

# Se mi vuoi bene...



Nella mia attività a sostegno della famiglia e dell'infanzia ascolto spesso il racconto di genitori che hanno difficoltà nella relazione con i figli. Ho così constatato che mentre l'adulto può dedicare molto tempo e molti pensieri a ciò che riguarda la cura del corpo (alimentazione, abbigliamento, cure sanitarie, attività sportive, ecc.), quando si tratta di considerare aspetti legati alla vita dell'anima del bambino non si rende conto che per prendersene cura bisogna dedicare ad essa almeno tanto tempo e tanti pensieri quanti ce ne vogliono alla cura della vita del corpo. Se voglio preparare una buona cena so bene che devo avere tempo per decidere il menù, andare a fare la spesa, cucinare, apparecchiare la tavola e preparare un ambiente caldo e ospitale per chi verrà a cenare. Questo in altri termini significa che il tempo dedicato alla preparazione di un buon pasto è sempre superiore al tempo impiegato per consumarlo. Se io so di dover cucinare per qualcuno e comincio a pensare cosa fare solo nel momento in cui il commensale arriva pensando di sedersi a tavola, mi trovo inevitabilmente in grande difficoltà e se anche riesco a dargli qualcosa da mangiare, non posso che lasciarlo insoddisfatto per quel che riguarda il suo bisogno di cura. Allo stesso modo se voglio nutrire la vita dell'anima dei miei bambini devo trovare il tempo per prepararmi adeguatamente. Se non mi preparo, quando sono con loro mi troverò inevitabilmente nella situazione di chi cucina una cosa qualsiasi all'ultimo momento, con tutto ciò che ne consegue.

La prima cosa dunque è trovare il tempo per preparare ciò che nutre l'anima del bambino. Bisogna trovare anche solo dieci minuti al giorno per dedicarsi a questo lavoro, senza essere distratti dai nostri pensieri e dalle nostre normali occupazioni. Se ci siamo chiariti che la relazione di cura che ci vede responsabili nei confronti dell'educazione del bambino ha bisogno di essere coltivata in sua assenza, potremo trovare la forza per ritagliarci il tempo necessario per un'adeguata preparazione, tempo durante il quale dovremo sapere esattamente cosa fare.

Per cominciare possiamo esercitarci a ricordare con la massima precisione alcuni momenti in cui abbiamo avuto delle difficoltà con i nostri bambini. Questo esercizio può essere fatto in quattro passaggi:

- 1) Mi sforzo di ricordare quello che è successo esteriormente, quello che ha fatto il bambino, quello che ho fatto io e quello che hanno fatto eventuali persone presenti.
- 2) Passo in rassegna gli stati d'animo che quella situazione ha provocato in me e quelli che ho potuto osservare nel bambino e nelle persone coinvolte dall'accaduto. Mi sono arrabbiato? Ero nervoso? Ero triste? E il bambino cosa ha provato? Si stava divertendo? Era furioso? Sembrava sulle nuvole? Era apatico?

3) Cerco i motivi per cui sono intervenuto così come ho fatto, domandandomi quali sono i pensieri che hanno accompagnato il mio intervento. Avevo fretta? Ero concentrato su altro e volevo che il bambino mi ubbidisse, senza essermi messo in ascolto io stesso? Ero convinto che le cose dovessero andare come avevo deciso e mi sono impuntato?

Questi tre primi passaggi richiedono grande onestà interiore. Noi ci poniamo di fronte a noi stessi come dei giudici imparziali che non devono condannare nessuno, ma devono formulare un giudizio circa il nostro proprio comportamento esteriore e interiore e l'efficacia del nostro intervento. Ogni fase richiede una diversa capacità di osservazione e di memoria. La prima fase mi mostra quanto poco io abbia osservato con attenzione i fatti nei quali ero coinvolto. La seconda mi mostra uno dei motivi per cui non sono stato capace di osservare attentamente quello che succedeva: ero troppo preso dai miei sentimenti e dalle mie emozioni. La terza fase è in assoluto la più difficile, perché richiede la capacità di osservare ciò che abbiamo pensato, attività che forse non abbiamo mai svolto in tutta la nostra vita. Per poter passare alla fase finale – quella creativa – è indispensabile essere riusciti a vedere qualcosa in ciascuna delle tre fasi precedenti. Se non si riesce a portare a coscienza niente nella terza fase, è molto difficile passare alla quarta con profitto. Infatti l'efficacia della quarta fase – che descrivo qui di seguito – dipende dalla capacità di sguardo interiore sul proprio mondo di pensieri e di sentimenti.

4) L'ultima fase è quella risolutiva. Devo cercare di immaginare un intervento diverso da tutto ciò che ho mai provato a fare finora, senza che ciò abbia alcun aspetto prescrittivo. Non devo decidere come mi comporterò la prossima volta che si presenterà una situazione simile a quella su cui mi sono concentrato, ma devo provare solo a immaginare di aver tenuto un altro comportamento del tutto nuovo e quale effetto avrebbe potuto avere questo comportamento sul bambino. Se credo di sapere già che reazione avrebbe avuto il bambino di fronte al comportamento che ho immaginato, significa che anche l'azione che ho provato a immaginare per me non è nuova. Solo quando la mia fantasia mi consente di immaginare un comportamento, la cui conseguenza nel bambino non si immaginare, sono sulla strada giusta. L'effetto che questa ultima fase ha su di me è di aiutarmi ad uscire dai miei schemi mentali (quelli che non mi consentono di trovare un intervento efficace quando ne ho bisogno e mi spingono a comportarmi sempre nello stesso modo), per aprirmi al mondo dell'intuizione. Grazie ad essa mi accorgo che nel momento in cui mi si presenta una difficoltà possono venirmi idee nuove ed efficaci, se solo sono capace di osservare attentamente quello che succede senza criticare o interpretare fatti e persone.

In questo breve articolo non posso che accennare brevemente ad una pratica sperimentata per decenni, a cui ho dato il nome di OSSERVATORIO PEDAGOGICO. Può essere esercitata in gruppo sotto la guida di una persona esperta, ma anche da soli. Questa pratica è un vero e proprio esercizio di amore nei confronti dei nostri bambini. Richiede poco tempo, può essere portata avanti anche per iscritto e se praticata con costanza e buona volontà può dare ottimi risultati. Ha il preciso scopo di aiutarci a poco a poco a liberarci dalle nostre abitudini di pensiero, per aprirci al mondo del pensare intuitivo, grazie al quale è possibile avere idee nuove su come comportarci nel momento in cui ci troviamo a dover affrontare le difficoltà.

Un lavoro ulteriore e complementare al primo consiste nel decidere ogni giorno, nel tempo in cui vogliamo dedicarci alla preparazione dell'incontro con i nostri bambini, un gesto di amore nei loro confronti del tutto gratuito: preparare una cosa da mangiare che amano particolarmente, andare con loro al parco a vedere le papere, fare con loro un bel disegno, costruire un giocattolo di legno, andare a raccogliere sassi sul fiume o qualsiasi altra cosa che li aiuti a coltivare l'interesse per la natura, l'arte, il lavoro manuale, le altre persone. In questo modo aggiungiamo a tutto quello che per dovere, abitudine e routine facciamo per i nostri bambini, qualcosa che è del tutto gratuito e inaspettato e che non può e non deve mancare in una vera relazione di cura.

L'amore è una forza che scaturisce da un atto libero, Facciamo sentire concretamente ai nostri bambini quanto gli vogliamo bene attraverso un quotidiano e ripetuto esercizio di amore prendendo iniziative nei loro confronti e scopriremo che educare i bambini è un'attività meravigliosa!

Fabio Alessandri, 25 gennaio 2017

Articolo tratto da: <http://www.triartis.it/?p=3138>