

ASPETTI PSICO-SOCIALI NELLA FORMAZIONE DELL'INDIVIDUO:

UN APPROCCIO OLISTICO ALLA PERSONA PER UN RECUPERO DELLA SUA MULTIDIMENSIONALITÀ

di Mara Predicatori

1. Presupposti metodologici

All'inizio del Novecento, sociologia e psicologia si sono affrontate sulla contrapposizione individuo-società considerati da ognuna di queste discipline come autonomi ed esistenti per se stessi. Per gli psicologici la società era un fantasma privo di realtà: reale era solo l'individuo e il suo modo particolare di relazionarsi alla vita collettiva; viceversa, per i sociologi, la società era una realtà trascendente che non poteva identificarsi con la somma delle condotte individuali. In ambito psicologico, si riteneva che le strutture cognitive dell'individuo avessero un'origine psico-individuale e che, dunque, traessero origine dai *processi elaborativi-creativi attuati dall'individuo in base alle proprie esperienze, percezioni sensoriali, bisogni, motivazioni ecc¹*; sociologi ed antropologi ritenevano, invece, che le origini delle categorie mentali degli individui fossero di matrice socioculturale, ovvero fossero il prodotto dell'elaborazione e acquisizione passiva – attraverso processi di socializzazione ed inculturalizzazione - di modelli e ruoli sociali preconfezionati, elaborati e sedimentati nel DNA della cultura in cui l'individuo veniva a collocarsi. A seconda che si accettasse l'una o l'altra di queste ipotesi, tutta la realtà psichica si spiegava o partendo dall'individuo o partendo dalla società. E' evidente come a queste concezioni sottendevano dei vizi impliciti risolvibili solo mediante un'integrazione delle rispettive visuali. Il limite della sociologia risiedeva, infatti, proprio nel non cogliere, come invece faceva la psicologia, il ruolo attivo dell'individuo. Egli non può, infatti, essere inteso solo come passivo assimilatore della realtà già preparata per lui dal sociale, ma anche e contemporaneamente come costruttore e ristrutturatore egli stesso della società. Al contrario, la psicologia avrebbe dovuto prendere atto del contributo della sociologia e assumere che l'individuo, lungi dal vivere in un sistema chiuso e definibile una volta per tutte, si trova ad interagire con un sistema sociale complesso che per molti versi lo determina.

L'interazione permanente tra lo psichico e il sociale è stata ed è, in verità, colta da una disciplina intermediaria come la *psicologia sociale* che ha lo scopo di studiare l'influsso delle strutture sociali sui comportamenti individuali e di gruppo e, al contempo, l'influenza della mentalità degli individui

¹ E. Cheli, *Frammentazione e globalità nella scienza, nella cultura e nella mente*, saggio inedito.

di una società sulla sua organizzazione interna. Tuttavia, fatte le dovute eccezioni, la psicologia sociale sembra sbilanciata verso un'impostazione psicologista per cui si privilegia una lettura del comportamento sociale in termini prettamente individuali². Solo qualche autore isolato come Kurt Lewin prima e Moscovici poi o alcune scuole di pensiero come quella psicologica della *Gestalt* e quella sociologica della fenomenologia, hanno iniziato intorno agli anni '50 a portare avanti un tentativo d'ibridazione, spesso non del tutto consapevole, tra le due discipline. E' con esse che si mette concretamente in evidenza la biunivocità intercorrente tra individuo e società. Per fare un esempio, tra i pregi più significativi della teoria gestaltica vi è quello di aver dimostrato che i fenomeni umani sono psicologici, fisiologici e sociologici ad un tempo, che l'individuo non va più isolato come oggetto di studio, ma va colto "in situazione", ovvero nella relazione che instaura con il suo ambiente familiare e sociale. Nell'analisi dell'individuo e del comportamento umano, i fautori di questo approccio ritenevano fondamentale procedere esaminando la totalità di un evento in senso fenomenologico, ripudiando l'analisi di elementi a sé stanti. Indispensabile era spostare l'interesse dalla monade isolata dell'individuo al contesto, alla relazione che questo instaura inevitabilmente con l'altro poiché, essendo l'uomo un essere sociale, i suoi processi psicologici si trasformano, si accrescono, in base alla capacità di percepire, relazionarsi e paragonare se stesso in rapporto agli altri. Di fatto però, il sincretismo tra assunti psicologici e sociologici avvenne per lo più in modo implicito, non espressamente dichiarato, impedendo così che vi fosse un'effettiva apertura tra i due diversi approcci. La dialettica ancora oggi in atto - seppure in modo meno oltranzista - su quale delle due dimensioni vada considerata prioritaria, non ha così ancora trovato una sua piena risoluzione. Eppure, come fa notare Enrico Cheli, per uscire dall'*empasse* causato dalla apparente irriducibilità dei due approcci, basterebbe riformulare il problema "all'interno di un quadro di riferimento diverso, *multidimensionale* e imperniato sulla *circolarità causale* e sull'*interdipendenza* delle parti, quale quello sistemico"³.

Il modello sistemico-cibernetico nasce intorno agli anni '70 come approccio capace di superare il riduzionismo ed il meccanicismo proprio del paradigma culturale imperante con un approccio globale. Con "approccio globale" s'intende far riferimento ad una metodologia d'indagine che, ben lungi dal sezionare la realtà per ricavarne delle variabili presumibilmente oggettive, tende a spiegare i rapporti di interdipendenza tra i micro e i macro livelli di un *sistema* inteso come un *tutto* costituito da elementi mutualmente interdipendenti. In un'ottica olistica (*olos* in greco significa il tutto, l'intero) l'individuo va visto, infatti, come un sistema complesso ed interconnesso costituito

² E. Cheli, *La realtà mediata. L'influenza dei mass media tra persuasione e costruzione sociale della realtà*, Franco Angeli Editore, Mi, 1996, p.14.

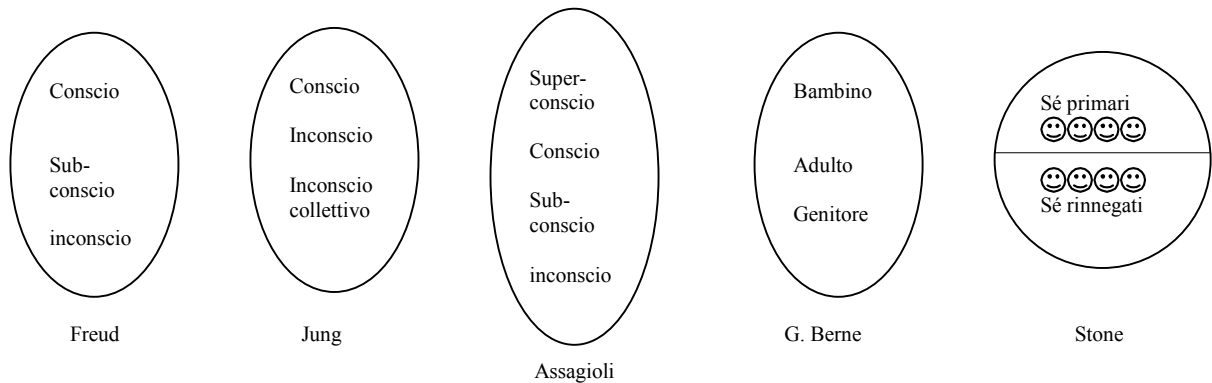
³ *Ibidem*, p. 22

da varie dimensioni (corporea, mentale, spirituale, emozionale), da un notevole numero di subpersonalità e da una serie di ruoli e maschere sociali da assumere in modo assolutamente vario nelle sue interazioni. Conoscere l'uomo vuol dire dunque penetrare nel fitto meandro di realtà diverse che costituiscono il suo micromondo; ma significa anche rapportare e attribuire un senso a questo mondo, prendendo atto che egli non è una monade indistinta auto-determinatasi, ma un sottosistema inserito nel contesto familiare prima e sociale poi. Per accrescere la comprensione e la conoscenza dell'individuo e delle dinamiche interpersonali che danno forma alla sua esistenza, occorre ampliare l'angolo d'osservazione e mostrare agilità nel passare da un livello d'analisi micro ad una macro. Occorre prendere atto della complessità del reale e dell'individuo come essere multidimensionale che si "forma" e si struttura sulla base di una molteplicità di fattori di ordine fisico-biologico, psicologico e sociale. Analizzare l'individuo e il suo comportamento vuole dire, in sostanza, considerarne le dinamiche intrapsichiche, interpersonali e sociali e rilevare i punti di contatto ed interconnessione tra psicologia individuale, contesto situazionale, relazioni sociali e modelli culturali di riferimento. Una ricerca che tenda a ridurre la complessità fenomenica ad una sola di queste variabili, rischia di sovrapporsi in modo riduttivo alla realtà deformandone l'essenza. Le scienze sociali ed umanistiche, per il loro carattere eminentemente ermeneutico, dovrebbero a nostro avviso adottare un approccio multidisciplinare in grado di restituire la realtà nelle sue diverse sfaccettature.

2. L'uomo: essere multidimensionale

L'espressione popolare "è un uomo tutto d'un pezzo" serve bene ad esemplificare un modo di pensare comune che vuole l'individuo sostanzialmente "integro", facilmente definibile una volta per tutte, senza parti in "ombra" e, dunque, perfettamente intelligibile nei suoi comportamenti e pensieri. Di fatto, il relativismo imperante nella cultura del Novecento -dalla messa in crisi della matematica euclidea al vacillare del caposaldo del determinismo, dalla genesi della psicanalisi alla meccanica quantistica – ha aperto una crepa nel paradigma meccanicistico imperante sia nelle scienze della natura sia in quelle dello spirito tale da allargare le prospettive ad una visione più complessa ed articolata della realtà, che lascia margine anche ad una visione sfaccettata dell'individuo. Già agli inizi del '900, infatti, con Freud si prefigurò un primo modello multidimensionale della persona, introducendo l'idea di una pluralità di livelli di coscienza nell'individuo: il conscio, il preconscious e l'inconscio. Con la psicanalisi si ebbe, così, un primo ridimensionamento dell'idea di una soggettività unica e consapevole, e si gettarono le premesse per la formulazione di teorie (cfr.fig.) in cui l'individuo era visto come una stratificazione di parti

sostanzialmente diverse -sebbene interagenti- ognuna delle quali con un ruolo particolare nell'articolazione della personalità.



Jung, ad esempio, ampliò lo spettro prefigurato da Freud introducendo il concetto d'inconscio collettivo, una sorta di collettore d'archetipi comune a tutta l'umanità e costitutivo di una parte sostanziosa della nostra psiche. Assagioli e Maslow ebbero il merito di suggerire l'idea di un super-conscio, sede di talenti e potenzialità a cui l'individuo può accedere mediante un lavoro di autoconsapevolezza e di accrescimento del proprio conscio, che farebbe da contr'altare agli aspetti ombra del sub-conscio. Negli ultimi anni, a concepire l'individuo come un coarcevo di subpersonalità ognuna con i propri bisogni e le proprie modalità espressive, sono stati i coniugi Stone. Essi, rispettosi di ogni singola "voce"⁴ che dialoga in noi e con noi per fare richieste, muovere critiche o chiedere attenzioni, hanno addirittura studiato una tecnica terapeutica in cui portare a livello conscio il dialogo tra le diverse sub-personalità. Come soggetti singoli nella comunità che alberga dentro di noi, queste sub-personalità sono invitate a parlare con il terapeuta come portatrici di un loro specifico messaggio, che prescinde da ogni coerenza intellettualistica e da ogni idea statica di personalità. Ognuna di loro è depositaria di caratteri particolari, di pensieri, di sentimenti che ne fanno una delle tante personalità distinte che sfaccettano il nostro carattere.

2. A prescindere dai singoli contributi e approcci interpretativi e terapeutici, l'idea dell'individuo come essere multidimensionale si fa spazio progressivamente nelle coscienze dei contemporanei. Nelle riviste, alla TV, nell'eloquio quotidiano ormai si fa avanti una nuova cultura. Emersa dal repentino rifiuto del paradigma iper-razionalistico e meccanicistico portato avanti dai movimenti di controcultura degli anni '60-'70, essa è riuscita lentamente a penetrare nella coscienza delle persone riabilitando valori dell'individuo fino allora trascurati come quello della corporeità, emozionalità,

⁴ Il metodo terapeutico degli Stone prende il nome di Voice Dialogue appunto perché essi ritengono esserci in noi tante voci quante sono le sub-personalità che ci costituiscono.

affettività ecc. Il così detto uomo nuovo, l'uomo della nuova era⁵, è volto al pieno sviluppo delle potenzialità umane intese in senso allargato. Nella nuova visione emergente si fa spazio una concezione integrata dell'individuo che include oltre alle capacità strettamente cognitive, anche quelle senso-motorie, comunicativo-relazionali, emozionali, artistiche ecc. Le quattro dimensioni fondamentali dell'essere, corpo-cuore-mente-spirito, hanno trovato addirittura una sigla per meglio e più velocemente essere indicate: FEIS - *Fisico, Emozionale, Intellettuale, Spirituale*. In alcune scuole di pensiero d'impronta olistica, si persegue uno sviluppo integrato e coerente di ciascuna di queste dimensioni e si praticano affascinanti metodi d'autoconoscenza e sviluppo della persona umana. Rispetto al vecchio modello dicotomico di essere umano diviso in mente e corpo, nel modello olistico-psicosomatico proposto da queste scuole, la persona, nella sua unità, unicità e totalità è concepita come il risultato di una coerente comunicazione neurochimica tra le diverse parti che la costituiscono. La psicosomatica olistica, ad esempio, considera che "ogni trauma fisico, emozionale, psichico o sociale si concretizza in un blocco della comunicazione fisica-energetica (metabolica) nel corpo e in una parallela inibizione della comunicazione emozionale mentale (neuro-psicologica) che si riflette in un blocco esteriore nella comunicazione interpersonale sessuale, affettiva o sociale"⁶. In senso più generale, si ritiene che quando l'essere nega l'esistenza di suoi bisogni, pulsioni e istinti, le parti rinnegate diventano un lato ombra che tenderà a manifestarsi con disturbi psicosomatici, critica contro gli altri e patologie. L'"ombra" incomberà sull'individuo alterando la funzionalità dei diversi apparati organici; darà adito a processi di retroflessione per cui, ad esempio, l'aggressività repressa tenderà a ritorcersi contro il soggetto stesso o, ancora, si manifesterà sotto forma di difficoltà di relazione quando gli sfuggiranno atteggiamenti inconsci legati a quel lato. Per queste scuole di pensiero, l'integrità psicofisica potrà dunque essere riconquistata solo con una (ri)scoperta della totalità del sé e con il recupero di una coerente comunicazione tra le parti. Workshop, seminari esperienziali, psicoterapie ecc. si offrono come un'occasione per lavorare su se stessi, educarsi alla consapevolezza e avviare uno sviluppo armonico del potenziale umano. Tuttavia, occorre rimarcare che, anche al di fuori dei ristretti circoli di cultura olistica, va gradualmente affermandosi il convincimento che la qualità della vita personale e sociale di ciascuno, può trarre giovamento da una migliore "organizzazione" ed integrazione della personalità. Con il *tamtam* informativo della società delle grandi comunicazioni, non s'infiltrano nelle coscienze degli utenti solo modelli consumistici e edonistici, ma sono veicolati anche alcuni di quegli ammiccanti assunti della ricerca scientifica che invitano a

⁵ Cfr. E. Cheli, *L'età del risveglio interiore. Autoconoscenza, spiritualità e sviluppo del potenziale umano nella cultura della nuova era*, FrancoAngeli, Milano, 2001

⁶ N. F. Montecucco, "La comunicazione globale. Principi generali e modelli", in E. Cheli (a cura di), *La comunicazione come antidoto ai conflitti*, Punto di Fuga editore, CA, 2003, p. 113.

potenziare aspetti fino ad oggi ritenuti accessori se non volutamente respinti dalla società come, ad esempio, l'universo dell'affettività.

Numerosi sono gli studi orientati ad individuare nell'affettività uno dei costituenti più rilevanti della persona, e ad evidenziare come le emozioni sono alla base di una vasta gamma d'operazioni cognitive. Se nel paradigma culturale dominante si sosteneva l'idea che la mente funziona come un computer, una sorta di neutrale calcolatore logico, a partire dagli anni '80 si affermano nelle scienze nuovi modelli teorici che prevedono la distinzione tra due diversi tipi di intelligenza: quella intellettuale e quella emotiva, ciascuna delle quali rappresenta l'espressione di aree distinte del cervello⁷. Già nel 1983 Howard Gardner, operando la distinzione fra capacità intellettuali ed emotive, presentò un modello di "intelligenza multipla" che individuava sette tipi d'intelligenza: abilità verbali e logico-matematiche, spaziali, cinestetiche e musicali, interpersonali e intrapersonali. Successivamente, Gardner estese fino a venti la lista delle varietà d'intelligenza comprendendo, ad esempio, quattro tipi d'*intelligenza interpersonale*: predisposizione alla leadership, capacità d'alimentare relazioni e di conservare le amicizie, l'abilità di risolvere conflitti e quella d'analisi sociale. La nozione d'intelligenza emotiva, già descritta da Howard Gardner nelle due forme, intrapersonale e interpersonale, è stata ulteriormente sviluppata nei suoi molteplici componenti e conseguenze pratiche da Daniel Goleman. Egli, con il termine intelligenza emotiva, si riferisce alla "capacità di riconoscere i nostri sentimenti e quelli degli altri, di motivare noi stessi, e di gestire positivamente le nostre emozioni, tanto interiormente, quanto nelle relazioni sociali"⁸. Le così dette *competenze personali* (la capacità di cogliere i diversi aspetti della propria vita emozionale) e le *competenze sociali* (la maniera con cui comprendiamo gli altri e ci rapportiamo ad essi), sono abilità complementari ma differenti dall'intelligenza, ossia da quelle capacità meramente cognitive rilevate dal Q.I., che rappresenta l'indice generale delle abilità cognitive possedute dal soggetto.

Questa rapida elencazione di teorie e nuovi punti di vista sulla multidimensionalità dell'individuo, nell'economia del testo è servita a mettere in evidenza come complessità e multidimensionalità sono le qualità che contraddistinguono la natura composita ed articolata dell'essere umano. Coscìo, inconscio, mente, cuore, corpo, spirito, intelligenza emotiva e intellettuale, emozioni e logos sono forse solo alcune delle numerose costellazioni di un cielo ancora tutto da scoprire, e per la cui analisi necessita un approccio complesso e globale. Perseverare in un pensiero disgiuntivo

⁷ La neocorteccia, ovvero il livello superiore del cervello di recente evoluzione, è sede del pensiero, mentre le aree sottocorticali più antiche sono sede dei centri emotivi

⁸ D. Goleman, *L'intelligenza emotiva*, Euroclub, Milano, 1996, p. 38.

che isola le variabili di conoscenza dal contesto in cui sono tratte e che riduce la conoscenza alla pura sommatoria delle singole parti negandone le interazioni reciproche, appare quanto mai controproducente. Solo mediante il recupero dell'insieme, del multidimensionale, del contesto si può sperare di pervenire ad una maggiore intelligibilità dell'essere umano, pur nella consapevolezza del limite insito in un processo di conoscenza che vede coincidere soggetto analizzato e analizzante.

4. Tra natura e cultura: impronta genetica e processi di socializzazione

Ogni individuo ha una propria impronta genetica. Il suo temperamento è cioè in parte determinato da fattori congeniti (ereditari), fattori ormonali ed anatomici che sono alla base della sua struttura fisica. Alcune capacità fondamentali che distinguono l'uomo dagli animali sono certamente depositate nel suo patrimonio genetico. Già nel feto che cresce nel ventre materno e che si sviluppa progressivamente nel corso del processo di crescita dell'organismo, sono contenute potenzialmente varie capacità. Esse, comunque, per essere attivate e manifestarsi concretamente, hanno bisogno che intervenga a plasmarle e modificarle, favorirle o ostacolarle, il processo di socializzazione. I geni da soli non bastano a definirne il comportamento. Come già si è avuto modo di dire, l'ambiente familiare e sociale in cui l'individuo s'inserisce completa le strutture organiche di base e determina i caratteri specifici degli individui. Si può dunque affermare che la dotazione congenita originaria condiziona, ma non determina, lo sviluppo delle capacità individuali e che la realtà d'ogni uomo è ad un tempo espressione di un'eredità genetica e di una costruzione sociale. Le strutture mentali dell'individuo, il suo pensiero, sono condizionate dall'essere egli un membro della società che, attraverso i processi d'inculturazione e socializzazione lo determina nelle credenze, valori, regole, atteggiamenti, ruoli condivisi con i membri della società cui appartiene e che gli garantiscono un'efficiente partecipazione alla vita del gruppo sociale. L'impronta psichica di base del neonato, viene a plasmarsi e per certi versi a snaturarsi⁹ nel processo di crescita. Come scrivono con estrema chiarezza e lucidità i coniugi Stone assimilando assunti comportamentismi, “nel nostro processo di sviluppo veniamo premiati per certi comportamenti e puniti per altri; pertanto alcuni sé risultano rinforzati ed altri indeboliti”. La nostra personalità in pratica, si struttura progressivamente (secondo gli impliciti assiomi della funzione adattativa del comportamento e dell'utilitarismo insito in ogni forma d'interazione) in modo tale da evitare esperienze sgradevoli e stabilire una qualche forma di controllo sull'ambiente, sì da difendere la propria intrinseca vulnerabilità e fragilità. Le parti di noi che per prime si sviluppano sono pertanto quei sé - o subpersonalità – che assomiglino alle personalità dei membri della nostra famiglia o ai valori culturali della società in cui viviamo. Il

⁹ L'individuo, infatti, nel processo di strutturazione della propria psiche tende a sviluppare i sé rinforzati positivamente e a rinnegare quelli che sono stati puniti perdendo, di fatto, la possibilità di sviluppare determinate sue potenzialità che vengono rilegate nell'inconscio da cui operano subdolamente boicottandoci in alcune esperienze di vita.

protettore/controllore in noi, uno dei principali sé primari, incorpora le ingiunzioni parentali e sociali stabilendo una serie di norme che garantiscono al soggetto *conformità sociale*, fonte di sicurezza e d'accettazione da parte degli altri.

Ma quali sono le tappe fondamentali del processo di socializzazione? L'individuo si predispone a livello affettivo-interpersonale già a partire dalle esperienze primarie (imprinting) di comunicazione-relazione madre/figlio fetale e infantile. La sicurezza affettiva è, infatti, uno dei bisogni primari del bambino che, se adeguatamente garantita, permette all'individuo di acquisire una fiducia base nei confronti del mondo. In seguito, nella strutturazione del suo sé, sarà fondamentale il confronto con la figura paterna percepita solitamente come figura "normativa" e come "oggetto di competizione". Questo rapporto è essenziale per la conquista da parte del bambino di uno stadio d'"autonomia", e avrà un ruolo decisivo sul modo in cui da grande egli saprà autogestirsi e affermare le proprie qualità. Successivamente, l'individuo troverà conferme o disconferme nelle relazioni interpersonali d'amicizia e sessuali alla norma rappresentata dalla coppia genitoriale. Egli, considerando se stesso dal punto di vista degli altri, giungerà ad una precisa concezione del sé e acquisirà progressivamente una serie d'abilità sociali. Naturalmente, in questo processo, numerose potranno essere le "distorsioni" e comunque, il processo di socializzazione non si concluderà con una raggiunta maturità sociale. Nel corso della vita di un individuo esistono, infatti, fasi e passaggi che prevedono un continuo mutamento di valori e norme. Il soggetto rimane aperto al mutamento. Ciò che ci preme dire è che se è vero che "la grande plasticità del cervello durante l'infanzia implica che le esperienze fatte durante quegli anni possano avere un impatto duraturo sulla formazione delle vie neuronali."¹⁰, è anche vero che "con uno sforzo prolungato, le inclinazioni emotive restano malleabili per tutta la vita, anche a livello neurale"¹¹. In particolar modo, l'intelligenza emotiva che, come abbiamo detto ha una rilevanza eccezionale nell'impatto che abbiamo con il mondo, a differenza del QI, può essere potenziata per l'intera nostra esistenza. Essa, infatti, tende a svilupparsi in proporzione alla progressiva consapevolezza degli stati d'animo, alla capacità di contenere le emozioni che provocano sofferenza, al maggiore affinamento dell'ascolto e della sensibilizzazione empatica. D'altra parte, "la stessa psicoterapia - ossia il ri-apprendimento sistematico di emozioni normali - mostra in che modo l'esperienza possa modificare le inclinazioni emotive innate e forgiare il cervello"¹². In sintesi, i modi in cui le potenzialità intrinseche alla nostra l'impronta psichica si esprimono, dipendono in gran parte da ciò che sperimentiamo, apprendiamo e assimiliamo mentre cresciamo. E, di fatto, rimaniamo permeabili alle influenze esterne per tutta la

¹⁰ Ibidem, p. 261

¹¹ Ibidem, p. 264

¹² Ibidem, p. 265.

vita. Ciò fa sì che le nostre capacità emotive innate non siano definitive e possano anzi essere soggette a miglioramento con un giusto apprendimento.

5. Crescita disarmonica: carenze affettive e squilibri formativi

Una lunga serie d'esperienze-comunicazioni negative delle emozioni costella la vita di tutti noi. Dolori, paure, tristezze, rabbie trattenute, frustrazioni, sgridate, oppressione emotiva in famiglia, conflitti con i genitori, gli amici ecc. rappresentano un humus non certo positivo per la nostra crescita. Un cattivo processo di socializzazione nell'infanzia e nell'adolescenza è, infatti, diretta conseguenza di patologie che si presentano in età adulta. La prima agenzia di socializzazione è indubbiamente la famiglia di cui non si può sottovalutare l'importanza sulla crescita del soggetto, l'organizzazione della sua personalità e le modalità che avrà in futuro di relazionarsi agli altri e al suo ambiente. Gli psicanalisti hanno dimostrato incontestabilmente l'importanza degli scambi emozionali che si effettuano – o dovrebbero effettuarsi – tra il neonato e l'adulto da cui dipende. Alla base della carenza di “fiducia di base” negli adulti, va ricondotta secondo Erik Erikson, proprio ad un precoce abbandono nell'infanzia. In questo, la relazione diattica tra il bambino e la madre ha un ruolo decisivo, soprattutto nei primi tre mesi di vita dell'infante. Questo rapporto, fondato essenzialmente sulla necessità di garantire al bambino il soddisfacimento dei suoi bisogni essenziali, si basa sulla sicurezza affettiva. Essa è assicurata quando la figura di riferimento dimostra, prevalentemente con una comunicazione non-verbale idonea, una continua presenza di segnali positivi (scambi affettivi e gesti che lo consolano o lo acquietano). “La mancanza di una armonica comunicazione a questo livello o addirittura negativa (mamma fredda o triste, mancanza di calore in famiglia, padre duro, scuola rigida ecc.) porta ad un blocco di esperienza-comunicazione che influenzerà fortemente l'intera vita di relazione e sociale”¹³. R. Spitz, professore di psichiatria all'università del Colorado, ha dimostrato sperimentalmente che i bambini deprivati emozionalmente (bambino trascurato, maltrattato, frustrato o, al contrario, troppo viziato, soffocato da eccessive attenzioni) non hanno uno sviluppo normale presentandosi in molti casi inerti, atoni, non manifestando alcun interesse per il mondo che li circonda e presentano sovente un importante ritardo nel loro sviluppo intellettuale. Bambini caratteriali, ovvero bambini che non riescono ad integrarsi armoniosamente nell'ambiente familiare, scolastico e sociale a causa di un comportamento difficile se non decisamente aggressivo, sono solitamente stati soggetti a frustrazioni affettive precoci. Disturbi della condotta sono, infatti, associati frequentemente a casi di rifiuto o d'abbandono da parte dei genitori, maltrattamenti fisici, certi particolari tipi di

¹³ F.N. Montecucco, “La comunicazione globale. Principi generali e modelli”, in Enrico Cheli (a cura di), *La comunicazione come antidoto ai conflitti*, Punto di Fuga Editore, Cagliari, 2003, p. 121.

psicopatologia familiare o a stili educativi rigidi e contraddittori. Per Peter Schellenbaum, solo per fare uno dei tanti esempi che riporta in *La ferita dei non amati*¹⁴, all'origine della sofferenza di una persona depressa sottende sempre una precoce esperienza di amore negato o sbagliato e l'incapacità, da adulti, di rinunciare a ciò che era stato negato. La depressione altro non sarebbe che l'impronta di un'antica mancanza d'affetto difficilmente cancellabile e che, proprio perché retaggio di un vissuto lontano, resta sensibile ai processi evolutivi della nostra crescita emozionale. Quando un evento scatenante tocca il tessuto non cicatrizzato, la ferita si riapre e torna a sanguinare portando con sé la sintomatologia depressiva. Esperienze traumatiche avvenute nell'infanzia e nell'adolescenza tendono dunque a radicarsi nella struttura della personalità dell'individuo condizionandone le relazioni affettive future. Le esperienze pregresse fanno maturare nell'individuo una serie di strategie comportamentali che, avendo svolto una funzione adattativa positiva rispetto alla realtà in cui l'individuo era cresciuto, saranno tendenzialmente riproposte dall'individuo anche in situazioni in cui risulteranno fondamentalmente disfunzionali. Ciascuno di noi è in buona sostanza dotato di una sorta di programma che, andando in automatico, gli impedisce di sperimentare modalità diverse di relazione e vie di fuga rispetto al ripetersi sistematico di situazioni dolorose e capaci di richiamare alla memoria le antiche esperienze traumatiche. Infatti, non solo i soggetti tendono a rispondere agli stimoli esterni con la consueta modalità, ma tendono addirittura a ricreare in maniera coatta quei sentimenti d'abbandono che hanno pervaso la loro triste infanzia. L'individuo si dota di una sorta di copione comportamentale in cui imbriglia se stesso nel ruolo da sempre assunto, e invita l'altro a rappresentare la controfigura delle passate figure di riferimento. Ciò nonostante è da tenere presente che, come afferma Peter Schellenbaum, la ferita del non amato è la ferita dell'essere umano. Essa rappresenta la condizione esistenziale del genere umano. In quanto tale, questa ferita non può essere eliminata ma può essere mitigata in parte attraverso un lavoro su se stessi che porti a distaccarsi progressivamente dal desiderio di essere amati dai propri genitori. Solo attraverso questa rinuncia è per l'Autore possibile trovare la spinta per lo sviluppo e l'autonomia.

La famiglia può dunque diventare una sorta di fucina dei disagi emozionali e delle incompetenze relazionali degli individui. Di fatto, talvolta, può essere addirittura un catalizzatore della patologia. Come teorizza la Scuola di Palo Alto, comportamenti patologici (nevrosi, psicosi e tutte le psicopatologie in genere) sono sovente il prodotto del ripresentarsi sistematico di interazioni patologiche tra individui. Il comportamento schizofrenico, ad esempio, per P. Watzlawick, J. H. Beavin, D. D. Jackson è il prodotto d'interazioni familiari negative, caratterizzate da messaggi

¹⁴ Cfr. P. Schellenbaum, *La ferita dei non amati*, Edizioni Red, Novara, 2001.

contraddittori e paradossali. Quando un individuo è coinvolto in una relazione intensa ad alto valore di sopravvivenza fisico e/o psicologica con altre persone (situazione tipica della famiglia), e da qui provengono messaggi contraddittori se non esplicitamente paradossali cui il soggetto è impedito di sottrarsi (ad esempio attraverso la metacomunicazione), a questi non resta altro che rispondere con una condotta anomala poiché sollecitata da ingiunzioni auto-escludentesi. Il comportamento patologico è dunque una risposta a suo modo coerente, o almeno legittima, a situazioni che non lo sono nelle premesse. La pazzia non è, dunque, semplicemente il portato di un singolo individuo con sue anomalie congenite, ma il prodotto dell'interazione familiare. Malato non è il paziente, ma l'intero gruppo familiare in cui si esplicano modalità relazionali distorte.

In sintesi possiamo affermare che problemi più o meno seri a livello caratteriale sono favoriti se non espressamente indotti da una carenza in ambito familiare di maturità affettiva e comportamentale. Solo mediante un'adeguata crescita affettivo-relazionale della famiglia o per lo meno, mediante un recupero precoce dei soggetti in ambito scolastico, si potranno in seguito prevenire o almeno alleviare alcuni fondamentali "disturbi" e anomalie della condotta degli individui.

Tuttavia, un limite culturale più generale, determinato dai fondamenti stessi della nostra società, contribuisce a fomentare le problematiche che si attivano in ambito familiare dove, di fatto, la pratica educativa risente fortemente dello specifico quadro sociale di riferimento. La preminenza attribuita dalla nostra cultura al *logos*, alla ragione, ha fatto sì che nelle pratiche di vita s'inibissero le componenti affettive ed emozionali della nostra personalità. La stessa scuola si è fatta portavoce di una cultura mentalistica tesa esclusivamente all'accrescimento delle potenzialità intellettive; orientata a valorizzare l'efficienza e l'efficacia del quoziente intellettivo piuttosto che le intuizioni e la nostra intelligenza emozionale; a dare informazioni più che a stimolare la creatività e le potenzialità globali dell'individuo. Questo inevitabilmente ha portato con sé l'"indebolimento" delle parti trascurate, se non addirittura inibite, e ad una disarmonia tra mente/ cuore e mente/corpo che si riflette in un imperfetto dominio delle proprie emozioni e nella scorretta percezione del corpo (si pensi a tal proposito al proliferare di disturbi alimentari). All'avanzamento tecnologico della nostra società non ha corrisposto, al momento, un approfondimento e la capacità di saper valorizzare e potenziare gli aspetti comunicativo-relazionali della nostra esistenza. Il modello classico di educazione incentrato su aspetti meramente tecnico-nozionistici e materialistici dovrebbero dunque far spazio a un approccio più equilibrato in cui si tenga conto della natura più ampia e multidimensionale dell'individuo e delle competenze trasversali con cui egli può nutrire il proprio bagaglio formativo.

6. Una nuova prospettiva educativa

La sintesi qui riportata degli studi, ricerche e sperimentazioni che portano in evidenza la necessità di un approccio complesso all'individuo, si presenta come una premessa concettuale alla proposta di un approccio educativo che, prendendo atto della multidimensionalità dell'individuo, si articola in un sistema più completo capace di valorizzare non solo l'efficacia ed efficienza del QI ma anche le competenze emozionali essenziali per una migliore aderenza al reale. A nostro avviso, il ruolo istituzionale della scuola dovrebbe essere, oltre a quello di promuovere il raggiungimento di un maturo livello cognitivo, anche quello di facilitare a tutti gli effetti lo sviluppo delle competenze dell'intelligenza emotiva, indispensabile strumento per la partecipazione attiva ed efficace alla vita e all'interazione sociale. Sopperendo alle deficienze della famiglia, la scuola avrebbe l'obbligo di fornire gli strumenti per una crescita umana globale che integri in modo armonico le varie dimensioni dell'esperienza umana. Ad essa spetterebbe articolare un sistema d'educazione più completo e multidimensionale; promuovere un modello educativo non orientato semplicemente all'eccellenza intellettuale e all'abilità tecnica, ma anche volto a portare in luce l'*intelligenza personale* degli individui intesa come abilità intra e interpersonali. Le finalità educative dei nuovi programmi di cui ci facciamo promotori, riguardano l'acquisizione e il consolidamento delle competenze emotive relative alle cinque aree/dimensioni cui fa riferimento Daniel Goleman. E precisamente:

1. Consapevolezza di sé (conoscere in ogni istante i propri sentimenti)
2. Autocontrollo (gestire le proprie emozioni)
3. Motivazione (spronare e guidare se stessi al raggiungimento dei propri obiettivi).
4. Empatia (percepire i sentimenti degli altri, essere in grado di adottare la loro prospettiva).
5. Abilità sociali (gestire bene le emozioni nelle relazioni e saper leggere accuratamente le situazioni sociali).

Lo scopo è di permettere all'allievo di acquisire competenze base sufficienti a raggiungere la soglia critica necessaria per il successo scolastico/professionale e la realizzazione personale. Nella prospettiva di lavorare per massimizzare i talenti degli individui e portare alla luce il loro pieno potenziale, ci facciamo cioè promotori di un modello educativo in cui vengano valorizzate abilità che, fino ad oggi, gli individui hanno dovuto sviluppare in modo incoerente e non consapevole nella pratica di vita quotidiana. Portare queste abilità a un livello di consapevolezza con opportuni strumenti didattici vorrebbe già dire incanalare le forze dell'individuo alla loro ottimizzazione.

Il modello pedagogico da adottare dovrebbe essere incentrato a nostro avviso su modalità partecipative. Il ricorso a laboratori esperienziali permette, infatti, agli alunni di mettere direttamente in gioco i loro schemi relazionali e comunicativi consentendone una sistematica verifica, rimessa in discussione e, eventualmente, una loro rettifica. Tuttavia, ci preme sottolineare

che l'educazione affettiva ed una formazione umana debbono essere veicolate soprattutto attraverso lo stesso stile e comportamento dell'insegnante. Egli infatti si offre come un modello di riferimento assolutamente significativo per l'allievo e spesso alternativo rispetto a quello genitoriale. Per questo motivo il nostro progetto non è solo orientato all'educazione dei bambini. La mancanza al momento di docenti e formatori con specifiche competenze fa emergere la necessità di istituire prima di tutto corsi di formazione specifici per la classe docente; così come, d'altra parte, si ritiene utile avviare corsi alla genitorialità. La speranza è quella di formare una "classe adulta" sensibile e preparata che possa divenire velocemente un vero e proprio catalizzatore di un'alfabetizzazione emozionale e relazionale generalizzata. Se infatti il nostro intento è quello di arrivare un giorno ad una riforma della scuola in cui si preveda l'istituzione nei programmi dell'educazione comunicativo-relazionale, i tempi lunghi che questa opera richiedono ci inducono ad attuare strategie di più immediata realizzazione. Riteniamo quindi che oltre a specifici programmi di alfabetizzazione emozionale per gli allievi - di cui noi ci facciamo fautori - di fatto, in ambito scolastico sono possibili vasti ambiti di esperienze-comunicazioni individuali e di gruppo anche nell'ambito della programmazione ufficiale. Ciò, naturalmente, a patto che vi sia un corpo docente preparato a potenziare gli aspetti relazionali ed affettivi delle dinamiche di classe. Spazi fondamentali utilizzabili sono ad esempio quelli offerti dall'educazione fisica, artistica e dei lavori di gruppo che, se affrontati con una nuova mentalità, possono divenire laboratori interessanti di scoperta di sé e dell'altro, luoghi della messa in pratica di nuove modalità espressive e relazionali, palestre dove ad essere esercitata è una comunicazione più partecipata, emotiva e corporale che non meramente intellettualistica. Nell'educazione fisica, ad esempio, oltre che riporre attenzione sugli aspetti prestazionali dell'attività, si potrebbe infatti orientare l'allievo ad una maggiore confidenza ed accettazione del proprio corpo; lo si potrebbe invitare a captarne i segnali e le "risposte" che dà agli stimoli cui è sottoposto e ad affinare le capacità propriocettive, ovvero a saper avvertire lo stato di tensione o di rilassamento dei muscoli propriocettori: i sensi interni come il sistema labirintico, fasci muscolari ecc. Allo stesso modo, nell'educazione artistica, oltre che a concentrare l'attenzione sulla storia dell'arte e sulle capacità manuali dell'allievo, si potrebbe condurre lo scolaro all'auto-scoperta del sé mediante l'atto del produrre, e alla scoperta dell'altro mediante processi di lettura non solo testuale ma anche con incentivi all'immedesimazione ecc. Il lavoro di gruppo, ancora, può divenire una fucina fondamentale per esercitare ed accrescere le competenze relazionali (sociali) dei ragazzi. Cooperazione e collaborazione, lavoro in team, gestione del conflitto, comunicazione, sfruttamento delle diversità, comprensione empatica, promozione dello sviluppo altrui sono una serie di competenze trasversali che si propongono nelle dinamiche di gruppo scolastico e che, se adeguatamente pilotate, forniranno strumenti fondamentali alla vita relazionale dell'allievo.

Come già si accennava, in questo piano d'emergenza rientrano anche progetti d'educazione alla genitorialità che potrebbero essere promossi dagli stessi distretti scolastici con la partecipazione degli enti locali. Lo scopo generale è quello di preparare insegnanti e genitori affinché essi possano fornire *ab origine* alle nuove generazioni un *humus* più completo e positivo su cui crescere. L'ambizione dei nostri progetti è quella di fornire alla "classe adulta" un bagaglio di esperienze tali da dare vita a dei veri e propri orientatori e facilitatori del benessere globale e della crescita personale, poiché si ritiene improrogabile la necessità dello sviluppo di un'educazione olistica che prenda in considerazione la multidimensionalità dell'individuo.

BIBLIOGRAFIA

- E. Cheli, (cur.) *La comunicazione come antidoto ai conflitti*, Punto di fuga editore, Cagliari, 2003.
- E. Cheli, *L'età del risveglio interiore. Autoconoscenza, spiritualità e sviluppo del potenziale umano nella cultura della nuova era*, FrancoAngeli, Milano, 2001
- E. Cheli, *La realtà mediata. L'influenza dei mass media tra persuasione e costruzione sociale della realtà*, Franco Angeli, Milano, 1996.
- E. Cheli, *Frammentazione e globalità nella scienza, nella cultura e nella mente*, Bozza.
- G. Gocci, L. Occhini, *Appunti di Psicologia sociale*, ed. Guerini e associati, Milano, 1996.
- G. Gocci, L. Occhini, *Introduzione alla psicologia sociale moderna*, ed. Guerini e associati, Milano, 1995.
- D. Goleman, *Intelligenza emotiva*, Euroclub, Milano, 1995
- Raffagnino R., Occhini L., *Il corpo e l'altro*, ed. Guerini e associati, Milano, 2000.
- P. Watzlawick, J. H. Beavin, D. D. Jackson, *La pragmatica della comunicazione umana*, Astrolabio, Roma, 1978.
- P. Shellenbaum, *La ferita dei non amati*, Edizioni RED, 1995.
- Stone H. e Stone S., *Il dialogo delle voci. Conoscere e integrare i nostri sé nascosti*, ed. Amrita, Torino, 1989
- H. Stone, S. Stone, *Tu & Io. Incontro, scontro e crescita nelle relazioni interpersonali*, Compagnia degli araldi - MIR Edizioni, Firenze, 1999.