



INSERTO REDAZIONALE ALLEGATO A BIG N 9 **SETTEMBRE 2019**

L'età dell'amicizia

Cominciamo un nuovo percorso sui valori e sulle abilità sociali insiti in ogni rapporto vero e profondo



PATRIZIA BERTONCELLO
Insegnante di scuola primaria

A partire da questo numero, il giornalino *Big* inizia un nuovo percorso di approfondimento sul tema fondamentale e fondante dell'amicizia. Perché con la redazione intera abbiamo sentito così importante questa scelta? Le ragioni sono molteplici e vengono sia da riflessioni e studi che abbiamo condiviso, sia da diverse prassi di rapporto educativo con bambini dell'età evolutiva con cui siamo, a diverso titolo, in contatto quotidiano.

Un amico, grande esperto di processi di formazione permanente e di accompagnamento della persona, non molti giorni fa, mi diceva con preoccupazione, che osserva come il valore dell'"amore di amicizia" – molto importante per la maturazione affettiva dei ragazzi e dei giovani – nella società in cui viviamo è stato bruciato, per cui i ragazzi non sanno più stabilire rapporti amicali con i coetanei. Ragazzi e bambini purtroppo non fanno esperienza di che cosa sia la vera amicizia e non conoscono di conseguenza l'importanza che essa ha nella crescita umana di relazione. Si limitano troppo spesso a rapporti virtuali, senza spessore e senza prospettiva. Frequentemente – aggiungeva – difficoltà riscontrate da adolescenti e adulti nella costruzione dell'identità personale, nella vita di relazione, nella vita di coppia, derivano

proprio dal non aver avuto la possibilità di costruire rapporti di amicizia reale nell'età della crescita, dal non aver frequentato la "palestra relazionale" dell'aver tanti amici. Il rapporto di amicizia è un rapporto che nasce in genere attorno a un interesse o ideale comune e condiviso (musica, sport, hobby, avventura, ecc...). Generalmente non dovrebbe essere chiusa all'io e te esclusivi, ma aperta a chi condivide quell'ideale. È un amore in cui si impara a conoscersi, si incomincia ad uscire dal proprio io e si incomincia ad imparare a dare qualcosa di sé e a ricevere nella libertà e nel rispetto reciproco. Naturalmente nel cammino ci sono da mettere in preventivo fallimenti, sbagli, ma anche un continuo ricominciare. Nell'amicizia non si dovrebbe mai arrivare a pretendere, come pure ad usare l'amicizia per dominare, ad usare la forza fisica o psicologica o qualsivoglia potere. Oggi non mancano però esempi sociali in cui si strumentalizza l'amicizia per questi ed altri motivi egoistici o di piacere o di dominio.

Alcuni anni fa, motivata anche da considerazioni simili, in una classe di scuola dove era molto difficile la gestione di rapporti e conflitti, pensai di proporre un percorso sull'amicizia. Tutto iniziò dalla lettura in classe del libro *Storia di un gatto e del topo che*



CITTÀ NUOVA
GRUPPO EDITORIALE



Un legame prezioso

Semplici atteggiamenti possono favorire la creazione di rapporti di vera amicizia



EZIO ACETTI
Psicologo dell'età evolutiva

«**C**hi trova un amico trova un tesoro». Questo proverbio contiene la verità sostanziale della persona: essere un tesoro per sé stessa e per gli altri. L'amicizia, dunque, è il bene più prezioso sulla faccia della terra, tanto che esige il dare la vita per un amico. Ma chiediamoci: perché? Perché il legame che costituisce l'amicizia è nuovo, ricco di senso, pienamente proteso verso la realizzazione del massimo che su questa terra sia possibile ad una creatura: essere persona nuova. L'amicizia è talmente forte che può indurre una persona, anche distantissima, a comportarsi in un certo modo, a strutturare la relazione con sé e con gli altri sospinto dalla bellezza di questo rapporto. Ma quali sono gli atteggiamenti che favoriscono l'amicizia tra la gente? Ne individuiamo 4.

Primo, l'ascolto. L'ascolto pieno, profondo, empatico rappresenta la disponibilità verso l'altro ad essere totalmente al suo servizio e lo convince dell'interesse vivo nei suoi confronti. La filosofa Simone Weil soleva dire: «Nessuno ha un amore più grande di chi ha

un'attenzione piena e profonda verso l'altro». E l'attenzione c'è, se c'è l'ascolto. **Secondo, la parola.** La parola espressa con sincerità e distacco, per puro dono, dopo aver ascoltato l'altro, costituisce amicizia vera, struttura legami profondi e soprattutto induce l'altro ad avere stima di sé stesso e degli altri. **Terzo, il sacrificio.** Il saper attendere o anche rinunciare a qualche cosa per essere disponibili per l'altro o il sacrificare il tempo per far maturare ad esempio una certa situazione, risulta essere utile per costruire legami profondi e duraturi. Legami che hanno radici profonde, radici nella intimità della persona. **Quarto, il sostegno.** Il sostegno rappresenta l'idea positiva verso l'altro, la convinzione che è sempre possibile migliorare e che l'altro è degno della nostra stima.

Questi atteggiamenti, insieme alla tolleranza dei propri sbagli e di quelli degli altri, lentamente contribuiscono a costruire quel legame profondo, vero, dolce, tenero e autentico che è l'amicizia e nulla vale di più. ■

continua
dalla p. 1

diventò suo amico di Luis Sepúlveda, grande narratore cileno, capace di cogliere i dettagli più profondi e le sfumature più preziose delle relazioni e di saperli magistralmente raccontare. Spontaneamente, dopo ogni capitolo letto, i bambini iniziarono a fare le loro osservazioni: ne nacquero dei colloqui splendidi e ci vennero tante idee per poter facilitare e coltivare nella nostra classe l'esperienza di rapporti di amicizia. Da ogni capitolo estrapolammo una "parola-chiave", ogni parola segnò una tappa del cammino, ogni tappa ci fece crescere insieme, e diversi rapporti di amicizia stretti in quell'anno non hanno subito l'usura del tempo. A partire proprio da quel laboratorio nato dai bambini e costruito

con loro, anche *Big* nei prossimi mesi proporrà, numero dopo numero, dei focus sui valori e sulle abilità sociali che sono insiti nella sorprendente esperienza umana dell'amicizia.

Parleremo di sincerità e fedeltà, di condivisione e di capacità di saper gioire dei successi dell'altro, di dono, di conflitti e del saper portare i pesi degli altri: forse concetti ritenuti superati o "fuori moda", ma che sono invece essenziali e costitutivi della straordinaria avventura del vivere e del crescere restando umani. E lo faremo con lo stile di *Big*: i fumetti, le storie, i giochi, per dar voce ai bambini e offrire loro l'ascolto e lo spazio di cui hanno bisogno, nel desiderio di contribuire a farli diventare persone complete. ■

Vuoi essere mio amico?

Conoscere i bambini per favorire esperienze relazionali e opportunità di relazionali gratificanti, senza stigmatizzare comportamenti che ci sembrano poco “socievoli”



MARIO IASEVOLI
*Psicologo dello sviluppo e dell'educazione
Psicoterapeuta*

Tutti noi vorremmo vedere i nostri figli circondati da amici con cui giocare, divertirsi, condividere le esperienze. Anche per questo bellissimo desiderio occorre però fare i conti con uno dei principi fondamentali dell'educare: i bambini non sono tutti uguali. Potrebbe sembrare ovvio, ma tendiamo a considerarli un tutt'uno molto più di quanto pensiamo. Queste differenze sono naturali e necessarie, in quanto ci rendono persone uniche e irripetibili. Esse possono riguardare molteplici aspetti della personalità e giocano un ruolo anche rispetto alla facilità con cui i nostri figli si relazionano tra loro, da cui nascono le prime amicizie.

Ci sono bambini molto socievoli che si “staccano” facilmente dalle figure di riferimento e non si fanno molti problemi a iniziare una relazione, a invitare gli altri a giocare, a fare il primo passo verso i coetanei. Sono bambini che soffrono meno i cambiamenti, le novità, sembrando più intraprendenti. Spesso alcuni di questi esercitano una leadership nel gruppo, diventando una figura di riferimento per i compagni, capace di coinvolgerli ed entusiasmarli. Ci possono essere bambini meno socievoli, più introversi, più riflessivi e meno fisici, che tendono a evitare il conflitto, che con più difficoltà farebbero il primo passo per lanciarsi in una relazione o in un'attività che coinvolge altri. Di frequente preferiscono giocare da soli, perché buttarsi nella mischia non è nelle loro corde, soprattutto in situazioni nuove, nelle quali necessitano di un tempo maggiore di familiarizzazione, come ad esempio le prime settimane di scuola. Sebbene possano sembrare più “distanti”, sono molto attenti a ciò che è intorno a loro, agli altri, a ciò che potrebbe accadere, segno di una particolare sensibilità. Questi vari tratti di personalità, assieme ad altri, mescolati tra loro, danno vita a una

varietà infinita di bambini e rappresentano, da un lato, gli strumenti con cui affronteranno le esperienze di vita (più o meno significative) e, dall'altro, le modalità con cui parteciperanno alle situazioni di gruppo. Chi lavora quotidianamente con gruppi di bambini – insegnanti, allenatori, catechisti... – conosce benissimo questa realtà. Molte volte siamo tentanti di spingerli verso situazioni che possono metterli a disagio, come quando insistiamo perché giochino per forza con altri, che facciano amicizia, quando non hanno voglia, sono stanchi o più semplicemente vorrebbero fare altro. Oppure arriviamo a storcere il naso quando ci raccontano con il sorriso che hanno trascorso il loro tempo da soli a costruire un ponte o a disegnare, invece di valorizzare quanto hanno condiviso con noi.

Questo ci porta a un secondo principio fondamentale dell'educare: non esiste il carattere bello e quello brutto! Esiste il carattere e basta! Se vogliamo favorire esperienze di socialità gratificanti e opportunità di amicizia, in cui tutti si sentano coinvolti, dobbiamo far cadere questo pregiudizio e iniziare a comprendere profondamente com'è fatto il bambino che abbiamo davanti, così da riuscire a cogliere sempre meglio quali modalità relazionali predilige, come si trova nelle iniziative che gli proponiamo, cosa preferisce e cosa no, cosa lo mette a suo agio e lo rende felice e ciò che gli provoca disagio, ecc... È sulla base di questa comprensione sempre più raffinata che dovremmo compiere le nostre quotidiane scelte educative, aspetto centrale della nostra responsabilità di educatori. Prima di (o per) educare, *e-ducere*, “tirare fuori”, è necessario conoscere, premessa indispensabile per accompagnare i bambini nel loro percorso di crescita. In altre parole, per amarli personalmente. ■

L'importanza sociale dell'amicizia

È una palestra di vita che si impara sin dalla tenera età.

Fondamentale l'esempio che si riceve in famiglia



ANTONELLA RITACCO
psicologa e psicoterapeuta

L'amicizia, intesa come rapporto privilegiato e profondo, da molti studi viene riconosciuta come un predittore di buona salute mentale, autostima e senso di coesione di sé. Le caratteristiche che la rendono tale sono: il senso di sicurezza interno percepito, la conferma di validità che la relazione privilegiata rimanda e la percezione di sé come capace di assumere scelte che vanno oltre la propria persona. L'amicizia svolge una funzione importante nel processo di sviluppo sia a livello personale che a livello sociale in quanto permette lo sviluppo di diverse abilità prosociali e di vari apprendimenti. Ad esempio, per essere amici occorre essere leali, sinceri e fidarsi; nell'amicizia si sviluppano empatia e reciprocità, ciò vuol dire che si impara a vedere le cose da una prospettiva diversa dalla propria, che altrimenti resterebbe egocentrica, e si impara a gestire la competizione. Ogni carattere è diverso e i bambini possono scegliere per amico qualcuno che li rassomiglia e sentirsi confermati nel loro modo di essere, oppure qualcuno che si differenzia dal loro modo di essere e da cui possono vicendevolmente apprendere e trasmettere. Un requisito importante dell'amicizia è che il rapporto sia alla pari: un amico lo si sceglie. Questo rende l'amicizia differente dai rapporti con adulti o fratelli con i quali c'è rispettivamente un ruolo diverso e un rapporto già preordinato. Un ruolo importante in questa fascia d'età lo riveste l'amico del cuore. Con lui si comincia a sperimentare la condivisione dei primi segreti. Questa improvvisa riservatezza è talvolta temuta dall'adulto. Si tratta però di una tappa fondamentale dello sviluppo per imparare a definire i propri limiti e confini, sia fisici che mentali. Ma l'amicizia non è solo a due: sebbene nella fascia prepuberale questa forma sia la preferita, i bambini sono in grado già di sperimentarsi come parte di un gruppo, fanno

paragoni e ricercano conferma e accettazione sociale, aspetti che nell'adolescenza assumeranno grande importanza. L'amicizia tra bambini non è esente da conflitti. I pretesti maggiori possono riguardare gelosie, invidie, incomprensioni, prevaricazioni e tradimenti alla fiducia. In queste situazioni l'intervento dell'adulto dovrebbe essere molto discreto, circoscritto e privo di giudizi. Questi conflitti rappresentano occasioni di crescita importanti per il bambino che sta scoprendo come si sta in una relazione né preordinata né protetta, per questo ha bisogno che gli si lasci spazio per agire. La mediazione adulta può aiutarlo a riconoscere ed esprimere le emozioni, a chiarire il senso dei rapporti profondi, a comprendere meglio l'altro, a intravedere possibili soluzioni e a riflettere sui principi di giustizia, di solidarietà, di lealtà e di condivisione. È in queste occasioni che egli sviluppa le strategie prosociali di cooperazione e di mediazione che gli serviranno anche nel resto della sua vita.

Come favorire l'amicizia tra i bambini

È importante rispettare le fasi e le caratteristiche proprie di ciascun bambino senza forzature nelle scelte, bensì favorendo le occasioni di incontro sin dalla più tenera età. È importante che gli adulti di riferimento offrano loro stessi esempi di amicizia incontrando altri amici, invitando altre famiglie e amichetti dei figli. È importante ricordare che più il bambino è piccolo e più sarà importante strutturare con delle attività i momenti di ritrovo, poi piano piano impareranno a farlo da sé. Si può stimolare la curiosità dei bambini di scoprire e conoscere l'altro ad esempio invitandolo a condividere qualcosa con lui. Concludendo, possiamo dire che l'amicizia è una grande risorsa per l'armonico sviluppo della persona nei suoi aspetti dinamici e psicosociali, non a caso la si può definire "palestra di vita sociale". ■