

Dal generale al particolare

Negli ultimi due comunicati abbiamo fatto emergere due aspetti che ritengo siano fondamentali oggi e che riguardano un concetto comune: allargare lo spazio dell'attesa.

- Da una parte questo ci serve per **non generalizzare la condizione di oggi con contenuti universalmente veri**
- dall'altra può essere utile per **allenare il nostro pensiero critico**.

A cosa può esserci utile tutto questo nel rapporto con i nostri figli o alunni?

Ci può essere capitato che ultimamente possiamo notare che quando cerchiamo di dare un significato alle azioni dei bambini e dei ragazzi in questo periodo tendiamo a far derivare il comportamento alla reclusione forzata, andando quindi a **trovare una causa comportamentale esterna ad un periodo particolare della loro vita**.

Questo fenomeno raramente trova spazio nella quotidianità, quando siamo soliti pensare che **quel bambino sia particolarmente irrequieto perché “non si sa mai contenere”, “ha preso tutto dal padre”, “è sempre così distratto”**.

E' come se le nostre due tipiche risposte siano quelle di oscillare tra giustificare alcuni comportamenti tramite cause esterne (il fatto che ci sia in atto una pandemia) o generalizzare il comportamento specifico ad una caratteristica propria della persona (e come tale sempre uguale a sé stessa e difficilmente modificabile).

Tenere in considerazione, invece, entrambi gli aspetti può esserci molto utile quando ci rapportiamo agli altri, soprattutto ai nostri figli in questo momento di difficile ma altrettanto preziosa convivenza.

E' come se questa pandemia, nella sua opera di dilatazione temporale, **ci stesse anche facendo emergere forti e chiare le dinamiche che fanno parte della nostra quotidianità nei rapporti con gli altri**. Ci fa rendere conto di come questi comportamenti ci possano aiutare a conoscerci meglio, ma anche a **relativizzare i comportamenti ad azioni specifiche anziché a caratteristiche proprie ed immutabili di quella persona**.

E quindi quel “sono stata proprio sfortunata in quella situazione” (VIII comunicato “**Questione di attenzione**”) diventa vera sia per noi ma anche per gli altri. Ricordiamocelo, quindi, quando, da arrabbiati o tristi, non ne vedremo che quegli aspetti che ci fanno tanto arrabbiare o rattristare, di **cercare di allargare il campo della nostra consapevolezza**: così “sei uno sfaticato” diventa “oggi non mi hai proprio aiutato”, “non ci si può fidare di te” può essere sostituito da “non mi aspettavo che questa volta non avresti mantenuto la promessa”.

La generalizzazione, infatti, ci porta spesso ad avere pregiudizi su quella persona, ci fa pensare che, dal momento che pensiamo già di conoscerla, valga poco la pena lasciarci sorprendere.

Quindi cosa ci insegna oggi la quarantena? Che possiamo fare nostra, anche quando tutto sarà finito, la modalità di pensiero che oggi stiamo tanto mettendo in atto, quella che in un qualche modo giustifica i nostri comportamenti, ci solleva dal darci o a dare colpe incolpabili.

Quella che ci insegna che **tutto è relativo e può essere ascrivibile ad un preciso momento**, anche se quel momento ci sembra la fine del mondo.

Faenza, 26 Marzo 2020

Dott.ssa Sabrina Lattes
Psicologa dello Sportello di ascolto dell'I.C. Matteucci
sabrina.lattes@icmatteuccifaenza.edu.it