

“VITA ALLA VITA”

IL POTENZIALE CREATIVO DELL'INFANZIA E DELL'ADOLESCENZA

Parto proprio dal titolo, che in origine, era *Vita alla Vita* e sottotitolo *Il potenziale creativo dell'infanzia e dell'adolescenza*. Comprendo che, essendo abbastanza lungo, è stato scelto il cuore del tema, ma in realtà, come ho scritto nell'abstract, riconoscere, evocare e valorizzare, da parte degli educatori (genitori, insegnanti, allenatori sportivi, o in generale, gli adulti che entrano in contatto con i bambini e con i giovani) il patrimonio evolutivo di queste fasce d'età, rappresenta un investimento per tutto il genere umano. Ecco perché ho scelto di parlare del potenziale creativo dell'infanzia e dell'adolescenza, in esse, risiede il futuro stesso dell'Umanità, Vita alla Vita, appunto.

24

Il tema della potenzialità umana, sta alla base di tutta la visione psicosintetica, complimenti quindi per la scelta del tema di questo incontro congressuale e complimenti ai colleghi che lo hanno già indagato in diversi ambiti, tra questi, quello della meditazione, svolto da Andrea Bonacchi, via regia, parafrasando Freud, per l'autoconoscenza, e anche da Francesco Lamioni, nel suo lavoro, il corpo diventa il luogo simbolico della ricerca dell'armonia e la guarigione danza tra la compassione e la gioia di vivere. E a proposito del termine guarigione, poiché ogni individuo è dotato, in potenza, delle risorse necessarie per la realizzazione di sé, del proprio progetto individuale, credo che sia il tradimento o la non conoscenza delle proprie attuazioni o delle proprie potenzialità, a seconda di come si vuol dire, a favorire l'insorgere di sofferenze, disagi, fino a patologie più importanti, che paradossalmente, se comprese in tempo, possono indurre, esse stesse, a ricercarne il senso, ri orientando la persona verso il proprio progetto di autorealizzazione.

Certo occorre prima una conoscenza di sé, della propria tipologia, una vera e propria psicosintesi personale, iniziando proprio dall'infanzia e proseguendo nell'adolescenza. I bambini, i ragazzi sono affamati di conoscere i misteri della vita, del perché di tante cose, sono fisiologicamente curiosi. Che bellezza, sarebbe studiare a scuola, fin dalle elementari, la geografia dei mondi interiori, quello dei sentimenti, delle emozioni, dei pensieri, e con l'aiuto delle mappe psicosintetiche, indagare sulla struttura delle personalità in formazione, dove i bambini

e i giovani diventano loro stessi, materia vivente di studio. Gli insegnanti dovrebbero essere i primi a vivere, sperimentare il modello psicosintetico, auto-educandosi, per poter educare come ci ricorda sempre Assagioli. Sappiamo quanto bisogno hanno gli educatori in generale di avere strumenti operativi per affrontare le tante richieste didattiche, formative, interdisciplinari.

Lavorare con i bambini e con i giovani, significa essere consapevoli di maneggiare tessuti psichici, preziosi, pregiati, poiché l'infanzia e l'adolescenza rappresentano il biglietto da visita per le future età psichiche; conoscerne le caratteristiche, le potenzialità, è essenziale, e soprattutto, è importante prevenire o correggere condotte educative che bloccano, ignorano, distorcono le caratteristiche individuali, favorendo in epoche successive l'insorgere di varie problematiche, fino a disturbi abbastanza gravi.

Ora per staccare un po' da tutto questo discorso, prima di immergerci in altre considerazioni vi chiedo di chiudere un momento gli occhi, di rilassarvi, per quanto possibile e dopo qualche tranquillo respiro di...

Immaginate una splendida giornata di inizio primavera, l'aria è ancora fresca nonostante il sole sia splendente. Siete seduti per terra, magari con la schiena appoggiata a un ulivo, o a una quercia, davanti a voi un mare di erba, di quel verde smeraldo screziato qua e là da altre tonalità cromatiche grazie ai tanti colori dei fiori, giallo, rosa, bianco, azzurro, viola. Ebbene vi chiedo di immaginare di posare una mano sull'erba con una lieve pressione, senza schiacciarla, la appoggiate lentamente avvertendo sotto il palmo, sì, il fresco contatto, ma anche una sorta di crepitio proveniente dalla profondità della terra, come se sotto il manto erboso, avvertiste la vibrazione della forza della natura, della vita che vuole manifestarsi; dalle viscere, ogni seme cerca la luce, il pertugio attraverso il quale nascere, e ogni seme seguirà il suo progetto, un fiore diventerà un fiore, così l'albero diventerà, un albero. Ma vi prego di soffermarvi sul crepitio, sulla vibrazione, e per un attimo, dalla mano poggiata sul terreno, immaginate che tutto il vostro corpo ne sia attraversato, rendendovi conto di essere anche voi, Vita nella vita. Lentamente torniamo qui, e apriamo gli occhi.

inespresse, fino a trovare sfogo in modi nocivi, non solo in termini di comportamenti aggressivi verso gli altri ma anche verso se stessi, ad esempio con problemi di sovrappeso e conseguenti malattie metaboliche. Sappiamo come sia in aumento il diabete giovanile e quanti bambini soffrono di obesità.

Qualsiasi cosa sia avvenuta, cercate comunque, di mantenere quella sensazione di Energia, di forza magmatica, conservate il ricordo di quella vibrazione, come una sorta di corrente elettrica che pervade tutto il corpo, scuote la mente e le emozioni, una vera e propria “Esplosione di vita”.

Cosa si dice a proposito dei bambini, una vecchia espressione diceva, hanno l’argento vivo addosso, non stanno mai fermi, sono sempre in movimento; così come il fermento dei giovani, il “tormento e l’estasi” degli adolescenti, zaino in spalla e voglia di conquistare il mondo.....ma probabilmente anche il loro mondo interno.

Tutta questa **energia** la troviamo nei vari livelli, fisico, emotivo, mentale e spirituale, è l’energia quindi, il *potenziale creativo* che sgorga pura in questa fase della vita, come prezioso carburante da amministrare e sapere utilizzare nel corso delle successive fasi della vita. Gli adulti devono accompagnare in questo percorso, i bambini e i giovani, indirizzandoli con saggezza, seguendo le loro naturali linee di sviluppo, in questo risiede il compito educativo.

Vediamo, in una veloce carrellata come questa energia vitale, si manifesta nei vari livelli.

Nel **corpo** ad esempio, sappiamo che i battiti cardiaci dei bambini hanno frequenze più alte rispetto a quello degli adulti; come elevati, sono i ritmi di accrescimento, già dalla fase di gestazione fino alle tappe successive dello sviluppo arrivando alle soglie dell’età adulta. Dalle leggi della psicodinamica, sappiamo che le energie chiedono di essere manifestate, secondo vari canali; quelle corporee, così esuberanti in queste età, possono ben essere espresse attraverso l’attività fisica, la ginnastica (una sorta di Cenerentola tra le diverse materie di studio), la danza o alcuni tipi di sport; dovrebbe esserci un’alternanza tra i momenti di riposo e di movimento così da garantire un buon equilibrio psicofisico. Passare, invece, troppo tempo davanti al televisore, o ai tablet, nei video giochi, come purtroppo accade sempre più spesso, alimenta una sedentarietà che incamera energie

A **livello emotivo**, dalle famose “bizzate” dei piccoli, ai così detti capricci, alla volubilità dei sentimenti, all’esplosione di rabbia incontrollata; per poi confluire negli sbalzi d’umori, vere e proprie tempeste emozionali caratterizzanti l’età della preadolescenza. Questa fascia d’età, solitamente messa in ombra dalla fase successiva della adolescenza vera e propria, è stata indagata da Alberto Pellai in uno dei suoi ultimi libri, chiamandola, “L’età dello tsunami”; va dai 9 anni ai 12/13. In questi pochi anni le energie sono in tumulto, compresse tra lo sviluppo fisico con le variazioni ormonali, desideri di crescere e sentirsi grandi e il sentirsi ancora prigionieri in un corpo ancora pseudo infantile. Nella metamorfosi dal bambino all’adulto, l’adolescente (dai 13/14 anni fino a oltre 20 anni) inizia la ricerca della propria identità, alterna momenti di sconforto, di depressione, a momenti di euforia. E’ l’età degli eccessi, delle prove di vita, l’età della “prima volta”, nel bene e nel male. Tutto è molto smodato perché le energie dei sentimenti e delle emozioni sono estremizzate. Ma queste manifestazioni non devono dare una visione patologica di questo periodo.

E’ tutto il magma energetico che confluisce in questa complessa fase di transizione, di grandi cambiamenti fisici e psicologici; queste esplosioni umorali, ormonali, devono essere riconosciute e ben dirette da adulti in grado di aiutare i giovani a canalizzarle correttamente secondo il loro progetto di sviluppo, unico ed individuale.

Tutti noi siamo sopravvissuti ai musi lunghi, ai pianti improvvisi, alle gioie, alle paure, alle paturnie, della nostra adolescenza. E credo che ciascuno di noi sia ancora grato a quegli adulti che hanno creduto in noi e intravisto il nostro potenziale, aiutandoci a trovare la strada giusta per realizzarci. E’ sempre più evidente come la preparazione idonea degli educatori sia il requisito fondamentale per rapportarsi in maniera efficace nell’intervento educativo.

Vediamo ora cosa accade a **livello mentale**. Il potenziale creativo della mente si realizza nella progettazione di forme pensiero via via sempre più elaborate, dall’immaginazione, alla fase analitica e quella sintetica.

La funzione dell’immaginazione rappresenta il serbatoio per eccellenza del potenziale creativo, è l’immaginazione che suscita e fa agire il subcosciente come ci ricordano le leggi della psicodinamica; cercare di inibirla, soffocarla, significa privare i bambini, i ragazzi di una preziosa risorsa evolutiva. Troppo spesso nei programmi scolastici viene privilegiato il versante razionale-analitico, soffocando il potere dell’immaginazione.

Nella scuola primaria è stato dimostrato che anche nei calcoli matematici, se viene introdotta la capacità immaginativa, visualizzando ad esempio una serie di oggetti, le principali operazioni di addizione e sottrazione risultano più facili per certi soggetti, che non attraverso un ragionamento astratto. Anche la funzione ludica, tipica dell'infanzia rappresenta una estensione della funzione immaginativa, diventando una sorta di rodaggio per i successivi processi di apprendimento, ben conosciuti, grazie agli studi, in primis di Jean Piaget, sullo sviluppo cognitivo.

Durante gli anni dell'adolescenza avvengono importanti cambiamenti a livello mentale: dalla memoria, al pensiero, al ragionamento, alla capacità di concentrazione,

ai processi decisionali, di progettazione e pianificazione. In questa fascia di età è molto importante poter introdurre la tecnica del modello ideale, perché i giovani iniziano a gettare i semi di ciò che vogliono e possono, diventare. Gli ultimi studi sull'adolescenza, hanno identificato gli anni dai 13/14 fino ai 24, quelli, dove si verifica la più intensa accelerazione della crescita psicofisica e della maturazione dell'individuo. L'adolescenza rappresenta il momento più fertile di tutto l'arco della vita.

Questo fermento rappresenta l'enorme potenzialità di questa fascia evolutiva, un patrimonio, appunto, da amministrare sapientemente e al quale ricorrere nelle tappe successive maturative. L'adolescenza è il momento della vita con le maggiori risorse in termini di creatività



Bruegel, il Vecchio. Giochi di bambini 1559

e di coraggio. Gli adulti che si relazionano con loro, indipendentemente dal ruolo assunto, hanno una enorme responsabilità sociale, sia a livello educativo che formativo; la loro guida dovrebbe infondere loro sicurezza e autorevolezza.

Un ultimo cenno per quanto concerne il **livello spirituale**. Un pensiero di Edward Bach sul compito dei genitori, ma rivolto ad ogni educatore, sottolinea l'importanza durante i primi anni di vita del bambino di "agevolare il contatto di un'anima con il modo, perché possa compiere la sua evoluzione, (...) disponibilità a dare al nuovo venuto, oltre che la protezione fisica, tutto l'appoggio spirituale e intellettuale che gli necessitano per crescere senza mai dimenticare che il piccolo è un'anima individuale che deve guadagnare esperienza e conoscenza in tutta libertà, seguendo i dettami del suo io Superiore." Ogni bambino fin dalla nascita porta in sé il seme della sua stessa individualità, proveniente dal Sé transpersonale e Universale, da questa fonte inesauribile, cosmica, attinge il suo potenziale creativo.

Comprendete bene che considerare i bambini come anime incarnate, cambia totalmente l'approccio educativo. La formazione della giovane personalità, esuberante e a volte ribelle, richiede contenimento, l'osservanza di regole, una guida forte ma al tempo stesso amorevole, ma anche rispetto e gentilezza. Con i bambini dovremmo educare sempre con il sorriso nel cuore, anche quando li rimproveriamo. Le punizioni ricordava Assagioli devono essere sempre "impersonali" e basate sempre sul principio di causa ed effetto. Per questo non si ripeterà mai abbastanza, quanto sia opportuno per i genitori, gli educatori, svolgere un percorso auto educativo, quello che la psicosintesi offre, con uno specifico richiamo all'educazione spirituale. Se chi educa non riconosce in primis, le proprie potenzialità, i propri limiti, non è capace di auto dominio, conoscenza di sé, come potrà essere credibile nei suoi interventi educativi. Ma soprattutto se non si riconosce anima tra anima, come potrà seguire lo svolgersi dei piccoli sé, il fiorire dell'anima nelle giovani personalità.

Lo stesso discorso vale per riconoscere le energie spirituali che si sprigionano durante l'adolescenza; questo periodo non è solo caratterizzato dalla ricerca di Identità, dal sofferto passaggio esistenziale dall'infanzia a l'età adulta, ma è il richiamo dell'Anima, che si fa ancora più urgente, tra il desiderio di essere nella Vita e la paura stessa del Vivere. Cerchiamo di comprendere tutto questo in termini energetici, i bambini, i giovani, bruciano riserve incredibili di energie, in altri termini, la loro vitalità rappresenta il dono che la vita fa alla Vita stessa, e in questo risiede il loro patrimonio creativo, il loro potenziale. Sta agli educatori individuare le forme espressive delle giovani personalità, riconoscendo la tipologia individuale prevalente, aiutandoli a sviluppare in modo armonico le funzioni psichiche. I bambini, ma anche i

giovani non chiedono altro che di essere "visti", compresi, indirizzati, guidati nel loro percorso di vita appena iniziato, ma chiedono adulti consapevoli, equilibrati, autorevoli, modelli credibili dai quali attingere esperienze utili, costruttive, autentiche. Accade talvolta che i bambini nella loro essenza spirituale siano invisibili agli occhi degli adulti, ma acquistano visibilità, solo, per problemi di salute, o per il rendimento scolastico, in generale, solo quando diventano oggetto di preoccupazione, anziché essere considerati soggetti di cura e di amore.

E gli adolescenti, da *adolescere* (latino), in crescita. "Crescere", tra le tante accezioni terminologiche, significa assumersi la responsabilità della propria parola. Quanta importanza diamo alle parole degli adolescenti. Li associamo spesso al disagio giovanile, all'uso di alcool, droghe. Forse questo stordimento è un modo, al negativo (Erikson parlava di "identità negative", piuttosto che non essere nessuno, divento qualcuno con comportamenti devianti dalla norma), una modalità, appunto per rendersi visibili. Anche il loro modo bizzarro, di vestirsi, di acconciarsi i capelli, i piercing, i tatuaggi, non sono altro che forme di visibilità. I giovani sono oggetto di marketing, la bellezza della gioventù rappresenta un buon affare per i mercanti di fumo che si aggirano come avvoltoi alla ricerca di scalate in borsa...

Dei giovani si parla tanto, ma loro, hanno poca voce, forse servono a questo le canzoni dei giovani rap che tanto spopolano, che come cantilene insistenti parlano dei loro problemi, dei loro desideri e dei loro sogni, spesso rubati proprio da chi avrebbe dovuto avere cura di loro.

Nel potenziale creativo dell'infanzia e dell'adolescenza si trova la più ingente risorsa energetica, per il futuro di tutto il genere umano e del pianeta stesso, perché come è stato ribadito nei cori dei giovani ambientalisti, non ne abbiamo un altro di riserva. Chi ha a cuore la Vita, deve mettere al primo posto il benessere dei bambini e dei giovani, di ogni parte del Mondo. Vita alla Vita.

Elena Morbidelli

Psicologa, Psicoterapeuta Sipt, Formatrice dell'Istituto di Psicosintesi, Docente della Scuola di Conduzione e Counselling di Gruppo dell'Istituto.