

CITTA' DI  
VENEZIA



Area Sviluppo Organizzativo, Risorse Umane e Sociale  
Settore Servizi Educativi  
Progettazione Educativa



**GENITORI e FIGLI**

Riflessioni per educare bambini e ragazzi alla **PACE**

**Giugno 2022**

## *Premessa*

Stiamo vivendo mesi caratterizzati da uno scenario internazionale delicato e complicato con il protrarsi della guerra in Ucraina.

Il Servizio Progettazione Educativa ha attivato degli spazi per l'ascolto dei vissuti, anche impegnativi, legati al disorientamento che notizie e immagini sul conflitto possono suscitare in bambini, adolescenti, insegnanti e famiglie.

Allo stesso tempo le riflessioni contenute in queste pagine hanno lo scopo di contribuire ad orientare, riflettendo assieme sull'educazione alla pace di bambini e ragazzi.

Si è immersi in contesti di vita reali e virtuali in cui le informazioni si propagano velocissime e a volte contrastanti: l'adulto si ritrova di fronte a domande dei figli sulla guerra, sul senso della vita e della morte, sul ruolo che ciascuno ricopre nella società.

Questioni che interpellano la visione dell'esistenza, la concezione di essere umano e l'idea che ci si è fatti sui rapporti con gli altri, sul significato di termini quali *convivenza civile, rispetto delle differenze, pace*.

Nel tentativo di divenire sempre più consapevoli del messaggio che inviamo ai nostri figli rispetto a se stessi e al mondo, ci auguriamo che le questioni pedagogico-educative affrontate possano rivelarsi utili e contribuire alla riflessione di mamme e papà sull'intervento educativo.

Con l'auspicio che si ripercorrano i ponti del dialogo costruttivo e degli accordi diplomatici per tornare al più presto ad una serena quotidianità.

Laura Besio

Assessore alle Politiche Educative

## *Presentazione*

Il Servizio Progettazione Educativa, in questi anni, si è dato tra i suoi obiettivi quello di sostenere la genitorialità alle prese con la crescita e l'educazione dei bambini/ragazzi.

In questo delicato e complesso momento, con giorni difficili in cui i venti di guerra che soffiano in Ucraina arrivano fino a qui, ha tentato di adattare i dispositivi psicopedagogici anche alle nuove esigenze attivando un servizio di sostegno psico-educativo on line e in presenza, S.O.S. Educativo.

Le famiglie con figli da 0 a 17 anni possono accedere gratuitamente allo spazio di consulenza educativa in cui poter portare riflessioni, dubbi e fatiche della quotidianità, soprattutto in relazione al compito educativo e al ruolo genitoriale.

Alcuni "spunti educativi" inerenti anche altre e diverse tematiche sono consultabili nella pagina apposita del sito comunale, al seguente link: <https://www.comune.venezia.it/it/servizieducativi>.

La convinzione è quella che, lungi dal presupporre l'esistenza di "ricette" in educazione, si possa comunque tentare di fare luce su ciò che funziona, che contribuisce a rafforzare alcuni atteggiamenti propriamente educativi, capaci di promuovere *ben-essere* di adulti e bambini.

A tale proposito, si è pensato di concentrare in questo contributo alcune riflessioni di fronte all'evento di una guerra a noi così vicina e che irrompe nelle case e nelle famiglie attraverso informazioni, discorsi, immagini veicolati dai mass e social media, dai dispositivi digitali e dai diversi contesti di vita.

Si è cercato di considerare gli aspetti che dovrebbero caratterizzare l'intervento dei genitori in relazione all'educazione dei figli alla pace come capacità di

gestire i conflitti, l'unica via a nostro avviso per orientare le nuove generazioni all'utilizzo del dialogo e della non-violenza.

Nel testo, tra parentesi, alcuni riferimenti bibliografici a titolo esemplificativo in caso per un approfondimento.

Auguro che quanto fornito possa essere utile alle famiglie per sentirsi parte di una comunità che, nonostante e a causa degli accadimenti mondiali, persegue ancora e sempre di più ideali di *solidarietà, rispetto dei diritti umani e concordia tra i popoli*.

Daniela Galvani

Responsabile Progettazione Educativa Comune di Venezia

## Di fronte a domande dei figli sulla guerra

Elena Pegoraro

pedagogista, Progettazione Educativa, Comune di Venezia

*Cerchiamo di vivere in pace, qualunque sia la nostra origine, la nostra fede, il colore della nostra pelle, la nostra lingua e le nostre tradizioni.*

*Impariamo a tollerare e ad apprezzare le differenze. Rigettiamo con forza ogni forma di violenza, di sopraffazione, la peggiore delle quali è la guerra.*

*Margherita Hack*

Improvvisamente.

Non siamo stati interpellati, non siamo stati avvisati.

Immagini televisive e dei social ci hanno catapultato in uno scenario inquietante: qualcuno ha deciso in maniera unilaterale e di prepotenza di minacciare brutalmente le nostre esistenze e ci siamo trovati, di punto in bianco, a dovere fare i conti ancora con la violenza e l'assurdità di una guerra a noi vicina.

Impegnati a debellare la pandemia, in attesa finalmente di potersi liberare di vincoli e della mascherina per tornare a respirare un po' di normalità, non eravamo pronti ad affrontare altre minacce alla nostra quotidianità e per di più dovute ad operazioni belliche e ideologie di un passato nemmeno così lontano.



Immersi fin dalla più tenera età - come è corretto che sia - in messaggi di uguaglianza, parità e difesa dei diritti dell'uomo, pace, tolleranza, non-violenza, potere della diplomazia e del dialogo come metodi da adottare per risolvere le controversie a tutti i livelli (interpersonali, famigliari, sociali, politici, ecc.) siamo increduli di fronte all'apparente fallimento di tutto ciò che da anni si tenta tra alti e bassi di portare avanti.

Questi sconvolgimenti, primo fra tutti la fuga e l'arrivo di profughi bisognosi di accoglienza, cure e aiuti, destabilizzano quindi gli adulti figuriamoci i bambini: tante potrebbero essere le domande che sorgono e vengono rivolte a mamme, papà, nonni e insegnanti!

In questi mesi gli adulti si sono interrogati proprio su quali siano le modalità migliori per rispondere alle domande di bambini e ragazzi sulla guerra.



Sì, perché questo è il nodo educativo cruciale: porsi in ascolto e provare a parlare di guerra e pace a partire dai bambini e dai loro ragionamenti.

Spesso e volentieri infatti i bambini e i ragazzi hanno già formulato delle proprie teorie sugli eventi e in relazione alle notizie a cui sono stati esposti.

Generalmente non hanno bisogno di più informazioni e dettagli ma di essere compresi nelle eventuali paure, rassicurati sul fatto che loro, il loro mondo, i loro cari, la loro routine possono considerarsi al sicuro perché c'è chi pensa a proteggerli. Importante è non lasciare quindi bambini e ragazzi in balia delle notizie e delle situazioni imprevedibili a cui sono esposti e che disorientano, per le quali avvertono di non avere soluzioni: evitiamo assolutamente di mostrare immagini cruente e raccontare particolari macabri.

Non si tratta di farli vivere avulsi dalla realtà ma di calibrare i "pesi" che devono portarsi sulle piccole spalle.

Soprattutto cerchiamo di non passare loro un messaggio di disperazione e di convinzione che tutto stia andando a rotoli: non è così!



In realtà proprio gli accadimenti che mettono a dura prova ciò in cui crediamo danno dimostrazione del fatto che per vivere sereni e in pace è necessario preservare i diritti di tutti e puntare sul dialogo e il confronto costruttivo per favorire la convivenza civile.

I bambini hanno davvero una grande paura quando i loro punti di riferimento vacillano poichè tendono ad immedesimarsi nelle preoccupazioni dei genitori, studiandone le reazioni, percepiscono ciò che gli adulti provano.

Proprio attraverso il cosiddetto "contagio emotivo" regolano il loro comportamento sulla base di ciò che sentono dire o vedono fare (Quadrio Aristarchi, Puggelli, 2006) assolvendo ad una funzione autoprotettiva. Quindi ben venga la paura che invita alla prudenza e aiuta a valutare i rischi, a fare tesoro delle esperienze mobilitando le energie corporee e psichiche per mettersi in salvo se "gestita": in quale modo?

Aiutiamo bambini e ragazzi ad apprendere a "gettare acqua" sulle "fiamme delle emozioni" (L.J. Cohen, 2017): parlare assieme, abbracciarsi, contare fino a dieci, respirare profondamente, pensare a qualcosa di diverso, saltare, disegnare, mettere in scena, fare un bagno caldo, ascoltare della musica rilassante, giocare.

Anche i "rituali collettivi" possono costituire una specie di "scudo" che difende dall'ansia aiutando ad esorcizzare le paure: accendere un lumicino e posizionarlo sul davanzale della finestra, partecipare ad una manifestazione o ad una mobilitazione,



aiutare con un proprio giocattolo/indumento altri bambini e ragazzi in difficoltà, realizzare a scuola con i propri compagni e l'insegnante alcuni disegni con messaggi di pace da appendere per lanciare un auspicio di speranza. Tutto ciò può contribuire a non far sentire soli, a dare conforto, rassicurazione e consolazione, aiutando a scaricare le tensioni e a darsi coraggio a vicenda per affrontare il domani.

Nello specifico della "paura della guerra" i bambini possono comunicarci i loro vissuti in tanti modi differenti: "Non voglio rimanere da solo"; "Non voglio morire" "non voglio che la guerra venga qui" "Non voglio che i miei genitori, fratelli, nonni, ecc. muoiano" "non voglio che tanta gente soffra" "ho paura che qualcuno mi prenda e mi faccia del male all'improvviso"; "Non posso vivere senza di te", ecc.

Dentro/dietro la paura della guerra si celano almeno due "bisogni profondi": il bisogno di "protezione da parte di qualcuno" e il bisogno di "sentirsi al sicuro".

Per accogliere e corrispondere a questi bisogni il genitore comunica vicinanza e sicurezza: "Vedo che sei spaventato, ma puoi stare tranquillo perché sono qui con te. Proviamo a pensare a come possiamo fare per mandare via la paura della guerra".



Per esempio: "Prova a pensare che tante persone si stanno impegnando per riportare la pace" (oppure: accendiamo una luce, ascolta la mia voce, diamoci la mano, ti racconto una storia, ecc.). Non tiriamola però tanto per le lunghe, meglio poche parole e chiare cioè comprensibili per il bambino/il ragazzo. Soprattutto ricordiamo che il comportamento non verbale accompagna le parole e i figli danno più credito a ciò che vedono sul volto di mamma e papà che a quello che sentono dalla loro voce.

Già a causa del periodo di pandemia, costretti dal lockdown a stare nelle nostre case e spesso ad assistere volenti o nolenti alla conta di chi purtroppo è stato vittima del virus, ci siamo dovuti mettere in discussione e rispondere alle domande dei nostri figli sul senso della vita e della morte.

Ma come vivono questi concetti i bambini e i ragazzi a seconda dell'età?

Si rapportano al concetto di guerra nel corso della crescita generalmente come segue:

- 0-3 anni: il concetto di guerra non è ancora chiaro e l'esperienza vissuta dai piccolissimi è quella del litigio. L'atmosfera/il clima della situazione comunica più di tante parole anche quando i bambini crescono e divengono capaci di rivolgere le loro domande utilizzando comportamenti ma anche parole.
- 3-6 anni: viene percepita la differenza tra la vita e la morte e sorgono interrogativi dal momento che non è ancora semplice cogliere il carattere definitivo della morte. Per questo non di rado i bambini di questa età chiedono ai genitori rispetto a una persona che non c'è più: ma quando torna?
- 6-10 anni: i bambini comprendono che la morte è irreversibile, che non si torna indietro e sono frequenti comportamenti e domande di attenzione e rassicurazione dovute al senso di insicurezza e ansia che le idee stesse di guerra e morte scatenano.



Può essere che il bambino tenda a "difendersi" dai vissuti attivando meccanismi di negazione e mettendo in atto atteggiamenti irriverenti ed esagerati quasi clowneschi quando si parla o sente parlare di guerra.

- Dai 10 anni in poi: verso i dieci anni si sa ormai che ciò che vive può anche morire. L'imprevisto può generare paura e ansia che però da questa età in poi è possibile che i ragazzi tengano per sé e non esplicitino con lacrime, parole, attenzioni. Tendono infatti a considerarle "manifestazione da piccoli" preferendo vivere da soli il dispiacere con una "maschera" da "duri" che pone una barriera tra sé e il dolore, anestetizzando le emozioni più profonde, potenzialmente destabilizzanti.

Perciò è importante da una parte personalizzare la risposta alle domande del bambino e dall'altro comprendere che i bambini pensano primariamente a se stessi: "Se viene la guerra qui?" "Se muoio?" "Se rimango solo senza di voi?"



Nella tendenza a riferire tutto a sé i bambini non sono egoisti ma egocentrati nel senso che vedono le cose dal loro punto di vista faticando a mettersi nei panni degli altri.

Ecco perché i bambini, ma anche i ragazzi, quando rivolgono le loro domande possono essere davvero insistenti soprattutto se ci vedono in difficoltà e colgono che dietro a ciò che diciamo esiste una verità complicata.

Non solo la frequenza e il ripetersi delle domande potrebbero mettere a disagio il genitore ma anche le reazioni dei figli di fronte a fatti e discorsi sulla guerra.

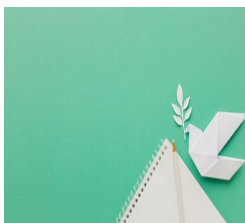
Vediamone alcune assieme:

- indifferenza: il bambino sembra non badare a ciò che diciamo e/o non attribuisce importanza a fatti e discorsi; continua nelle sue attività come niente fosse e non fa alcuna domanda, non commenta, non si coinvolge.

In realtà ha le antenne ben dritte e sta captando tutto ciò che viene detto e anche il "clima" dei discorsi perciò evitiamo di parlare in sua presenza se siamo impossibilitati a "calibrare" il messaggio che viene trasmesso.

- Eccessiva ilarità: il bambino salta e fa giravolte, si muove in modo frenetico e fa dei risolini, assume atteggiamenti irriverenti (fa finta di sparare, imita il suono dello scoppio delle bombe, si lancia dal divano, ecc.).

- Domande, commenti e curiosità eccessive per i particolari della guerra e della morte come per es. "Come è il rumore delle bombe?" "Dove vanno a finire i soldati uccisi?".
- Sofferenza muta: il bambino piange in silenzio, si mette le mani sul viso e/o sulle orecchie, si raggomitola e vuole starsene da solo; non risponde alle domande quando gli chiediamo come stia o a cosa stia pensando.
- Disperazione: il pianto inconsolabile esprime il dolore, assieme alle urla fino ad arrivare a buttarsi per terra.
- Somatizzazione di rabbia, senso di impotenza e di ingiustizia, sensazione di incertezza e minaccia: sudore freddo, pallore, ansia, fiato corto, mal di pancia, mal di testa, comparsa di tic nervosi.



Per accogliere le reazioni dei figli e nel contempo aiutarli a sostenere le situazioni, quali strategie educative?

- *Ascoltare le domande e osservare le reazioni* per provare a mettersi nei panni del figlio: cosa prova? Come mai mi rivolge questa domanda ossia di cosa ha bisogno?

L'atteggiamento "empatico" serve ad evitare di correre il rischio di sminuire o ridicolizzare le paure, di attribuire stati d'animo nostri.

Rimanere concentrati sul fatto che le domande del bambino vengono poste per esigenza non tanto di sapere ma di sapere al fine di essere rassicurato, per tornare ad avere un po' di controllo sulla situazione che sta vivendo che percepisce come "troppo pesante" fuori e dentro di lui/lei.

La guerra infatti è un evento su cui non abbiamo controllo o potere.

Cercare di rispondere alle domande evitando di glissare, di rimandare, di zittire: risposte concrete su domanda, poche parole e "delicate".

- *No alle "etichette"*: accogliamo lo stato d'animo di nostro figlio senza commentarlo in modo che non si senta in colpa e/o non si vergogni per ciò che prova. Per far questo evitiamo "etichette-aggettivi" parlando con lui/lei o di lui/lei con altri (per es. "fifone" ecc.), i confronti con altri bambini, parenti e amici.

- *Fare pace noi per primi con la guerra*: l'adulto che ha fatto un lavoro su di sé per metabolizzare il concetto di guerra e ha attribuito un senso anche a questo evento veicola con gesti e parole il messaggio che è possibile convivere con questo aspetto e lavorare nella quotidianità per costruire la pace.

Fare quindi da specchio e da modello: dare un nome alle emozioni del bambino e alle nostre, aiutare a calmarsi (es. fare un bel respiro, sedersi un momento, cambiare stanza, modificare pensieri, contare fino a tre, ecc.).

Nei casi in cui i bambini si mostrino molto spaventati potrebbe essere utile aiutarli a verbalizzare le loro paure (mettere in scena le paure, disegnarle; raccontare un aneddoto rassicurante).

- *Spiegare il ruolo dei governanti e dei diplomatici*: le guerre finiscono ma alcune durano perché gli accordi devono essere ancora ricercati, si fa il possibile per far cessare le guerre e i governanti cercano di avanzare delle proposte quando serve, fanno del loro meglio;

- *Donare un abbraccio che cura e incoraggia*: ricordiamoci che possiamo donare un gesto che lenisca e accolga, facendo sentire al sicuro senza bisogno di aggiungere tante parole.

Se le parole vengono usate, magari facendosi aiutare da una storia, è per dare un nome al vissuto e cercare di conoscerlo: l'obiettivo è di affrontarlo meglio, mobilitando le forze interiori e attivando un processo di resilienza.

Proprio i sentimenti di fiducia e di speranza costituiscono i pilastri dell'educazione alla resilienza, ossia quel processo che consente nelle difficoltà di rialzarsi e uscire fortificati.

Del resto "ogni volta – spiega L.J. Cohen (in *Le paure segrete dei bambini*) – che condividete un pericolo con un bambino, assicuratevi anche di condividere le soluzioni per gestire tale pericolo".

Ricerchiamo quindi modalità positive che noi per primi mettiamo in atto quando riusciamo a controllare le nostre preoccupazioni e/o a risolvere situazioni che ci creano ansia. Così facendo, riusciremo meglio a far passare a nostro figlio la fiducia sul fatto che anche lui/lei abbia le risorse e/o riesca a reperire gli strumenti per imparare a gestire le sue paure, attingendo a stima di sé e coraggio.

## Aiutare i figli ad essere solidali

Elena Pegoraro

pedagogista, Progettazione Educativa, Comune di Venezia

*La nostra società è molto simile a una volta di pietre: cadrebbe, se le pietre non si sostenessero reciprocamente.*

*Seneca*

Le immagini, le informazioni, i racconti di guerra che giungono alle nostre orecchie e a quelle dei nostri figli, toccano il cuore e interpellano il nostro ruolo di adulti.

Da una parte avvertiamo la necessità di rispondere nel modo più adeguato possibile alle domande di bambini e ragazzi sulle ragioni del conflitto, sulle ripercussioni della guerra, sulla necessità di sentirsi al sicuro; dall'altra, parlando di guerra e di persone che soffrono ci si imbatte inevitabilmente nella questione: *cosa posso fare io?*



Anche bambini e ragazzi, che si mettono nei panni di coetanei russi e ucraini, famiglie, persone che hanno perso punti di riferimento e serenità possono manifestare il desiderio di essere di aiuto, di esprimere con un gesto concreto la volontà di prestare soccorso.

Anche un piccolo segno può trasmettere un messaggio di speranza in un futuro di pace. Le modalità per farci vicini a chi è in difficoltà sono molteplici e ciascuno può trovare il canale per lui/lei più appropriato: un disegno che parli di speranza, la partecipazione ad una raccolta fondi ad hoc, il dono di alcuni indumenti e generi alimentari di prima necessità, eccetera.

Queste iniziative rappresentano un valore sia per chi le riceverà sia per coloro, genitori e figli, che le realizzano in quanto aprono all'aiuto reciproco, alla cura e ad uno sguardo accogliente verso l'altro, ad un atteggiamento disponibile nei

confronti di chi è come noi ma sta vivendo un momento di disagio e sofferenza per il quale il calore umano può fare la differenza.

È di grande sostegno creare e alimentare una rete di solidarietà e accoglienza, coordinata dalla rete dei servizi istituzionali, che intercetti e consenta di dare risposta a specifici bisogni nel rispetto della storia e della cultura di ciascuna persona.

Anche in questo modo si attivano processi di resilienza (Cyrułnik, Malaguti, 2005) che sono direttamente proporzionali alla capacità che gli individui hanno di far fronte alle avversità della vita contando su persone che, fosse anche con un minimo apporto, rappresentano nei momenti bui una piccola luce capace di infondere coraggio.

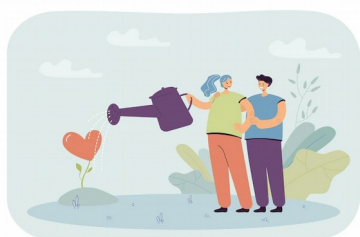
Le associazioni che da anni accolgono in Italia persone in difficoltà, i mediatori linguistici e culturali, le organizzazioni che a vario titolo si occupano di diritti umani e di predisporre l'accoglienza saranno preziose risorse al fine di garantire che ogni persona in fuga dalla guerra ritrovi il diritto ad avere delle abitudini, degli oggetti personali (es. lo spazzolino da denti, dei vestiti, uno zaino, eccetera).

La guerra infatti destabilizza l'identità della persona che si sente smarrita nel contesto di disorientamento prodotto dalla minaccia delle armi, dall'esser costretti alla fuga per la sopravvivenza e dal ritrovarsi in un Paese diverso dal proprio.



Se, oltre all'immediata accoglienza, si riusciranno a condividere con le persone esperienze di socialità, gioco, sport, cultura, musica ecc. queste potranno essere opportunità per favorire una maggiore confidenza con il nuovo ambiente linguistico, culturale, sociale. Coinvolgere i figli nello sforzo inclusivo ed interculturale rappresenta un obiettivo senz'altro educativo.

Vi sono però sensibilità differenti tra i bambini e i ragazzi, perciò è bene invitare a "non starsene in pace" senza cioè forzare o affrettare i tempi. Ognuno ha una



propria "soglia emotiva" e il diritto a rimanere anche "lontano" partecipando a ciò che accade con una "distanza di protezione", soprattutto psicologica: alcuni bambini e ragazzi osservano i propri genitori o altri adulti in azione senza chiedere di intervenire in

prima persona, mantenendo comunque un atteggiamento di accoglienza dell'altro e connessione tra la propria esistenza e quella altrui.

Altro nodo fondamentale, dal punto di vista pedagogico, è quello del prestare un'accoglienza concreta, in caso, caratterizzata da attenzioni di cura e delicatezza soprattutto nei confronti di bambini e ragazzi scappati dalla guerra.

Ciascuno reca una storia unica, ha proprie radici culturali e linguistiche, è impegnato a lenire le ferite che porta con sé, costretto a convivere con ricordi dolorosi e l'idea di ciò che ha lasciato.

I gesti e le parole di accoglienza quindi devono poter essere pensati e calibrati, nel limite del possibile, sulle persone che si vanno ad incontrare, sulle loro esigenze e condizioni psicologiche ed emotive; cerchiamo quindi di non improvvisare e di essere prudenti:

- *informiamoci prima* su quali siano le realtà che hanno coinvolto le persone verso cui intendiamo rivolgere l'accoglienza sia essa in famiglia, a scuola, in un gruppo/squadra, ecc. in modo da non andare incontro ad uno "stereotipo" ma alla persona "reale" per fare del proprio meglio personalizzando, se possibile, l'intervento;

- *rimaniamo in ascolto*, evitando domande che tentino di soddisfare delle curiosità, ponendoci l'obiettivo di creare un clima il più possibile disteso in modo che la persona arrivi gradualmente a sentirsi a proprio agio.

- *ricordiamoci che accogliere l'altro significa prima di tutto fare spazio dentro di sé*: svuotiamo la mente da pregiudizi, aspettative, ragionamenti che ci impedirebbero di lasciarci stupire e arricchire dall'incontro con l'altro. "Accogliere" rimane infatti un dono prezioso e difficile che facciamo agli altri ma in primis a noi.

- *agiamo senza essere invadenti e nella gratuità*, lasciando lo spazio anche ad altri aiuti, alla libertà dell'altro di ricevere o meno il nostro sostegno, di sentirsi nella facoltà di potersi rivolgere altrove.

Questi aspetti delineano uno "stile" dell'accoglienza che è quello che in ultima analisi viene testimoniato ai nostri figli e che comunica loro il linguaggio della solidarietà, della vicinanza, della partecipazione.

## **In pace con se stessi e con gli altri**

Elena Pegoraro

pedagogista, Progettazione Educativa, Comune di Venezia

*Se vogliamo costruire la pace nel mondo,  
costruiamola in primo luogo dentro  
ciascuno di noi.*

*Dalai Lama*

*Come si dice? Come si chiede?*

Spesso e volentieri utilizziamo queste domande per far riflettere i nostri figli su quali siano le modalità per esprimere i propri bisogni a qualcun altro.

Non si deve infatti rinunciare a manifestare le proprie idee e a far presenti le proprie necessità ma per farlo è necessario assumere atteggiamento e modalità appropriate.

La tipologia di approccio agli altri invia un messaggio, volenti o nolenti, poichè è un biglietto da visita delle nostre intenzioni, emozioni, aspettative e induce l'altro a predisporre in maniera benevola o barrierante nei nostri riguardi.

Gli adulti per primi dovrebbero fare uno sforzo e sono tenuti a farlo per non abusare del loro "potere" nei confronti dei bambini, per rispettare l'infanzia e i tempi di apprendimento, assumendosi la responsabilità di proteggerli, custodirli, fare loro da guida autorevole, non autoritaria.

Parole "delicate" quindi nel senso di rispettose della dignità di persona del bambino, che aprono al futuro tenendo aperta la porta delle possibilità e della fiducia anche quando si deve necessariamente dire "no", far notare qualcosa che non è accettabile, ri-orientare il comportamento.

I gesti poi e il non verbale (sguardi, postura, mimica facciale, ecc.) che accompagnano le parole devono essere coerenti perciò fermi e decisi ma non umilianti, aggressivi, prepotenti.



Un adulto infatti che si prende cura di un bambino lo dimostra anche attraverso gesti "generativi" di attenzione, interesse e amore (sguardi, contatto fisico, calore, scambi comunicativi) nonostante tutto, anche quando si è arrabbiati o una cosa non ci piace. Quali possono essere questi gesti generativi?

Innanzitutto la cura del corpo del bambino fin dalla nascita e il contatto fisico, assicurando la sopravvivenza e la connessione con il mondo.

Poi, modulandoli con l'andare del tempo e assecondando anche

le esigenze di autonomia del bambino:

- *accoglienza non giudicante e orientata al benessere*: una carezza, un abbraccio, un bacio, prendere in braccio; l'adulto accoglie fisicamente il bambino e cerca nel contempo di fare spazio nella sua mente al "bambino reale" che ha di fronte... Non è semplice fare pace con quel bambino con limiti e difetti e che a volte non corrisponde al "bambino ideale" immaginato o alle nostre aspettative nei suoi confronti per il futuro...;
- *porsi all'altezza del bambino per comunicare e per osservare* le sue reazioni al fine di conoscerlo meglio ed intercettare i bisogni, gli interessi e le potenzialità;
- *sedersi accanto, dedicare del tempo specifico all'ascolto "occhi negli occhi"* in maniera empatica con una comunicazione pertinente e coerente da parte dell'adulto per facilitare lo sviluppo di un'immagine positiva di sé da parte del bambino;
- *creare situazioni ed esperienze* in cui i bambini possano sentirsi ascoltati senza giudizio, legittimati nelle emozioni provate, accolti nelle loro diversità ad esempio considerando il "chiedere scusa" e il "fare il primo passo" non come "punizioni" ma strumenti per farsi perdonare, per rimediare, per provare a risolvere.
- *fare da esempio* mostrando al bambino, fin da piccolissimo, che si possono trovare altre vie rispetto ad un atteggiamento aggressivo, alla violenza fisica e verbale per chiedere e perseguire ciò che si desidera. Utilizzare noi per primi le



cosiddette "parole gentili" in modo che divengano conosciute e un'abitudine sia con gli altri sia con se stessi.

Come fare perchè questi gesti caratterizzino o arrivino a far parte del proprio stile educativo e comunicativo?

Diviene centrale il tema della cura in educazione: aver cura di sé e del proprio repertorio comunicativo per aver cura dell'altro ed educare l'altro alla cura, con cura.

Riconoscere ed imparare ad accogliere innanzitutto le nostre fragilità, coltivando un dialogo interno positivo (self talk) che consenta di fare pace con se stessi, rappresenta il presupposto per praticare poi anche verso gli altri accoglienza, tolleranza, cura.

L'esercizio del "dire bene di sé" infatti scaturisce da un contatto con la propria persona (vissuti, idee, pensieri, aspettative, desideri) e alimenta la capacità di ascoltarsi e ascoltare in profondità se stessi e gli altri.

Perciò è importante che gli adulti si ricavino momenti per ripristinare il contatto con se stessi e nel contempo educino i bambini a momenti di "silenzio buono" (Muratori e altri, 2022): il silenzio di chi crea, riflette, pensa, esplora, gode della natura e dell'arte.

Abbiamo bisogno anche noi adulti, per primi, di momenti e luoghi interni ed esterni capaci di aiutarci a ripristinare le energie positive, a operare un "riordino emotivo".



Ridurre lo stress e migliorare la lucidità mentale, rendere più nitidi e alla portata i nostri obiettivi, anche educativi, significa praticare il "decluttering educativo" cioè liberarsi del superfluo per arrivare ad avere idee chiare e ad

utilizzare poche parole, a volte anche il silenzio rispettoso dei tempi dell'altro.

In questo modo ritroveremo anche il gusto del prendere il nostro bambino per mano con desiderio autentico di stare accanto a lui/lei, spesso minato dalla frenesia della quotidianità e dal vortice delle richieste ordinarie e straordinarie

che ci giungono da più fronti: ripartire ricordandosi di avere l'obbligo in quanto adulti e in quanto genitori di impegnarsi per dare il meglio di sé nell'impresa creativa e unica di accompagnare questi "semi" nel corso della loro delicata crescita.



i bambini e i ragazzi infatti, come nell'omonima filastrocca di B. Tognolini, custodiscono un vero e proprio tesoro perchè sono un concentrato di risorse, abilità, sogni ecc. ed incoraggiano l'intera comunità a continuare a pensare a costruire un futuro migliore.

### *Filastrocca dei semi*

di Bruno Tognolini

In ogni seme piccolo dorme una pianta grande  
Giganti chiusi in un piccolo posto  
dentro i pinoli i pini, le querce nelle ghiande  
in ogni seme un albero nascosto  
Ma non l'albero intero con foglie e rami e legno  
basta tenerlo in mano per capirlo  
nel seme c'è il racconto, nel seme c'è il disegno  
che terra e cielo leggono  
per costruirlo

## **Educare alla pace con la gestione dei conflitti**

Elena Pegoraro

pedagogista, Progettazione Educativa, Comune di Venezia

*La pace nasce se si affronta il conflitto.*

*Daniele Novara*

Essere gentili non significa dover essere "buoni" ma assumere un atteggiamento rispettoso e predisposto al dialogo nei confronti degli altri.

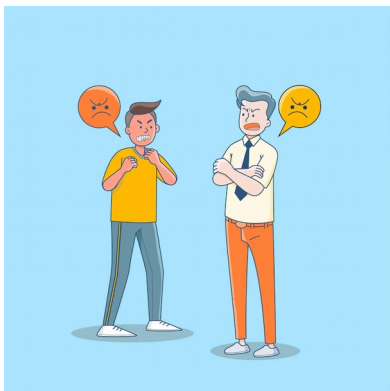
Non si tratta quindi di stare calmi, di non arrabbiarsi, di evitare le polemiche per mantenere il quieto vivere.

L'assenza di conflitto infatti non è pace e scambiare la bontà con l'educazione alla pace è un vero e proprio equivoco, come già ci ricorda Daniele Novara.

Ma ci sono dei retaggi che ancora governano i nostri pensieri e influenzano l'intervento educativo: la pace come armonia, volersi bene e andare d'accordo è controproducente poichè non ha alcuna attinenza con la realtà dei rapporti interpersonali in cui ci si confronta, si discute, ci si arrabbia, si litiga e poi si fa la pace, dopo aver affrontato il conflitto. Prima del conflitto infatti la situazione di "pace" potrebbe essere in effetti una situazione di tranquillità oppure di non detti, magari di insofferenza, di mal celata tolleranza reciproca cioè di conflittualità latente: starsene in pace e rimanere tranquilli per il "quieto vivere". Ma in questo caso i "buoni" rapporti e l'"armonia" fittizi prima o poi rischiano di rivelarsi per ciò che sono facendo emergere con più clamore le questioni che infastidiscono!

Perciò la richiesta di "non litigare", spesso rivolta ai bambini/ragazzi viene vissuta da loro – giustamente - come troppo "alta" proprio perchè è impossibile che nulla turbi, che niente faccia arrabbiare, che il comportamento dell'altro sia sempre corrispondente alle aspettative; perciò l'idea di entrare in conflitto genera ansia dal momento che viene vissuto come qualcosa da temere e di non consentito/illegittimo.

Invece la dimensione "dialettica" è una componente essenziale, coerente ed imprescindibile di un'autentica relazione Io-Tu (M. Buber).



Lungi dall'obiettivo quindi di fugare il litigio, la questione pedagogico-educativa rilevante diviene aiutare a "Litigare Bene", sempre per citare Daniele Novara e il suo metodo, cioè a gestire il conflitto in maniera positiva, allenando le competenze che fin da piccolissimi possiamo esercitare per far sì che non degeneri in "guerra".

La guerra infatti è violenza e sopraffazione e non ha dunque a che vedere con il confronto di idee, la discussione di punti di vista differenti, lo scontrarsi su opinioni e gusti dissimili: la guerra veicola un messaggio del tipo "C'è un problema e il problema sei tu per cui verrà risolto quando non ci sarai più".

Ciò è tutt'altra cosa dal messaggio che caratterizza invece il conflitto: "C'è un problema: la pensiamo diversamente su questo punto, ti espongo le mie ragioni e provo a capire le tue per vedere se assieme troviamo una soluzione".

Il nocciolo della questione in definitiva sta nelle modalità con cui si affrontano le situazioni conflittuali, lo spirito e l'atteggiamento che si mettono in atto reciprocamente.

La pace in quest'ottica diviene non l'assenza di conflitto (intra e interpersonale) ma il tentativo di mantenere la relazione anche nella diversità e nell'affrontare in modo creativo/positivo gli scontri come opportunità.

A volte il conflitto non può essere risolto, può essere trasformato cercando le condizioni affinché la situazione possa creare meno danni possibili e possa eventualmente evolversi in senso positivo.

Al contrario la guerra si pone come momento di rottura e di negazione del conflitto stesso, giudicato inaccettabile e per questo evitato e fatto cessare in modo distruttivo: lo sforzo è quello di ristabilire la "pace" intesa come situazione - utopica - senza disordine, priva di divergenze e contrasti.

L'educazione alla pace quindi reca una sfida impegnativa che è quella di lavorare per l'arte della convivenza, creando le condizioni tali per cui la relazione con l'altro possa arricchirsi non solo condividendo esperienze in sintonia ma anche quando si scoprono antipatie, distonie, discordanze e differenze.

La portata di tale impresa educativa è grande data la sua rilevanza per una società che si sta sempre più complessificando dal punto di vista linguistico, culturale, sociale ed è in continuo mutamento.

A tale proposito, quali sono dunque le competenze da allenare fin da piccolissimi per favorire la gestione dei conflitti che è imprescindibile per perseguire una convivenza civile e "pacifica"?

- *Riuscire a decentrarsi* ossia assumere il punto di vista dell'altro, ragionare anche dalla sua prospettiva e provare ad immaginarsi come si senta in quel momento ovvero quale messaggio abbiamo contribuito ad inviargli.

- *Dare per assodato che l'altro è diverso da me* (nel senso che l'altro è un mondo che funziona in un modo unico per cui è necessario di volta in volta anche faticare per trovare la chiave di accesso). Evitiamo di dare consigli non richiesti "Io farei così se fossi in te..." ma poniamoci in ascolto delle ragioni cercando di metterci nei panni dell'altra persona: "Come si è sentita?".

- *Cercare di capire anche le ragioni altrui* accogliendo la possibilità che la realtà si possa interpretare in modi diversificati. Non cadiamo cioè nella trappola comunicativa e relazionale del "fare muro contro muro" pensando che l'altro voglia avere sempre ragione e che non ci ascolti o faccia finta: si finisce per imbatteci in un ring di accuse reciproche che ingigantiscono velocemente la distanza nel conflitto.

È necessario distinguere la persona dal problema che solleva limitandosi a individuare i contenuti specifici del conflitto, circoscrivendo alla situazione qui e ora. Così facendo si evita di generalizzare e di finire per "appiccicare all'altro delle etichette" (es. "Il problema sei tu", "Sei sempre il solito, con te non si può parlare", "Sei aggressivo e la vuoi sempre vinta tu").

Meglio le critiche costruttive e le proposte come per es. "Ho bisogno che mi lasci rispondere, lasciami uno spazio" piuttosto che affermazioni come "Non mi fai mai parlare", "Vuoi sempre parlare tu", "Con te non si può parlare".

- *Concepire la pace come capacità di gestire e stare nei conflitti*, cioè non perdere la pazienza e la speranza di fronte alla percezione di perdita di controllo ingenerata dalla situazione di contrapposizione con l'altro che ci stupisce per le sue reazioni, che si rivela diverso da come ci si aspettava, che non desideriamo con le caratteristiche che dimostra di avere nel momento del conflitto. Evitiamo quindi la trappola "Io parlo e tu mi devi capire", "Te lo dico sempre, ma adesso non te lo dico più", "Te l'ho detto già due volte e se dopo due volte non l'hai ancora capito, basta".

C'è la possibilità di aver comunicato male o di aver inviato un messaggio diverso dalle intenzioni? Sforziamoci di non cadere vittime di permalosità e suscettibilità.

- *Considerare la diversità e il conflitto come opportunità di crescita* non necessariamente una minaccia. A questo proposito è importanti "sintonizzarsi" sul tono del conflitto e in caso aspettare il momento opportuno, lasciando decantare le emozioni negative, creando una distanza sufficiente per relativizzare senza sminuire le divergenze. Quando c'è "tensione alle stelle" il primo passo da fare è abbassare il livello di questa tensione anche dicendoci stop, cambiando stanza, chiedendo un momento per calmarsi e poi riprendere i discorsi.

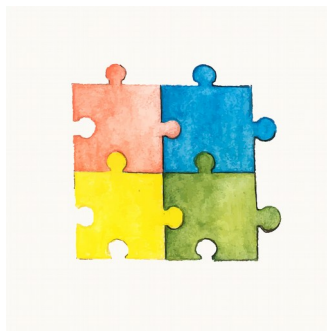
Può aiutare il fatto di tenere a mente che il conflitto è una situazione impegnativa da gestire, e non una guerra da combattere ed è necessario cercare l'interesse comune piuttosto che la vittoria a ogni costo, entrare nella logica dei vantaggi reciproci.

- *Attribuirsi delle risorse interiori da far emergere nelle situazioni per tentare il cambiamento* di ciò che infastidisce, perturba, destabilizza senza però offendere, denigrare, rifiutare l'altro. La violenza infatti può essere considerata non una conseguenza del conflitto ma un'incapacità o la convinzione a monte di non ritenersi in grado per svariati motivi di stare in situazioni di contrasto, divergenza, opposizione. È pertanto il saper entrare in relazione e gestire il

conflitto e non la bontà che fanno la differenza ed evitano che scoppi una "guerra".

Inoltre il conflitto positivo avviene laddove le relazioni lo consentono ossia in presenza di sincerità, autenticità, rispetto dell'altro, desiderio e volontà di trovare un accordo/una soluzione ai problemi; viceversa, in un clima di relazioni connotate da coercizione, univocità di vedute, imposizioni di silenzi per il quieto vivere – apparente – ci si ritrova di fronte ad una "calma" insofferenza celata dietro a rassegnazione, apatia, paura. Questi vissuti non consentono di mantenere viva la relazione interpersonale anzi appena se ne ha occasione o si ricorre alla violenza verso l'altro o si tenta la fuga dall'altro.

Pare quindi che il conflitto sia gestibile in maniera positiva solamente agendo competenze e comportamenti da parte di tutti che permettano l'emersione e la composizione delle differenze reciproche in termini non violenti (senza aggredire l'altro verbalmente e fisicamente). Ciò è possibile se tutti ispirano i propri pensieri e le proprie condotte ai diritti della persona umana impegnandosi a portarli avanti, a farli valere, a difenderli a tutti i livelli.



È necessario quindi contribuire a diffondere una "cultura della pace", garanzia dei diritti umani, per educarsi fin da piccoli al dialogo e all'incontro-scontro pacifico con l'altro mediante la gestione dei conflitti, allenandosi con i "litigi" in famiglia, le discussioni nei gruppi di amici, le controversie scolastiche ecc.

Così facendo, con la possibilità quindi di sfruttare le esperienze quotidiane di positiva gestione del conflitto si potrà fare proprio e portare avanti uno stile del "conflitto da gestire" come chiave per affrontare le questioni.

Quindi non mancherà la forza per dire la propria opinione e perseguire i propri obiettivi ma nel rispetto della libertà dell'altro.

Solo attraverso l'educazione e la testimonianza di adulti responsabili e consapevoli della necessità di non far degenerare i conflitti in guerre, partendo dal proprio piccolo contesto di vita fino allo scenario internazionale, si potranno favorire società in cui si persegua attivamente la pace.