

Giancarla Mandozzi

*L'adulità è una conquista
scelte, cambiamento e dimensione del vivere*

Phasar Edizioni

Giancarla Mandozzi
L'adulterità è una conquista

Proprietà letteraria riservata.
© 2015 Giancarla Mandozzi

© 2015 Phasar Edizioni, Firenze.
www.phasar.net

I diritti di riproduzione e traduzione sono riservati.
Nessuna parte di questo libro può essere usata, riprodotta o diffusa con un mezzo qualsiasi senza autorizzazione scritta dell'autore.

Copertina: Giancarla Mandozzi

Stampato in Italia.

ISBN 978-88-6358-335-9

Ai miei familiari, inossidabili irriducibili sostenitori,

con gratitudine

e
a quanti, fiduciosi nel mio aiuto,
mi hanno dato l'opportunità e il privilegio di
crescere insieme

INDICE

INDICE	5
PREMESSA	13
Al lettore	17
Primo quadro situazionale: siamo tutti educatori?	21
Che pedagoghi eravamo, quando non ci curavamo della pedagogia!	23
l'efficacia del saper attendere	27
insegnare ed educare	30
Secondo quadro situazionale: gli amici? Tanti! ... su facebook	35

empatia per il nostro Benessere 37

se il dialogo interno avesse l'energia di un colloquio
motivazionale 41

dipendenze e dintorni 44

**Terzo quadro situazionale: quando il tempo ci è
amico** 47

sembrava un nuovo passatempo creativo, si è
rivelato 49

nativi digitali e nativi "cartacei" 53

quando il bruco non vuol mettere le ali 59

Quarto quadro situazionale: al lavoro 61

competenza, conquista rara 63

se ciò che diverte resta extra-curricolare 67

un acronimo per il counselor 72

**Quinto quadro situazionale: comunicare con il mio
IO bambino** 75

il coraggio di affrontare la vita e le fiabe 77

giochi, giocattoli e identità di genere	81
"apprendere divertendosi" è serio impegno	87
la palestra di relazioni con l'altro	92
Sesto quadro situazionale: comunicare con il mio genitore	97
la corsa per saziare la fame di tempo	99
la corsa per saziare la fame di tempo 2 ^a parte: misura e percezione del tempo	102
percezione del tempo nel qui e ora	106
"natura negoziale" del valore	110
Settimo quadro situazionale: comunicare con il mio IO adulto	115
interpretare sembra facile	117
accogliere l'accorato sfogo di una mamma	120
autorealizzazione e counseling	124
Ottavo quadro situazionale: la positività è un aquilone da orientare	127

i sorprendenti effetti del "messaggio lo"	129
nascondo per ... scoprire	133
la scelta e il pendolo	138
<i>Nono quadro situazionale: se siamo tristi</i>	141
esperienza e "psicotrappole"	143
ogni giorno un'idea, un aiuto	146
la "speciale normalità"	150
fuggire da, o andare verso?	154
<i>Decimo quadro situazionale: soli con se stessi</i>	157
emozioni incomparabili del linguaggio "verticale" della poesia	159
comprendere se stessi con le foto	163
connessi con il mondo, estranei a se stessi	167
leggere è interpretare	171

**Undicesimo quadro situazionale: le meravigliose
complicazioni del comunicare, gocce di rugiada su
ragnatela** 179

parola e comunicazione 181

una peculiare versatilità nel counseling ad
approccio umanistico pluralistico integrato 183

una peculiare versatilità nel counseling ad
approccio umanistico pluralistico integrato: n.2
riflessioni sul video "Gloria" 186

una peculiare versatilità nel counseling ad
approccio umanistico pluralistico integrato: n.3
l'analisi transazionale 189

una peculiare versatilità nel counseling ad
approccio umanistico pluralistico integrato: n.4 la
programmazione neuro linguistica 192

una peculiare versatilità nel counseling ad
approccio umanistico pluralistico integrato: n.5
l'orientamento sistemico relazionale 196

**Dodicesimo quadro situazionale: poter essere come
vogliamo** 201

la superficie e l'iceberg 203

profonde emozioni dalle parole	206
una difficoltà di comunicazione che ci coglie impreparati	209
ri-costruire la fiducia in se stessi	213

PREMESSA

Perché insistere a proporre ancora un libro cartaceo mentre il futuro che ci propongono sembra quello della lettura digital/verticale?

Per tanti motivi e sicuramente perché è un atto di coraggio che intendo esercitare non in opposizione a quanto accade, bensì per lanciare la sfida più bella che si possa immaginare, per godere insieme, ancora oggi, di una splendida opportunità: imparare, grazie a quelle pagine che possiamo toccare, stropicciare, sottolineare con una vera matita e non solo con commento digitale, a compiere un viaggio in noi stessi e meglio conoscerci.

È solo così, con la lettura... orizzontale, che può materializzarsi una magia che ha caratteri assolutamente personali: una sorta di dia-logo con noi stessi, un viaggio appunto verso e dentro di noi, denso di suggestioni, dubbi, progetti, illusioni. Emozioni contrastanti ci restituiranno la percezione di un nostro

io riposto e/o nascosto che ci sovviene improvvisamente e che, per nostra immeritata fortuna non sparisce mai, pure dimenticato, restando custode delle nostre rare domande di senso.

Mentre ci accingiamo alla lettura orizzontale, non possiamo concederci interferenze e nulla intorno a noi può essere affidato al caso. È una necessità che viviamo e che, ben più che un invito, accogliamo da Italo Calvino, in *Se una notte d'inverno un viaggiatore*, '79:

Rilassati. Raccogliti. Allontana da te ogni altro pensiero. Lascia che il mondo che ti circonda sfumi nell'indistinto. Prendi la posizione più comoda: seduto, sdraiato, raggomitato, coricato. Coricato sulla schiena, su un fianco, sulla pancia. In poltrona, sul divano, sulla sedia a dondolo, sulla sedia a sdraio, sul pouf. Sull'amaca, se hai un'amaca. Sul letto, naturalmente, o dentro il letto. Puoi anche metterti a testa in giù, in posizione yoga, col libro capovolto, si capisce.

L'obiettivo è troppo alto e non possiamo lasciarcelo sfuggire, non possiamo rinunciare a percepire quel profondo fertile solco che la lettura pre-digitale lascia in noi.

Seguiamo pure e inseguiamo le novità informatiche, leggiamo e pubblichiamo e-book quando argomento e destinatari necessitano di informazioni o indicazioni di

progettualità da consumarsi all'istante, impariamo ad usare strumenti multimediali sempre più raffinati e a prova di utente non pensante, accettiamo pure questa che è la competizione più ardua per l'autostima di un nativo "cartaceo". Ma allo stesso tempo viviamo la lettura orizzontale come esperienza caratterizzante, segno raffinato della nostra adultità.

Potremmo anche contagiare qualche nativo digitale...

Al lettore

Articolato in 12 "quadri situazionali", il testo presenta fondamenti e principi teorici dei padri fondatori della psicologia umanistica e del counseling, esemplificati nella loro forza risolutiva e concreta, per offrire l'opportunità di riflettere sulla comunicazione e sulle relazioni, intrapersonale e interpersonali.

Il filo conduttore è la necessità di un'accettazione consapevole di eventi e situazioni che si oppone ad una impegnativa quanto inefficace e pregiudiziale resistenza al cambiamento, è l'ottimistica tenace convinzione che ad ognuno "è" data una dimensione di grande energia, la tendenza attualizzante, come Carl Rogers l'ha definita, che volge ciascuno verso il proprio autentico Benessere.

L'ascolto attivo e profondo, l'accettazione di noi stessi e dell'altro, l'identificazione dei punti nodali che definiscono il proprio modello di vita o talvolta il proprio disagio, per intraprendere il cambiamento sono strategie peculiari del counseling, caratterizzato da quell'astenersi del counselor, nei confronti della persona richiedente aiuto, sempre e comunque dal giudizio e che in tempi ragionevolmente brevi la aiuta a ri-trovare risorse che credeva definitivamente perse, ad individuare possibili diverse soluzioni al suo

problema, quando credeva di non aver neppure una via d'uscita.

In dodici "quadri situazionali" di vita quotidiana, dunque, un omaggio a chi ama dialogare con sé, un'occasione per chi vorrebbe riappropriarsi di una sua dimensione del vivere, rallentando la corsa per trovarsi o ri-trovarsi.

Chi è sensibile al bisogno di conoscersi, di gestire con autenticità la comunicazione con gli altri e le relazioni, chi è desideroso di fare chiarezza su quanto e quando sia veramente libero e quante volte, proprio alla ricerca della libertà, si autolimita, con pensieri e convinzioni così ben stratificate che restano inamovibili o si lascia condurre da potenti richiami esterni, spero troverà qui positivi "indizi" a vivere con leggerezza d'animo le mutevoli dissolvenze della realtà.

Mi auguro altresì di incontrare l'attenzione di chi, operando in ambito educativo, formativo o del counseling, sperimenta ogni giorno l'efficacia di nutrire l'autostima, individuando le proprie risorse interiori, in particolare nei momenti difficili.

Qualunque sia la motivazione che l'ha condotta, lettore, a sfogliare queste pagine, curiosità, convinzione o il caso, voglio immaginare che, impigliandosi in un rigo, in una frase, in un dettaglio, lei provi il gusto della riflessione su di sé in una modalità assolutamente e squisitamente personale, potenzi la

capacità di gestire imprevisti e difficoltà e più ancora di esaltare ogni momento di intensa, profonda gioia che la vita le riserva.

Vivere i repentini cambiamenti del mondo, del contesto e delle relazioni è possibile, l'autorealizzazione è possibile, la conquista di autentica adultità è possibile, quando si fonda sull'accettazione, di sé, dell'altro e del cambiamento.

A lei che sta leggendo, affido non un ricettario, né un magico manuale risolutivo, bensì la certezza che il senso e la qualità della vita di ognuno sono conquista di un apprendimento continuo, esito benefico di una scomodità costante.

*Grazie, sarà bello incontrarci di nuovo,
gm*

Primo quadro situazionale: siamo tutti educatori?



Che pedagoghi eravamo, quando non ci curavamo della pedagogia!

È affermazione di Daniel Pennac (*Come un romanzo*, Feltrinelli, '93 pag. 15) sferzante, ironica e che di certo, a mio avviso, ha un pregio rarissimo, quello di conquistare l'approvazione persino del pedagogo convinto e autorevole. Oltre che per le sue indiscutibili capacità narrative, Pennac ci conquista per l'atteggiamento con cui si dispone a trattare lo spinoso problema del piacere della lettura, in particolare negli adolescenti, che è appunto il tema del suo *Come un romanzo*. Non potrebbero sentirsi offesi i pedagoghi, e credo neppure i pedagogisti, come non ci sentiamo offesi noi educatori, docenti, genitori, counselor che ci occupiamo di adolescenti e di mediazione familiare e spero nessun adulto, perché l'affermazione non è negazione di noi né del nostro ruolo, è un immediato ridare luce e brillantezza con una passata leggera a ciò da cui sarebbe opportuno non distaccarsi mai: il naturale e semplice *buon senso*. È il buon senso che guida noi adulti ad avvicinarci al bambino o all'adolescente con la modalità appropriata, è il buon senso che ci suggerisce che per prima cosa sta a noi cercare di comprenderlo, di capirlo per poterlo aiutare, è il buon senso che ci ferma quando stiamo per legiferare o, peggio, per condannare, presi da

raptus di collera e rabbia, per quanto umanamente giustificabili e comprensibili.

E da questo atteggiamento, volto a capire il bambino, il ragazzo o il giovane, o il nostro interlocutore emerge un meraviglioso mondo nel quale l'adulto vede e riconosce i propri errori ed anche i suoi punti di forza in quel rapporto mai semplice tra educatore ed educando e ogni giorno più complicato.

In questo mondo abita anche la condizione speciale appunto del rapporto con la lettura. Nel mondo dell'immagine, l'adolescente è portato a dedicarsi a tutto fuorché alla lettura eppure a scuola e a casa il "tormentone" è rimasto identico a quello di quaranta anni fa: *Leggi, perché solo leggendo poi ti vengono le idee. Come puoi scrivere correttamente se non leggi? Io alla tua età...* Forse è meglio fermarci, perché alla loro età, cioè quella degli adolescenti di oggi, forse anche molti degli adulti di oggi consideravano la lettura alla stregua di una tortura. Pennac rispolvera il bellissimo e fruttuoso rapporto che con il libro invece hanno in genere i bambini, quegli stessi che poi adolescenti sul libro si addormentano e constatiamo con lui che la magia del libro per il bimbo è tutta nella condizione e nel come viene letto: quel libro, ogni giorno o forse ogni sera prima di addormentarsi è il momento più bello e più sereno che vive con il suo papà o con la sua mamma, il libro è uno strumento che accende i suoi sentimenti, anima di avventure i suoi pensieri e rassicurato da chi gli vuol

bene si sente capace di lottare contro l'Orco, i mostri, ed ogni pericolo... Certo, il tutto è solo metafora, ma di grande e prolungata efficacia.

E per l'adolescente? Chiediamo al buon senso e ci aiuterà ancora una volta: perché non la smettiamo di decantare la lettura e di osannare gli autori come fossero perfetti e invece lasciamo a lui un qualche spicchio di libertà per raccontarci anche che quel libro proprio non gli piace, non riesce a continuare a leggerlo, ed è fermo a pag. 7. Partiamo da lì, lasciamogli dire la sua e solo dopo con garbo aiutiamolo a scoprire altro, a notare ciò che gli è sfuggito, a dirgli che cosa noi invece abbiamo provato e proviamo ogni volta che rileggiamo lo stesso libro. Il libro è sempre lo stesso, ma noi siamo ogni volta diversi e diversamente ce ne nutriamo... ed ecco stupenda proposta di Daniel Pennac, da fare nostra (e vi assicuro: Funziona!)

I Diritti Imprescrittibili del Lettore

1. Il diritto di non leggere
2. Il diritto di saltare le pagine
3. Il diritto di non finire un libro
4. Il diritto di rileggere
5. Il diritto di leggere qualsiasi cosa
6. Il diritto al bovarismo (malattia testualmente contagiosa)
7. Il diritto di leggere ovunque
8. Il diritto di spizzicare
9. Il diritto di leggere a voce alta
10. Il diritto di tacere

E se noi adulti tenessimo presente che con queste stesse modalità possiamo alimentare una leale comunicazione tra generazioni, noi tutti, come d'incanto avremo vicino... un alleato che sa giovare della lettura come di un viaggio verso se stesso. Ed è questo che più ci motiva.

L'efficacia del saper attendere

Nel mondo del *tutto e subito*, della comunicazione in *tempo reale*, in cui organizzarsi significa *affrettarsi e correre* più degli altri per raggiungere ogni giorno obiettivi che non raramente rispondono a *bisogni indotti*, un mondo in cui del tempo abbiamo fatto il nostro tiranno, senza pause neppure nei momenti di svago, persino l'idea di attendere suona ironica, addirittura blasfema per i cultori dell'efficienza e dell'efficacia ad ogni costo.

Eppure, proprio per ottenere una maggiore efficacia, occorre non solo e non tanto attendere, quanto il *saper attendere* e dunque, per saperlo fare, come per qualsiasi competenza, occorre che sia un nostro consueto comportamento, una nostra modalità di conoscere e conoscerci, affinata e migliorata nel tempo da ripetute esperienze.

Molti esempi in tale direzione ci rassicurano che quello che può sembrare un "perdere tempo" è in realtà un guadagno di qualità ed efficacia in situazioni di estrema rilevanza, come nell'educazione e nella didattica. Un esempio è la pedagogia della lumaca, così presentata da Gianfranco Zavalloni:

Sapremo ritrovare tempi naturali? Sapremo attendere una lettera?

Sapremo piantare una ghianda o una castagna sapendo che saranno i nostri pronipoti a vederne la maestosità secolare?

Sapremo aspettare?

Sono tante le domande alle quali, a partire dalla mia esperienza di maestro, di dirigente scolastico e di volontario nell'associazionismo, cerco di dare risposte ed ecco il senso di questo sito: si tratta di intraprendere - a mio avviso - un nuovo cammino educativo. Cari genitori, insegnanti, educatori (e tutti coloro che ruotano attorno al mondo della scuola e della educazione) cominciamo a "riflettere insieme" sul senso del nostro tempo educativo e sulla necessità di adottare strategie didattiche di rallentamento. Lento è bello!

<http://www.pedagogiadellalumaca.org>

Recentemente in un incontro del Corso *Genitori in ... atto*, a genitori ansiosi di prendere le opportune decisioni, di rispondere alle incalzanti esigenze dei figli con immediatezza, ho proposto una breve sequenza filmica, 2' 29'' in totale, dal film *Ray*, diretto da Taylor Hackford, interpretato da Jamie Foxx, un film sulla vita del cantante Ray Charles, scomparso qualche mese prima dell'uscita della pellicola nelle sale americane, nel 2004.

Il tema del nostro incontro era "Il valore dell'attesa: il genitore guida e sostegno"; le immagini che scorrevano sullo schermo, così forti da com-muovere e coinvolgere ogni genitore, hanno avuto una efficacia immediata e significativa quanto nessun discorso per quanto rigoroso avrebbe mai consentito.

Quell'interminabile momento in cui lì davanti ai loro occhi di impotenti spettatori in quella stanza piena di pericoli erano un bambino in grave

difficoltà e una madre ferma e silenziosa, apparentemente sorda alle richieste di aiuto, è stato perfetto per comprendere che proprio l'unico modo per aiutare il figlio a crescere era quel difficilissimo non intervenire, di fatto comunicando: "Hai cinque sensi, perché ne vuoi usare solo uno?" La mamma che vive con intensità il dramma del figlio ormai impossibilitato dalla malattia a vedere, non intervenendo a guidare il bimbo impaurito e solo in mezzo alla stanza, lo induce a cercare oltre il buio, oltre la vista, a spostare la sua attenzione sui suoni che dall'ambiente gli giungono, ad attivare le sue energie dal canale sensoriale visivo a quello uditivo e poi cinestesico, permettendogli la conquista di autonomia e libertà.

Per i genitori presenti è stata un'esperienza importante, indelebile anche a distanza di tempo, un'esperienza che ci ha permesso di comprendere quanto sia importante imparare a leggere il comportamento del figlio e come possiamo essere capaci di un'opera di re-incorniciamento, ristrutturazione essenziale nel ruolo di educatore nel quale ci riconosciamo, proprio per aiutare il figlio a vedere e intendere la propria situazione o condizione, qualunque essa sia, con altre angolazioni.

Con queste riflessioni abbiamo restituito valore al tempo, ci siamo tutti sentiti desiderosi e in grado di procedere con la calma e la lentezza necessarie soprattutto di fronte a scelte importanti, un po' più liberi dall'ansia e dalla fretta.