erbacce e le pietre per sistemare la pianta.

Questo semplice gesto ha avuto un effetto impensato. Ad uno ad uno, i condomini si sono avvicinati, informandosi sulla pianta e parlando con i bambini che, molto orgogliosi del loro angolino, hanno sensibilizzato gli altri amici a stare attenti: a non fare giochi che potessero danneggiarlo, suggerendo anche ai proprietari di animali di vigilare



perché non sporcassero. Praticamente la pianta è diventata un pretesto per stringere rapporti tra vicini di casa in maniera distensiva e naturale, tanto che dopo un po' di tempo quel papà ha potuto proporre una serata di condominio con una cena all'aperto in cui ognuno portava qualcosa. È stato un successo tanto che ora, a turno, i vicini ripropongono l'iniziativa due volte all'anno. ■

*Vicepresidente Associazione AFN onlus