

Spazio-Incontro
Dadhami
Gambassi, 30 Novembre 2006

**La democrazia s'impara.
Dalla famiglia alla scuola il *gioco* dell'ascolto**



A cura
di Rosaria Parri

Il problema oggi non è AVERE democrazia ma ESSERE democrazia.

Ogni società ha un modo di governarsi cui corrisponde un suo ethos particolare che deve animare lo spirito degli individui che governano e sono governati. I classici insegnano che non bastano buone regole ma che occorrono anche uomini giusti che agiscano nello spirito delle regole. La migliore delle costituzioni nulla può se gli uomini che la mettono in pratica sono corrotti o si corrompono.

E la democrazia è fondata sugli individui non sulla massa. (Tocqueville: la massificazione della società tramite la spersonalizzazione dei suoi membri è un pericolo mortale per la democrazia. Per questo, una democrazia che vuole preservarsi dalla degenerazione demagogica deve curare nel massimo grado l'originalità di ciascuno e combattere la passiva adesione a un modello. Quindi la democrazia esige di essere potenzialmente multi-identitaria

La democrazia è una convivenza basata sul dialogo, è discussione, ragionare insieme. La democrazia è dialogo paritario e il dialogo paritario si fa deponendo ogni strumento di pressione.

Pensando e ripensando non trovo altro fondamento etico della democrazia che questo: il rispetto.

Ognuno di noi avverte, nelle dinamiche del vivere insieme, un deficit, che non è solo di buona educazione, ma di rispetto di se stessi, degli altri, dell'ambiente, di attenzione per la propria salute e per il bene comune.

Tale deficit, di cui l'opinione pubblica fa anche carico alla scuola, è stato prodotto da diversi fattori sociali, riconoscibili sia:

- **nei complessi mutamenti della modernità,** (conseguenze repentine dei media, della globalizzazione economica, del fenomeno migratorio, del ruolo delle lingue e culture straniere, della moda mondiale della musica per i giovani, dei viaggi...)
- e conseguenzialmente anche per la crescente disgregazione sociale e la **polverizzazione della dimensione etico-valoriale**

Noi sappiamo che i figli imparano comportamenti e valori e sviluppano affettività sia attraverso l'amore e la cura che ricevono dai genitori, sia dall'esempio e dalla pratica delle regole con cui si confrontano.

C'è quindi un'**incapacità della famiglia** di mantenere il proprio tradizionale ruolo etico-educativo e culturale-educativo. Ma la **FAMIGLIA**, fra le altre agenzie formative, è entrata in crisi ed è cambiata senz'altro più della scuola, per ragioni prevalentemente socio-economiche. Sulla sua ricchezza educativa e formativa ha inciso profondamente la crescente pressione del TEMPO: il tempo sembra non bastarci più...mentre gli spazi si

dilatano, per l'abbattimento delle frontiere, per il passaggio dal locale al globale, al contrario il tempo di accorcia. Il ritmo della vita sembra accelerarsi ogni giorno, e da questa corsa scaturisce disaggregazione, contrazione e sottrazione di tempi alle risorse e agli affetti familiari fino a menomare la stessa relazione genitori-figli.

All'accelerazione dei ritmi di vita si accompagna il fenomeno della DE-CULTURAZIONE, che potremmo definire come l'incapacità del contesto sociale di tramandare efficacemente e compiutamente cultura e valori. Tutto questo mentre la **SCUOLA**, seconda agenzia formativa, diventa container-bersaglio di ogni critica sulla mancanza di etica, cultura, capacità di reperire lavoro sul mercato, ecc., essendo poi anche investita del passaggio da scuola d'élite a scuola di massa, con dinamiche spesso divaricate tra scuola e società.

Allora i genitori da una parte e gli insegnanti/educatori dall'altra, in questo ultimo decennio, sono sempre più preoccupati quando si tratta di affrontare la questione del *come* educare i figli nella nuova società globale.

Un disorientamento che preoccupa.

Quindi da una parte i processi di modernizzazione hanno sconvolto le dinamiche educative familiari e messo fortemente in crisi il modello formativo, dall'altro, però, la società civile sta chiedendo un processo formativo che sappia far crescere le nuove generazioni su due piani:

-il piano della autonomia e della libertà personale
-quello dell'appartenenza ad una comunità

Questi due aspetti sono ormai imprescindibili. L'uno sostiene l'altro.

Ecco perché in questi anni il mio studio si è concentrato sul rivalutare l'importanza del saper stare e sostare consapevolmente in uno spazio collettivo complesso rispettando la propria autonomia di pensiero.

Che vuol dire imparare a stare dentro uno **spazio collettivo**?

Significa saper stare dentro "lo spazio dell'incontro", che può essere inizialmente lo spazio della famiglia, poi quello della scuola, del gruppo informale e infine quello della comunità sociale.

L'educazione a cui penso è quella che mira all'acquisizione di una mentalità nuova che sappia aiutare i nostri ragazzi a oltrepassare pregiudizi, autosufficienze, chiusure e prepararli allo spazio del pluralismo, della socializzazione integrata e dialettica senza, però, perdere di vista se stesse e la propria libertà personale.

Ritorno all'idea di formare i ragazzi con una nuova coscienza civile che porta con sé il quadrilatero di valori, come suggerisce Franco Cambi, costituito da:

tolleranza

dialogo

integrazione

diritti

che sono appunto i principi su cui si dovrebbe fondare la democrazia non solo come forma di governo ma come *modus vivendi*, come stile di vita. La democrazia, infatti, è dialogo; dove *dia-logo* significa, discorso-da-fare-insieme, linguaggio a due, ragionare insieme.

Ecco perché, nel titolo, dico la democrazia s'impara; perché si tratta di un atteggiamento, di un saper stare che può essere insegnato.

Questi quattro valori costituiscono l'essere democratici; il saper stare con gli altri (familiari, amici, concittadini, stranieri) con il senso del rispetto di sé e di chi ci sta di fronte.

Tolleranza: è pluralismo e rispetto delle differenze. Questa si esprime con la capacità di vedere l'altro come *volto*, come soggetto carico delle sue tradizioni, abitudini, con le quali confrontarsi e nel confronto dar luogo a uno spazio d'integrazione delle varie identità. La tolleranza è contro la cultura "egologica", tutta incentrata sul sé, sul "prendi usa e butta". Tolleranza significa anche capacità di "decostruirsi", decostruire la propria identità per comprendere le altre culture. Si tratta di informare sulle culture, farle conoscere, dare spazio alle loro forme, farle conoscere.

Dialogo: è confronto che apre alla ricchezza di opinioni. E' il saper accogliere l'altro, interessarsi a lui in uno scambio dove non c'è annientamento, sottomissione ma curiosità e voglia di misurarsi con il diverso. Il dialogo, in famiglia come a scuola, ha valore proprio come pratica sociale, come laboratorio di pensiero con lo scopo di favorire lo sviluppo del pensare insieme le questioni fondamentali della vita sociale. Il pensare in modo largo si realizza proprio quando c'è la possibilità di confrontare la propria prospettiva con quella degli altri.

Integrazione: capacità di stipulare accordi formali o vissuti, che danno luogo a regole condivise. La compartecipazione alla stesura delle regole è la garanzia del loro rispetto, della loro osservanza. Si tratta di stabilire accordi comuni, ma anche confini. Riconoscerli e rispettarli.

Diritti: quelli comuni, riconosciuti e interiorizzati ma anche quelli nuovi, in via di formazione. Diritti strettamente coniugati ai doveri dove i primi non sono assoluti e i

secondi non discrezionali e eventuali. Importante e la non illimitatezza. Non si aiutano i ragazzi a liberarsi dai propri condizionamenti e dalle proprie onnipotenze se nella famiglia, nella scuola, nella società si esaspera la libertà del ragazzo e non si comunica che le limitazioni alla sua libertà e ai suoi diritti sono funzionali non solo al godimento pieno dei diritti altrui ma anche alla sua crescita personale e individuale.

In tutto questo quadrilatero di valori, l'asse portante è *l'ascolto*.

L'ascolto sono le orecchie, ovviamente, ma anche gli occhi di chi ascolta sono importanti, come la gestualità o la fermezza di chi ci sta di fronte. Alla fine l'ascolto comprende tanti aspetti e richiede grande sforzo.

Ascoltare è un fatto d'interiorità, di risonanza emotiva. Un fatto che coinvolge, che esige la massima presenza senziante, che richiede attenzione e concentrazione.

Ascoltare è faticosissimo, per il coinvolgimento empatico necessario, per la partecipazione che bisogna offrire.

Ascoltare è difficile. Perché non ce l'hanno insegnato. Perché nessuno, ci ha mai tenuto una lezione sull'ascolto. Ci hanno insegnato a parlare, a leggere, a scrivere, abbiamo imparato a cantare, ballare, fischiare, ma nessuno ci ha insegnato come si ascolta, ci hanno spiegato la differenza tra l'ascoltare e il sentire, ci hanno detto che offrire ascolto è un gesto raffinato d'amore. Opinione comune è che per far bella figura, per far carriera, per vendersi bene è necessario saper parlare, siamo convinti che ciò che abbiamo da dire noi è più importante, più istruttivo, più divertente, più giusto di quello che hanno da dire gli altri. Ma saper ascoltare significa stare con l'altro, accogliere un bisogno, una angoscia, la voglia d'incontrarsi, il bisogno di parlare... condividere il desiderio di stare bene insieme.

Ascoltare è azione complessa perché significa sospendere le nostre attività per dedicarci ad un'altra persona con un atto volontario, per esempio spegnendo la televisione o chiudendo il libro o il giornale. "Udire attentamente" vuol dire che siamo coinvolti, che c'è un impegno da parte nostra, altrimenti potremmo solamente sentire l'altro che parla come se fosse un rumore di sottofondo. Vuol dire anche che ci interessa tutto ciò che viene detto, che prima di tutto viene l'atto di ascoltare e che questo atto non prevede di per sé l'espressione dell'interpretazione o del giudizio e nessuna azione verso chi parla diversa dall'ascoltare.

Quando parliamo dell'ascolto ascolto parliamo in fondo di tre parti o aspetti:

- mi ascolto,
- sono ascoltato
- ascolto un'altra persona.

In un dialogo o in una conversazione noi ci sperimentiamo in tutte e tre queste parti, quindi ci ascoltiamo, siamo ascoltati, ascoltiamo un'altra persona.

Lo scopo centrale della nostra azione è prima di tutto quello di imparare ad ascoltarci, perché si possa essere ascoltati e per ascoltare bene.
Questo processo è fondamentale affinché i nostri figli imparino ad ascoltarsi e a saper ascoltare.

Metariflessione sull'ascolto.

Far capire che riconoscendo e definendo con maggiore chiarezza cosa gli fa apprezzare l'ascolto che riceve, può così domandarsi come fare ad ottenerlo. Svilupperà anche la riflessione sull'ascolto che dà a se stesso in situazioni e relazioni diverse, sia quando è ascoltato, sia quando invece dà la sua attenzione ad una persona che sta parlando di sé.

E' inoltre diffusa l'idea che l'ascolto debba avere altri scopi oltre l'ascolto stesso. Non è vero. A volte si può sentire la necessità di essere semplicemente ascoltati, senza ottenere consigli o informazioni.

Quali strategie?

Il genitore/insegnante ASCOLTATORE.

FAR DIVENTARE LA FAMIGLIA/L'AULA UNO SPAZIO CREATIVO E DEMOCRATICO.

Per ottenere questo le pratiche educative devono essere basate sul rispetto, l'ascolto e la collaborazione nella soluzione dei conflitti.

Thomas Gordon è uno psicologo clinico che si è formato a stretto contatto con Carl Rogers; Il suo libro, 'Genitori efficaci, Educare figli responsabili' è ormai un classico, viene utilizzato in 37 Paesi del mondo ed è tradotto in 18 lingue.

Questi sono i suoi consigli per essere 'genitori efficaci':

- Rimanere autentici nei confronti dei figli, non convincersi che interpretare il ruolo di genitore significhi rinunciare alla propria umanità; non temere di mostrare i propri sentimenti e le proprie emozioni;
- Contrastare gli atteggiamenti di colpevolizzazione nei confronti della vita emotiva o nei confronti del proprio o dell'altrui operato. Si tratta di capire solo il problema del momento, senza generalizzarlo.
- Rispettare la personalità dei figli per quella che è. Sentendosi accettati i figli potranno anche prendere in considerazione l'eventualità di un cambiamento, mentre il sentirsi non accettati porta solo ad una maggiore distanza. Questa accettazione può essere esternata con il linguaggio verbale, con i gesti, con l'ascolto, attivo e passivo;
- Esser capaci di aiutare i ragazzi a riconoscere e mettere in parola il mondo dei sentimenti e delle emozioni associato alle esperienze e alle relazioni.

- Ma soprattutto, nel metodo Gordon è importante comunicare con i figli evitando le 'Dodici risposte tipiche' :
 - dare ordini,
 - minacciare,
 - fare prediche,
 - giudicare,
 - ridicolizzare,
 - inquisire,
 - minimizzare
 - elogiare

(Questo genere di messaggi comunicano al figlio che i suoi sentimenti o i suoi bisogni non sono considerati importanti; il non sentirsi accettato, il temere il potere del genitore, possono provocare in lui sentimenti di risentimento o rabbia che potrebbero portarlo a reagire in modo ostile, cercando in tutti i modi di resistere alla volontà dei genitori).

Quando si è tentati di rispondere utilizzando una 'risposta tipica', Gordon consiglia di fare questo esercizio: immedesimarsi empaticamente nell'altro e chiedersi: come mi sentirei se volessi esprimere un'idea, un'emozione, un sentimento e l'altro mi rispondesse con un ordine, una minaccia, una predica, un consiglio ecc.?

LE REGOLE DI PROTEZIONE

Lo spazio dell'ascolto

E' importante avere un ambiente adatto per l'ascolto; scegliere uno spazio silenzioso, senza distrazioni, rumori o stimoli che possono danneggiare il canale comunicativo. In casa, a scuola, scegliere insieme ai bambini il "luogo della conversazione" è propedeutico a tutte le altre regole dell'ascolto.

Non interrompere

La prima regola è quella di non interrompere chi parla, quando parla di sé, perché una interruzione, di qualunque tipo, può bloccare il fluire del suo discorso e dei suoi pensieri.

Non giudicare

Nessuno può giudicare ciò che un'altra persona sta dicendo, quando parla di se stessa; la sua esperienza, la veridicità del suo racconto e il significato di ciò che è detto non sono posti in discussione. l'interpretazione è considerata una forma di giudizio.

La protezione di ciò che è privato.

Tutto quello che una persona dice, sia in una relazione a due, sia nel gruppo, non deve essere detto né all'interno né all'esterno del gruppo. Riaffermiamo la totale proprietà della persona che parla su ciò che dice e quindi l'impossibilità per chiunque di dire o utilizzare in qualche modo ciò che ha udito senza l'autorizzazione del proprietario.

Prima di invitare altre persone a partecipare a una conversazione, pensateci bene.

Il vostro interlocutore potrebbe non gradire affatto o stare sul punto di dirvi qualcosa di personale e riservato. Guardatelo e abituatevi a captare i segnali: ha piacere che la conversazione si allarghi o richiede un'attenzione esclusiva?

Discutete con dolcezza.

Le parole pesano, soprattutto se rivolte a un collaboratore. Va bene discutere e fare l'avvocato del diavolo, ma non fate sentire l'interlocutore un perdente in partenza. Fate piuttosto domande che fanno pensare e lasciate che l'altro arrivi da solo alle sue conclusioni. L'eccesso di argomentazione vi può far facilmente passare per prevaricatori.

Prima di dare consigli, chiedete.

Qualcuno vuole solo sfogarsi, ma a qualcun altro il vostro parere interessa davvero. Ascoltate, e se pensate di avere un buon consiglio da dare, chiedete se è gradito e poi datelo senza che sembri un ordine.

COME ASCOLTARE BENE

Molta importanza, nella metodologia di Gordon, viene data all'ascolto in un clima di empatica accettazione. Tra i vari tipi di ascolto:

L'ascolto passivo

ci si astiene dal parlare, non senza comunicare all'altro il piacere di ascoltare quanto egli sta dicendo:

- lo si può fare con un sorriso,
- con uno sguardo di invito
- con un gesto accogliente
- Un modo per favorire il dialogo è associato a frasi-invito, del tipo:
“capisco”, “davvero?”, “ma guarda ...”.

Nella comunicazione questi sono come dei segnali di via libera, che invitano a parlare, a raccontare.

Questo consente al figlio di esprimere le sue sensazioni, le sue emozioni in un clima di accettazione, che predispone alla crescita e al cambiamento.

E' una modalità empatica di entrare in relazione, come se si volesse entrare in contatto con le idee e le sensazioni dell'altro. Se un ragazzo si sente libero di esprimersi (e non giudicato, rimproverato, consigliato, minacciato e via dicendo) riesce a parlare di sé, dei suoi errori, cerca di capirne le cause ed a volte trova anche le soluzioni.

L'ascolto attivo

è quello di cercare di comprendere quello che l'altro, in questo caso il figlio, ci sta dicendo, per poi riformulare il pensiero con parole proprie per cercare un feed back sul proprio livello di comprensione dell'argomento con gli stessi sentimenti con i quali è stato espresso dal parlante.

- Il piacere di ascoltare può essere anche espresso in modo verbale, con un **“raccontami come è andata, “parla pure, ti sto ascoltando”, “dimmi cosa pensi di questa cosa”, ecc.** E' un modo un po' più direttivo, ma comunque esprime rispetto e considerazione.
- Nel caso si affronti il problema di un compito negativo evitare frasi: “Non hai capito niente come sempre...”, “Scommetto che gli altri hanno fatto meglio di te...” ma **“Capisco che il compito era difficile, credo che farai meglio la prossima volta...”** oppure **“Il compito non è sufficiente ma te? Come ti senti in merito? Credi di aver bisogno di aiuto? O pensi che la prossima volta andrà meglio?”**

- Nel caso di un litigio perché il bambino/ragazzo non ascolta, oppure sta facendo confusione in casa, il genitore dovrebbe fare uno sforzo per controllare il suo istinto:
E' inutile alzare la voce, o imporre il silenzio con un "devi smetterla" o "fai silenzio" ma può essere utile partire dallo svelare le nostre emozioni, da noi stessi:
"capisco che a te piaccia giocare facendo confusione ma io sono stanca e ti chiedo per favore di smettere"
oppure "mi sento in difficoltà, ho da finire questo lavoro e la tua eccessiva confusione me lo impedisce".

RIFLETTO SU DI ME

ATTIVITA' GENITORI

Dialogo con mio/a figlio/a in:

- cucina a tavola
- salotto alla televisione
- cameretta

Dialogo con mio/a figlio/a:

- se c'è un problema (a scuola, a casa, con gli amici)
- ogni sera, anche se non ci sono cose particolari
- quando mia moglie/mio marito non è riuscita/o a comunicarci

Durante il dialogo con mio/a figlio/a io:

- non faccio altro
- mi capita, a volte, di continuare ciò che stavo facendo
- mi succede di interrompere (per una telefonata...)
- curo la discussione con attenzione

Nel dialogo con mio/a figlio/a:

- parliamo sempre di lui (dei suoi problemi)
- cerco di farmi vedere decisa/o nell'affrontare le difficoltà
- a volte mi sfogo con lui
- gli rivelo i miei pensieri, le mie emozioni

Durante il dialogo con mio/a figlio/a io:

- lo incalzo con domande per farlo parlare
- interpreto quello che dice (vuoi dire che... Dimmi che non hai fatto questo...)
- lo consiglio (io avrei fatto così...la prossima volta fai così...)
- lo ascolto attentamente cercando di mantenere l'atmosfera rilassata

Nel dialogo con mio/a figlio/a su un litigio a scuola io:

- lo giustifico (chi ti ha provocato?)
- lo minaccio (non deve succedere più)
- minimizzo l'accaduto (sono cose che succedono)
- cerco di capire e lo spingo a riflettere
-

RIFLETTO SU DI ME

ATTIVITA' INSEGNANTI

Dialogo con un mio/a alunno/a:

- davanti alla classe
- durante la pausa
- in aula prendendolo in disparte
- fuori dall'aula, con una scusa

Dialogo con un mio/a alunno/a:

- se c'è un problema (litiga spesso con i compagni, sbaglia i compiti)
- regolarmente, senza che ci siano particolari problemi
- se è lui/lei a cercarmi

Durante il dialogo con un mio/a alunno/a:

- lo guardo fisso negli occhi
- mi capita, a volte, di continuare a fare altro
- lo interrompo se non mi dice quello che voglio sapere
- ascolto senza provocare suggestioni e disagi

Durante il dialogo con un mio/a alunno/a io:

- lo incalzo con domande per farlo parlare
- interpreto quello che dice (vuoi dire che... Dimmi che non hai fatto questo...)
- lo consiglio (io avrei fatto così...la prossima volta fai così...)
- lo ascolto attentamente (mordendomi la lingua)

Nel dialogo con un mio/a alunno/a:

- le offro informazioni che gli/le consentano di risolvere il problema
- lo/la minaccio se non vedo la sua intenzione di migliorare
- gli/le rivelo una mia esperienza in merito
- lo/la metto in condizione di affrontare con più consapevolezza la situazione

Di fronte ad un brutto litigio fra due alunni:

- rimprovero entrambi con decisione
- li punisco senza alzare la voce
- li chiamo a discutere con me su quanto è successo
- creo le condizioni perché risolvano la questione da soli

