

## PREFAZIONE

di Armando Fumagalli

*La battaglia culturale e legislativa sulla famiglia vive un momento cruciale in molti Paesi d'Europa e nel nostro in particolare. È benvenuto quindi ogni contributo che aiuti a fare chiarezza, a ricordare alcune verità elementari ma non per questo meno minacciate, a riflettere sui cambiamenti del nostro tempo e sulle nuove sfide che esso pone. Chi vuole costruire una famiglia che sia davvero una comunità di amore, pronta a essere terreno di sviluppo per le personalità dei figli e solido punto di riferimento per tutti i suoi componenti, non trova oggi un ambiente facile. Laura Mattevi Dalla Torre ricorda più e più volte come alcuni leit motiv diffusi oggi nella cultura di massa – televisione e cinema in particolare – siano orientati a cambiare il “senso comune” riguardo in particolare a fidanzamento, matrimonio, vita di coppia, educazione dei figli.*

*Queste pagine hanno una duplice fonte, due bacini che vengono a integrarsi molto bene nel dipanarsi del volume. Da una parte c'è il confronto con la riflessione filosofica, fenomenologica, psicologica, sociologica sulla famiglia, attinta attraverso il riferimento ad alcuni autori chiave. Dall'altra, ma non meno importante, c'è il confronto con l'ampia esperienza pratica dell'autrice, esperienza di vita che è arricchita dal fecondo impegno nelle attività di Orientamento Familiare che oggi fanno capo all'Associazione Oeffe, e che hanno messo l'Autrice in contatto con tante situazioni reali, con tanta vita vissuta e con le difficoltà e gli ostacoli della vita «normale», prima ancora che di situazioni drammatiche o gravemente patologiche.*

*Di questo libro mi sembra importante sottolineare almeno la giusta enfasi data a due argomenti di cui non sempre viene – in pubblicazioni analoghe – riconosciuta la rilevanza. Il primo è il rapporto delle giovani coppie di sposi con le loro famiglie d'origine; un rapporto apparentemente sano, anzi addirittura doveroso, anzi sanzionato addirittura da un Comandamento del Decalogo, ma che se non viene vissuto con la piena maturità, che comporta il giusto distacco, rischia di essere un cuneo sempre più forte che divarica la vita dei due sposi, una fonte di regressione infantile o adolescenziale, fino a mettere a repentaglio la sopravvivenza della loro stessa unione.*

*Il secondo è il tempo libero, altro tema su cui la riflessione e la proposta educativa ci sembrano ancora un passo indietro rispetto alle esigenze che si pongono in chi vuole proporre uno stile di vita realizzante e un modello educativo equilibrato nella società contemporanea.*

*Ma questi sono solo due punti di emergenza particolarmente rilevanti per un libro che è un efficace compagno di viaggio per chi vuole costruire una famiglia, per chi vuole mantenere il timone della propria vita familiare nella giusta direzione, per chi si propone di aiutare altre famiglie a navigare in modo sicuro, evitando le secche e gli scogli che così facilmente si trovano sul suo percorso.*

Armando Fumagalli

LAURA MATTEVI DALLA TORRE, *Finestre aperte sulla famiglia (identità, affetti, libertà personale)*, Edizioni Ares, Milano 2007, pp. 5-7.

## Paura & speranza

Che la ragione capti il «vero» bene della persona è tanto più importante nella nostra epoca, in cui prevalgono le concezioni soggettivistiche e individualistiche della vita, che stanno corrodendo in modo virulento il concetto di famiglia, luogo dei legami vitali. Essa è istituzione naturale, fondata sul matrimonio, indissolubile, aperta alla vita, in cui avviene la tutela dei legami primari (coniugale, di filiazione, di fraternità, ecc.), forti e duraturi. Essa è «luogo degli affetti eticamente strutturati», dove il legame genera la *sicurezza* psicologica, perché la persona si sa amata e protetta così com'è, con le sue debolezze e deficienze, dal concepimento alla morte.

La legalizzazione del divorzio e dell'aborto hanno introdotto il concetto del «finché mi piace», che sta minando la sicurezza di base di tante persone.

Nei primi mesi del 2006 è stato organizzato a Milano un seminario sul «Fattore P», cioè sul *fattore paura*, in cui si è rilevato come le paure siano oggi in straordinario aumento anche nei giovani, come segnalano terapeuti di tutte le tendenze.

Queste paure hanno diverse cause contingenti, come per esempio l'uso indiscriminato dei videogiochi, con cui i bambini e i ragazzi si cimentano, per ore, in solitudine.

Però le cause prime, che vengono segnalate, sono la paura dell'abbandono affettivo, la mancanza di valori forti, per cui impegnarsi, il non senso, impersonato trionfalmente sui media dalla vita di tanti adulti.

La paura è un sentimento fondamentale che si oppone alla speranza: questa è apertura verso il futuro. La paura è chiusura su sé stessi e può portare alla tristezza del vivere.

Paura e speranza sono sentimenti che proviamo tutti e che nel loro alternarsi devono diventare una risorsa per prevenire azioni avventate, o per cimentarsi in imprese impegnative.

È impossibile non provare paura della vita, del futuro, della solitudine, della morte, anche se le paure variano a seconda dell'età.

Per superarle è necessario aumentare la consapevolezza, conoscerle e imparare a convivere, perché non diventino disturbi della personalità.

Il risvolto affettivo della paura ha molta influenza nella strutturazione dei rapporti familiari ed è, a sua volta, plasmato dall'ambiente familiare.

Secondo Fromm<sup>3</sup> la mamma, dando il latte al suo bambino, gli comunica la fiducia di base che lo apre alla speranza e alla *voglia* di vivere.

Non tutte le mamme con il latte sanno dare al figlio anche il miele, cioè la *gioia* di vivere: ci riescono solo se sono felici a loro volta. La sua specificità femminile porta la donna a desiderare con tutte le forze di essere amata dal suo uomo e di essere l'unica per lui. Se non sperimenta questa situazione, la donna tende a mantenere col figlio legami simbiotici.

Per una madre è difficile stabilire una giusta distanza emotiva con il figlio, specie quando cresce e si fa adulto. Compito del padre è proprio questo: aiutare la madre a permettere al figlio la corsa fisiologica (e psicologica) verso l'autonomia e dargli quel rifornimento affettivi necessario, perché egli possa allontanarsi senza paura dal nido familiare e agire in proprio nella vita sapendo aprirsi agli altri.

Secondo Vegetti-Finzi<sup>4</sup> il percorso naturale del figlio verso l'autonomia (necessaria per lo sviluppo armonico della capacità di amare), fin da quando è bambino e poi via via nel tempo, segue questo ritmo:

1. spinta ad allontanarsi;
2. paura del distacco;
3. bisogno di rassicurazione affettiva da parte dei genitori.

Compito dei genitori è comunicare al figlio il senso interno di sicurezza e fiducia: che «ce la può fare».

È importante che mamma e papà, in ogni evenienza della vita, e fin da quando il figlio è piccolo, non blocchino con le loro paure (che si faccia male, che non ce la faccia, che loro rimangano soli...) la spinta all'autonomia del figlio specie quanto più questi si sente incerto e insicuro.

Quando il figlio è ancora piccolo e poi via via che cresce è importante che mamma e papà siano lì, a sostenere il figlio con la loro fiducia quando questi si allontana e poi sappiano attenderlo, pronti a riceverlo tra le braccia, senza sentimenti di pretesa, di rivalsa, o di critica distruttiva.

Padre e madre hanno una funzione diversa e complementare, importantissima nel favorire una serena strutturazione della identità sessuata del figlio/a.

Anche questo oggi si vuole tranquillamente ignorare, quando si sostiene la validità della famiglia tra gay.

Parimenti la tendenza di molte donne «libere» a volere un figlio, senza contemplare la presenza stabile di un padre, non tiene conto del fatto che il prevalere nel rapporto col figlio del «codice» materno accresce generalmente in lui il senso infantile di onnipotenza, unito a paura nella ricerca dell'autonomia, oltre a possibili incertezze identitarie, anche se, per fortuna, nell'uomo non ci sono determinismi senza vie di uscita.

LAURA MATTEVI DALLA TORRE, *Finestre aperte sulla famiglia (identità, affetti, libertà personale)*, Edizioni Ares, Milano 2007, pp. 18-22.

## **Diversità nel modo di amarsi**

Un interessante libro, scritto da Ugo Borghello, *Le crisi dell'amore* (Edizioni Ares 2005), generato dal rapporto di aiuto e sostegno dell'autore a coppie in difficoltà, conferma quanto si è detto e ci porta informazioni interessanti.

Partendo dalla sua esperienza, egli sostiene la necessità di conoscere e vivere le differenze specifiche della femminilità e della mascolinità per conseguire l'unità nel rapporto interpersonale.

La cultura muta con i tempi, però permangono diversità specifiche dell'uomo e della donna *nel modo di amarsi*. La donna ha una sensibilità diretta alla persona, si accorge di tutti i dettagli personali del marito e di ogni sua sfumatura di umore. L'uomo è tutto teso verso il lavoro: lì è capace di sacrifici senza limiti, mentre in casa tende a riposare.

Oggi, quando le ragazze si innamorano, pensano che anche il loro uomo provi esattamente ciò che provano loro, che ami come amano loro, e queste incomprensioni costituiscono la radice di quasi tutti i grandi disagi del rapporto di amore.

Per la donna l'amore è *tutto e solo* ciò che lei sente e che esprime in attenzioni minuziose; essa è convinta che anche l'uomo provi qualcosa di simile. Quando il suo

partner prende a distrarsi con gli amici, a essere meno attento ai particolari perché preso dal lavoro, è difficile per lei comprenderlo. Pensa che si tratti di egoismo.

La donna vuol essere amata come lei ama e ogni sgarbo del suo uomo tocca per lei l'assoluto e si convince di non essere più amata.

Ma ciò che per lei è assoluto per lui è relativo, poiché partono da logiche diverse e il dialogo tra loro può diventare come tra sordi.

Uomo e donna pensano di essere uguali nel modo di rapportarsi col partner in sentimenti e in prestazioni anche sessuali.

Anche l'uomo non comprende la sua donna e può esasperarsi sempre di più: il disagio è tale che oggi spesso è la donna a rompere la famiglia, e l'uomo non se ne dà ragione.

La donna è più sensibile all'attenzione personale e sentirsi trascurata per lei, che punta tutto sul suo uomo, è sentirsi uccisa: si inquieta, si angoschia, cade spesso in depressione.

L'uomo ha preoccupazioni quasi esclusive per il lavoro, accentua segni di disattenzione, di stanchezza al ritorno a casa; ma non si perde una partita, si dedica al computer: lei logicamente non si sente al centro della sua considerazione.

Difficilmente l'uomo e la donna conoscono la psicologia dell'altro sesso e finiscono per vedere come difetti della persona ciò che invece è caratteristica del genere.

La donna pretende che il marito indovini, «intuisca» i suoi desideri, senza dirglielo espressamente, e lui cade dalle nuvole.

L'uomo ha bisogno del riconoscimento e del consenso sociale come dell'aria che respira.

La donna fa dipendere tutta la sua vita dall'essere amata: dal suo uomo e dai suoi figli.

LAURA MATTEVI DALLA TORRE, *Finestre aperte sulla famiglia (identità, affetti, libertà personale)*, Edizioni Ares, Milano 2007, pp. 63-65.

## **Le relazioni in famiglia**

In una cultura individualista come la nostra occidentale è, come abbiamo visto, quanto mai in auge il mito dell'autosufficienza assoluta, che induce spesso molte persone a praticare e a voler imporre al coniuge un brusco «taglio relazionale» con le generazioni precedenti.

Ma ciò non è possibile, perché la famiglia è luogo delle relazioni primarie, in cui le influenze reciproche sono inevitabili e generano in noi, spesso a nostra insaputa, modalità sane o disturbate di interazione, soprattutto tonalità emotive dominanti nel nostro modo di relazionarci.

In famiglia si impara a gestire i conflitti e a risolverli, si apprendono le vie del sentire (negli aspetti dell'espressione o dell'inibizione); in ogni famiglia infatti c'è un modo diverso di vivere il dolore e di dare spazio alla gioia, modalità peculiari di esprimerli.

La famiglia poi, come vedremo più avanti, è il luogo privilegiato di assunzione di responsabilità e di impegno nei confronti dell'altro. Se manca questo aspetto i legami familiari, da amorevoli, possono divenire imposti e obbliganti.

Le relazioni familiari producono in noi la matrice psichica che darà luogo a ogni altra modalità relazionale. Secondo molti terapeuti della famiglia, le relazioni familiari sono deputate ad allenarci a trattare le differenze di genere e di generazione, ma devono essere sostenute dall'educazione, perché le semplici tendenze istintive possono portarci ad atteggiamenti ambivalenti, sempre al confine e in bilico tra legame amorevole e violenza, per lo meno psichica.

Ma che cosa intendiamo per «relazione familiare»?

La parola «relazione» deriva da due verbi latini, tra loro collegati; deriva soprattutto da «*re-ligo*», che richiama il legame-vincolo tra persone che hanno tra loro comune appartenenza e comuni origini.

L'interazione, invece, si riferisce piuttosto alla possibilità di scambio e di comunicazione tra le persone.

Relazione si rifà anche al verbo latino «*re-fero*», che richiama soprattutto un riferimento di senso.

La relazione familiare è dunque ciò che lega, anche inconsapevolmente, le persone tra di loro. È anche ciò che si è sedimentato e si sedimenta incessantemente nel corso della vita quanto a valori, ritualità, modelli di relazione (espansività, loquacità, espressività affettiva, o il contrario, poco spazio ai sentimenti, ecc.). La relazione è anche ciò che lega e vincola psicologicamente i membri di una famiglia, anche se facilmente ciò sfugge alla loro consapevolezza.

I membri di una famiglia non solo si influenzano a vicenda nelle loro azioni e reazioni emotive, specie quando si trovano in presenza, fisica e immediata, gli uni degli altri, ma anche nelle loro decisioni risentono dell'influenza a distanza della loro storia familiare. È questa una dinamica inconscia, che si avverte, per esempio, nel comportamento di molte persone che, inconsapevolmente, agiscono in modo diverso quando si relazionano col solo coniuge, oppure in presenza anche di altri familiari.

Quanto sopra rilevato evidenzia come il non dipendere da nessuno, il farsi da soli, siano pure illusioni, pericolose per giunta, e come la nostra area di libertà e responsabilità consista essenzialmente nel decidere che cosa fare dell'eredità, di valori e psicologica, ricevuta.

Le influenze della relazione familiare su una persona si manifestano in particolare durante i passaggi cruciali della vita familiare (per esempio il matrimonio) con i loro aspetti di forza e di debolezza. Specialmente in queste situazioni è possibile evidenziare in una persona se ha interiorizzato modalità sane o disturbate di porsi in relazione. Tuttavia non dobbiamo vedere nulla di deterministico in queste eredità familiari, riflesse nel comportamento di ognuno. È tuttavia importante che, anche con l'aiuto collaborativo del coniuge e attraverso un processo di riflessione su sé stesso, relativamente alla propria storia familiare, ognuno giunga alla conoscenza positiva di sé, dei propri meccanismi psicologici, ereditati in famiglia, per saperli eventualmente correggere o integrare con l'impegno personale.

LAURA MATTEVI DALLA TORRE, *Finestre aperte sulla famiglia (identità, affetti, libertà personale)*, Edizioni Ares, Milano 2007, pp. 82-8

## La «lealtà» alla famiglia

I legami familiari sono un fatto irrefutabile, da cui deriva la responsabilità per le conseguenze che le azioni e le decisioni di ogni membro della famiglia hanno sugli altri.

Questo è un aspetto che nel vivere comune di oggi si tende a dimenticare. Ognuno vuol essere «libero» di amare fin tanto che *sente* affetto per l'altro; non si vuole essere «obbligati» all'interno della famiglia.

Eppure l'obbligo e l'impegno nascono dall'amore gratuito, che è originario della famiglia, che tratta e accoglie i suoi membri per ciò che sono, nella loro dignità di persone.

I rapporti familiari non possono essere solo affettivi, ma devono avere un risvolto etico, di lealtà alla persona.

Lealtà e giustizia sono qualità che riguardano le relazioni tra le persone e costituiscono il tessuto connettivo della famiglia. L'introduzione del divorzio nella pratica legislativa e anche della liceità legale dell'aborto ha portato elementi disgregativi proprio nelle relazioni primarie dell'uomo, quelle che agiscono di più a livello psichico. L'uomo ha bisogno di contare proprio su relazioni di lealtà e amore incondizionati per trovare fiducia e sicurezza nel suo approccio con la vita.

La lealtà nella famiglia è un impegno preferenziale rivolto a persone a cui si è legati da un vincolo primario (che viene prima degli altri).

Si riflette poco sul fatto che questi vincoli, posti dalla natura (prima della società, che attualmente li sta disgregando) in ogni uomo, fortunato per avere una famiglia (e quanta sofferenza troviamo in chi non ce l'ha!), costituiscono le sue radici, la sua salvezza (benché talora problematica e faticosa), perché altrimenti «ognuno è solo sulla terra», come dice il poeta.

Questa faticosa solitudine esistenziale deriva in gran parte dalla nostra incapacità comunicativa a livello interpersonale profondo, che è all'origine spesso delle difficoltà che si incontrano anche in famiglia.

Ci si conosce poco o nulla tra coniugi, tra fratelli, tra congiunti.

Non è vero che sempre le madri conoscano a fondo i loro figli, almeno dall'adolescenza in poi, ma spesso si rispecchiano in loro, in loro cercano di soddisfare le proprie attese affettive; sono troppo emotivamente coinvolte nella relazione: è inoltre poco frequente che siano aiutate dal coniuge a ricercare il necessario distacco emotivo.

A comunicare si impara, con fatica e difficoltà, se qualcuno ce lo insegna ed è, a sua volta, abile in tale capacità.

La lealtà alla famiglia è ciò che permette e favorisce in noi l'impegno al di là della delusione di non sentirci, a volte, capiti.

LAURA MATTEVI DALLA TORRE, *Finestre aperte sulla famiglia (identità, affetti, libertà personale)*, Edizioni Ares, Milano 2007, pp. 86-88

## **Frecce: aprire al mondo**

È sicuramente vero che oggi i genitori sono sempre meno capaci di *lasciar andare* il figlio/a, ma è sempre più difficile anche per il figlio/a *elaborare* la sua autonomia (affettiva) nei confronti dei propri genitori.

Com'è che i figli oggi hanno così grande difficoltà a staccarsi psicologicamente dai genitori?

Bisogna dunque cercare di capire in che cosa consiste il processo che produce l'autonomia psicologica dalle figure genitoriali e dalle loro eccessive attese affettive. I genitori, oggi più spesso la madre, sempre più comunemente hanno difficoltà a riconoscere e favorire il formarsi del *noi* nella nuova coppia. Si continua a pensare: «Quello è ancora il *mio bambino*, solo io lo conosco, lo so proteggere e far felice, come lo è stato finora». Il pensiero fisso (nascosto) è più o meno il seguente: *Mi mette in allarme questa giovane (o questo giovane), tanto inesperta quanto proterva, che introduce nella vita di mio figlio (di mia figlia) abitudini diverse e discutibili, approfitta della sua bontà e ingenuità per strapparla alla sua «vera» famiglia.*

Ci si sente indispensabili per la salvezza del figlio/a.

«Lo so che non sono più indispensabile!», diceva piangendo una suocera, disperata, vedendo che la nuora sapeva cavarsela nella conduzione della casa.

Comunemente i mariti, sia della suocera sia della nuora, rimangono sconcertati da queste schermaglie subdole e furibonde tra donne, che spesso giudicano come «sciocchezze» e di solito sono anche poco ascoltati.

In genere le cose si stemperano, ma possono anche complicarsi, quando nascono i figli e i neo-genitori maturano anche come genitori.

Si complicano, per esempio, quando c'è rivalità (e c'è quasi sempre) tra i genitori di lui e quelli di lei, a cui i figli ricorrono (a volte troppo) per farsi aiutare.

LAURA MATTEVI DALLA TORRE, *Finestre aperte sulla famiglia (identità, affetti, libertà personale)*, Edizioni Ares, Milano 2007, pp. 97-99

## **E quando la coppia giovane va in crisi?**

Problemi molto gravi si evidenziano, ovviamente, quando un matrimonio entra in crisi. In questo caso se *il lasciar andare* da parte dei genitori verso il figlio/a non è chiaramente avvenuto, vi è il pericolo di un nuovo fagocitamento di questi nella famiglia di origine.

Capita spesso di incontrare soprattutto mamme che chiedono all'orientatore familiare: «Che cosa devo dire a mio genero/nuora per fargli capire i suoi errori? Per ora gli (le) ho semplicemente detto che tormenta mia figlia/o, o che è egoista...» ecc.

La famiglia di origine può aiutare o fare altri danni riguardo ai problemi familiari del figlio/a.

Pochi sono i nonni che hanno il coraggio di tenersi il più possibile neutrali, di mantenere un atteggiamento di aiuto, comprensione per entrambi i coniugi in discordia.

Ancor meno numerosi sono quelli che evitano di dire al figlio/a il fatidico «Te l'avevo detto!». La tentazione di dare ragione al figlio, di riprenderlo con gioia nel nido, ritornato caldo e non più tristemente vuoto, attiva in particolare molte madri.

LAURA MATTEVI DALLA TORRE, *Finestre aperte sulla famiglia (identità, affetti, libertà personale)*, Edizioni Ares, Milano 2007, pp. 115-116

## **Dimensione affettiva & psicologica del tempo**

«C'è un tempo per nascere e un tempo per morire...».

L'uomo di ogni tempo sa che il suo tempo avrà un termine e che certa è la sua morte. Egli però tende all'immortalità, tanto che il concetto di felicità è collegato a quello di contemplazione di un bene sempre presente.

Per questi motivi esistenziali, che riguardano la ricerca di senso della vita, l'uso del tempo ha importanti riflessi sull'affettività umana.

Da qui l'importanza di saper vivere bene il presente nel suo alternarsi regolare di lavoro e riposo fisico e spirituale, che permetta uno *stacco emotivo* dai due versanti che alimentano il presente: dal passato, con i suoi rimpianti, rimorsi, ricordi struggenti, e dal futuro, con le sue preoccupazioni e paure.

Ricordiamo inoltre che l'uomo, fin dal suo concepimento, è persona, ma è nel tempo che costruisce e definisce la sua personalità, sia nel tempo di lavoro sia nelle varie sfaccettature del tempo libero.

Ognuno di noi ha, tuttavia, una percezione particolare e soggettiva del tempo (così come dello spazio), in funzione dei vari stati d'animo che si alternano in noi nella giornata. In genere il tempo della sofferenza ci sembra più lungo di quello della gioia, quello dell'attesa più lungo di quello di chi arriva in ritardo all'appuntamento.

Ci troviamo di fronte alla dimensione affettiva e psicologica del tempo, che è proprio quella di cui ci occuperemo in questo scritto, perché è quella che ha un'enorme influenza sulla vita umana e che perciò richiede grande attenzione pedagogica da parte dei genitori e degli educatori.

LAURA MATTEVI DALLA TORRE, *Finestre aperte sulla famiglia (identità, affetti, libertà personale)*, Edizioni Ares, Milano 2007, pp. 129-130.

## **L'atteggiamento festivo**

Possiamo invece dare alla nostra esistenza dimensioni sempre inedite, che ci trascinano verso qualcosa di infinitamente alto, divertente; ciò avviene quando scegliamo attività gratificanti dell'animo con un atteggiamento interiore «festivo» e gioiamo in esse, sentendoci ben lontani dalla fatica e dalla noia.

Ci riferiamo, come già detto, a tutto ciò che è bello, vero, buono. Possono essere gite in montagna o al mare, un buon concerto, una lettura che ci coinvolge anche

emotivamente, lo stare in compagnia di amici cari. Queste esperienze affettive non sono certo fini a sé stesse, ma coinvolgono tutta la persona. Il godimento estetico e culturale, ma anche il dedicarsi ad attività sportive, comportano gioia e arricchimento personale.

I genitori, assieme alla scuola e alle altre agenzie educative, possono aiutare i figli ad accedere a tutto questo.

A proposito dello sport, esso è anche un aiuto a trasformare un certo tipo di sforzo in gioia e allegria interiori, che ammortizzano e fanno superare sempre abbondantemente la componente fatica.

Si può vivere bene il divertimento se lo affrontiamo un maniera affettivamente positiva e anche con la disposizione di chi si dedica al godimento estetico.

Proprio questi atteggiamenti dobbiamo coltivare in noi, per comunicarli nel rapporto educativo. Possiamo cioè far scoprire il polo soggettivo e affettivo nel divertimento.

Ciò implica possedere una *capacità gioiosa*, requisito indispensabile per il divertimento, e anche la *capacità di meravigliarsi*, di sorprendersi, che viene da un atteggiamento festivo interiore, da gioia spirituale, e che produce anche apertura e comunicazione con il divino. Tale atteggiamento interiore e la contemplazione gioiosa costituiscono l'essenza del vero divertimento. La contemplazione è la forma perfetta del conoscere: dell'accostarsi alla natura, a un'opera d'arte, a persone o autori che ammiriamo.

Acquisire queste capacità permette non solo di *cogliere e apprezzare il nuovo*, ma anche di rinnovarsi sempre interiormente; favorisce cioè la capacità e la possibilità di un costante rinnovamento, non solo culturale. Allora il *vuoto* non assale con la sua aggressività e né il lavoro né il divertimento si tramutano in *occasioni di fuga*.

I figli hanno bisogno, prima del periodo adolescenziale, di imparare a riposare, di imparare a giocare, di imparare a divertirsi, di imparare a organizzare un'autentica festa. Ma è molto difficile che riescano a imparare queste cose senza l'orientamento e il buon esempio dei genitori.

I genitori possono cogliere occasioni non solo per giocare e divertirsi, intrattenendosi con i figli, ma anche per far festa. Ogni tanto conviene organizzare una festa in famiglia, che sia fonte di gioia e quindi di arricchimento interiore.

LAURA MATTEVI DALLA TORRE, *Finestre aperte sulla famiglia (identità, affetti, libertà personale)*, Edizioni Ares, Milano 2007, pp. 151-153

## **Le potenzialità del gioco**

Ciò è possibile se si rispettano i loro ritmi di crescita e i loro tempi; ritmi e tempi che nei bambini sono più vicini a quelli della natura che a quelli delle tecnologie. Quando non si sentono costretti all'interno di un programma o imprigionati in rigide tabelle di marcia, possono dare più spazio alla fantasia.

Non bisogna temere che si annoino. Le pause sono spesso dei momenti produttivi, durante i quali il bambino, come l'adulto, rielabora le proprie esperienze e le organizza.

Il gioco spontaneo ha delle potenzialità peculiari che non ritroviamo nelle attività strutturate (sia pur valide) proposte dagli adulti.

Una delle potenzialità del gioco spontaneo è, per esempio, quella di consentire ai bambini di recuperare, di curare piccole ferite psicologiche, di trovare sul piano della fantasia (giochi simbolici) adattamenti e soluzioni che nel mondo reale non sono raggiungibili.

I bambini che giocano possono sperimentare vari ruoli a seconda di quelle che sono le esigenze del momento. «Facendo finta di ...» non attribuiscono a un insuccesso un valore assoluto.

Giochi spontanei, apparentemente privi di obiettivi, come correre, saltare, arrampicarsi, fare le capriole non sono soltanto fonte di divertimento e di apprendimento motorio, ma consentono anche di esprimere la propria singolarità, di acquisire sicurezza, coraggio, autocontrollo.

LAURA MATTEVI DALLA TORRE, *Finestre aperte sulla famiglia (identità, affetti, libertà personale)*, Edizioni Ares, Milano 2007, pp. 156-157

## **Il gruppo dei pari**

Incontrare altri bambini al di fuori dello stretto controllo degli adulti è un'esigenza dei bambini.

I bambini rispondono essenzialmente alle iniziative e alle direttive degli adulti ed è più probabile che le seguano piuttosto che prendano iniziative essi stessi. È anche più probabile che si mostrino passivi e sottomessi. Nei rapporti tra bambini invece tutti sono ugualmente liberi di contribuire con le proprie idee e iniziative.

Entrambe le forme di socializzazione sono importanti. Gli adulti guidano i bambini a comprendere i limiti, le aspettative e i diritti che esistono nella società e i coetanei alimentano il pensiero creativo, la sensibilità sociale e l'autonomia di giudizio.

Il gruppo dei coetanei promuove inoltre lo sviluppo delle abilità sociali, il senso di appartenenza al gruppo e la comprensione di sé stessi.

All'interno del gruppo, per esempio, essi imparano come fare amicizia dopo aver litigato, l'arte della trattativa e la capacità di risolvere i conflitti.

I bambini apprendono a evitare l'isolamento e il rifiuto confrontandosi da soli con i compagni, senza l'interferenza degli adulti.

Conoscere sé stessi per mezzo del confronto e della conferma sociale è un'altra funzione importante del gruppo dei pari. Attraverso il confronto con i coetanei i bambini man mano approfondiscono la conoscenza di sé, delle proprie abilità e caratteristiche, sono incoraggiati a cimentarsi in compiti che altrimenti non affronterebbero, ad apprendere nuove abilità e a sviluppare una propria identità.

I bambini hanno bisogno di spazi – fisici e mentali – da gestire in proprio, dove possano muoversi seguendo i propri tempi, ritmi e inclinazioni e incontrarsi con bambini di diverse età.

Riempire tutti gli spazi con attività strutturate non è necessario né saggio, ma lo è ancor meno riempire il tempo libero dei bambini con interminabili sedute quotidiane, dentro casa, di fronte allo schermo televisivo. Non è igienico che restino fermi per ore in

uno stato di catalessi. Così facendo smettono di fare altre esperienze, di inventarsi dei giochi, di prendere iniziative, di sviluppare l'intelligenza sociale.

Per sviluppare le competenze interattive, per imparare a stare con gli altri, a capire e prevedere le reazioni altrui bisogna vivere il rapporto sociale in prima persona.

La mente infantile è concreta, ciò significa che per imparare un bambino non può limitarsi a guardare e ascoltare, deve anche agire, provare, riprovare, correggersi, modificare, prendere atto delle risposte e dei messaggi che gli altri gli inviano.

In più, le esperienze acquistano un significato pregnante se sono accompagnate da emozioni, e le emozioni che si provano «in proprio» sono d'altro segno rispetto a quelle che si possono provare in forma mediata e indotta dall'esterno.

LAURA MATTEVI DALLA TORRE, *Finestre aperte sulla famiglia (identità, affetti, libertà personale)*, Edizioni Ares, Milano 2007, pp. 157-159

## **Senso di onnipotenza**

È proprio dell'uomo mantenere ed esprimere la dinamica «*Senes-puer*» (che prevede momenti in cui prevale l'aspetto giocoso da coniugare con quello pacato).

In entrambe le situazioni, di gioco e di lavoro, dev'essere perseguita la misura (il comportamento «virtuoso» degli antichi).

Ora, invece, si nota un bisogno crescente di mantenere lo stato di eccitazione desiderato.

I soldi, si pensa, servono per procurarsi delle emozioni forti, per mantenere un *sensu di onnipotenza*; senso di onnipotenza che, come sappiamo, è proprio del bambino.

Vi è infatti una fuga dall'adulità, una fuga dai problemi.

Molti manifestano un desiderio di avventura, che si contrappone alla società «grigia», con l'etica del risparmio (invece è bello «buttare i soldi», sentirsi brillanti).

Il divertimento è perciò visto come eccitazione, evasione, in una sorta di oscillazione che si caratterizza talora come bisogno di sicurezza, talaltra come ricerca del rischio, fine a sé stesso (vedi sport estremi).

Sempre più il tempo libero, specie nei giovani, persegue la ricerca di sensazioni forti, di brivido, di avventura, di sfida; ricerca di esperienze nuove da vivere sensualmente, con emozioni forti.

Il tempo libero viene perciò legato al *sogno*, visto come oasi di felicità (vedi viaggi in terre sempre più lontane e fascinate).

Per molti il tempo libero è legato al *pensiero magico* del bambino piccolo che crede alle favole e ne ha bisogno, mentre per l'adulto porta ad alienazione dalla realtà.

Basta non pensare troppo a una vita di cui si ignora il senso, basta liberarsi da una vita familiare spesso amara.

Ma «obbligarsi al divertimento uccide il divertimento», come affermava Cicerone.

Il piacere «obbligato» alla fine annoia: occorre cercare l'eccitamento, impasticcarsi, stordirsi con il frastuono delle discoteche, in una gestualità collettiva e standardizzata, che alla fine risulta una caricatura della gioia.

Bisogna «trasgredire», uscire dalla norma, rifuggire da ciò che richiama, anche da lontano, la consuetudine.

Notiamo al contrario che in molti adulti è presente l'*attivismo* o vizio del lavoro.

Si continua a lavorare anche nei momenti che dovrebbero essere destinati al riposo, per vanità, o come alibi per non affrontare altri aspetti della vita.

Il lavoro diventa così una droga, per non assumere responsabilità in altri campi (familiare, sociale, spirituale). Anche l'adulto ha un bisogno psicologico di «giocare».

Può invece adattarsi passivamente a svaghi, proposti dall'industria del tempo libero, che incalza nei villaggi turistici con i suoi animatori, le feste, le scelte standardizzate.

L'adulto può anche dedicarsi a *hobbies* troppo assorbenti e solitari, o può non coltivare alcun interesse.

In questo modo non si educano certo i figli a un uso ottimale del tempo libero.

In questa situazione nei ragazzi si può manifestare per osmosi dall'ambiente familiare: assenza di *hobbies*, passività, mancanza sia di criteri sia di capacità critiche per valutare la realtà.

Secondo una ricerca Eurisko abbastanza recente, presentata in un convegno tenuto all'Università Cattolica qualche anno fa sulla tristezza nei giovani, si è rilevato quanto segue:

*i giovani (italiani) intervistati hanno evidenziato di essere una generazione che tende al gioco, a fare ciò che si vuole, a vivere comodamente, mettendo scarso impegno e scarsa fatica nelle attività del tempo libero, perché non vogliono prendersela per nulla. Tendenzialmente sono superficiali, rifuggendo dall'introspezione e dalla riflessione interiore.*

*Li fa inorridire l'idea di dipendere da altri, compresi i genitori.*

*Hanno un gran bisogno di fuggire dalla solitudine, perciò hanno bisogno di essere sempre collegati tra di loro col cellulare.*

*Hanno bisogno di mangiare, bere, in continuazione, di masticare caramelle e quant'altro. Ricorrono spesso all'alcool a forte gradazione e si impasticcano per affrontare anche cose piacevoli, per essere sempre all'altezza, «smart», per la difficoltà a gestire le frustrazioni.*

*Ricercano la disinibizione, per un bisogno di agire senza regole, «liberamente» nella sfera sociale, grazie al bere, alle feste, alla varietà di partners sessuali.*

Distrarsi, non pensare, svuotarsi la testa, stordirsi nelle discoteche: tutto ciò si ricollega spesso a disturbi di ansia, che inducono all'uso di sostanze eccitanti.

Si rilevano in molti giovani comportamenti adolescenziali, narcisistici, che portano a fuga psichica dalla realtà,.

LAURA MATTEVI DALLA TORRE, *Finestre aperte sulla famiglia (identità, affetti, libertà personale)*, Edizioni Ares, Milano 2007, pp. 162-166.

## Opportunità educative

Daniel Golemann in un suo recente studio<sup>9</sup> fornisce molte considerazioni interessanti. È un dato di fatto che in tutto il mondo occidentale i ragazzi diventano sempre più ingestibili in età scolare. Golemann avvicina questi stati sempre più diffusi, chiamati

«sintomi del Disturbo da Deficit di Attenzione e Iperattività (ADHD)» a stati di stress da ansia non ben gestita.

«Il gioco di un bambino», scrive a p. 183, «esige, e al tempo stesso crea, un proprio spazio sicuro, in cui affrontare minacce, paure e pericoli. In questo senso il gioco può essere terapeutico. In esso tutto ciò che avviene è sospeso in una realtà fittizia. Giocare, per esempio, permette ai bambini di imparare a gestire eventi temuti, come le separazioni e gli abbandoni, trasformandoli in opportunità di padronanza e scoperta di sé».

È interessante notare quanto Golemann osserva a proposito della *resilienza*, termine tecnico usato dai terapeuti per significare «la facoltà di superare gli alti e i bassi per tornare a uno stato di quiete e serenità».

Questo stato psicologico può essere individuato anche nel modo con cui affrontiamo le nuove esperienze (come la scuola, nuovi ambienti) che producono stress emotivo.

«Il nuovo può essere visto come una minaccia, oppure come una opportunità».

Giocare con i figli piccoli, insegna loro a imparare a ridurre l'intensità delle tempeste emotive.

Golemann afferma che «è una teoria erronea quella secondo la quale, se il bambino è tenuto al riparo da ogni situazione stressante (come tendono a fare le mamme) diventerà una persona più felice» (p. 186).

Egli afferma che l'iperprotezione è di fatto una forma di *privazione*.

«L'idea che un bambino debba evitare a tutti i costi le frustrazioni distorce sia la realtà della vita, sia il modo in cui i bambini imparano a stare bene».

Obiettivo dei genitori dev'essere quello di «insegnare ai figli un metodo universale per togliere forza alle emozioni negative con piccoli interventi che portino i figli a vedere il lato positivo delle cose. Se nell'infanzia non impariamo a gestire tutte le catastrofi di un'esistenza piena, cresciamo con una preparazione inadeguata a livello emotivo».

Quando un bambino è turbato, è importante che sappia gestire il suo stato d'animo, e ciò gli risulta molto più facile se gioca spesso con papà.

«Viceversa, i bambini che faticano ad acquisire la capacità di gestione del dolore si bloccano su livelli troppo alti di stress».

I bambini imparano a tranquillizzarsi o a contrastare gli impulsi emotivi, guardando come un genitore, o un fratello o un compagno di giochi, gestisce le proprie tempeste emotive (apprendimento passivo) e in parte, in maniera esplicita, quando una persona gli suggerisce una via per gestire le proprie sensazioni di sofferenza interiore.

Alcuni psicologi ritengono che gli insegnamenti dei genitori nei primi quattro anni di vita influiscano in particolar modo sulla strutturazione della capacità futura del bambino di gestire bene le emozioni e di affrontare nella maniera giusta eventuali incontri problematici.

LAURA MATTEVI DALLA TORRE, *Finestre aperte sulla famiglia (identità, affetti, libertà personale)*, Edizioni Ares, Milano 2007, pp. 178-181.