

Di quale libertà sei stato privato?

Cari genitori, gentili insegnanti,

in questi giorni stiamo notando che una stessa situazione può essere osservata da più punti di vista, che uno stesso pensiero può dar luogo a diverse emozioni, diversi pensieri e diversi comportamenti.

Sto pensando che una cosa che accomuna i nostri lavori, quella dello psicologo, del genitore e dell'insegnante, sia il fatto che **ci interfacciamo quotidianamente alla soggettività pur contando sul suo aspetto oggettivo.**

Nella nostra piccola o grande esperienza, nelle situazioni che quotidianamente siamo chiamati ad affrontare, credo che quello che ci spinge a dare il meglio di noi sia il fatto che abbiamo dei punti fissi da seguire lasciandoci, allo stesso tempo, muovere dalla soggettività nostra e delle persone con cui ci interfacciamo.

Che siano figli, alunni o pazienti, quegli esseri "altri da noi" hanno un mondo da esplorare e da scoprire dentro di loro, e ci portano a muoverci su due livelli: **quello della mappa, seguire e offrire punti di riferimento, e quello del territorio, scoprire come declinarli nell'imprevedibilità del quotidiano.** Credo che questo sia l'aspetto più complesso e interessante del nostro lavoro.

Eppure ultimamente, sembra che la soggettività abbia poco spazio per esprimersi, ci troviamo di fronte un'oggettività della realtà spiazzante: siamo tutti in casa, dalla persona più ansiosa a quella più solitaria, dal libero professionista al dipendente in cassa integrazione.

E' come se ci fosse richiesto di adeguare le nostre soggettività ad un'oggettività predisposta.

Sapete cosa vi dico? Non fatelo. **Continuate a connettervi con la vostra soggettività, tenete in allenamento il vostro occhio curioso a quello dell'altro.**

Come farlo se non partendo da un'idea centrale oggi, quella di *libertà*?

Se ci pensiamo, nel corso del tempo abbiamo perso e guadagnato innumerevoli libertà, oggi ci stiamo confrontando con una che pervade diversi livelli della nostra vita:

- quella **fisica**, non possiamo abbracciarci;
- quella **mentale**, siamo lontani e a volte stentiamo a capirci;
- quella **spaziale**, non possiamo uscire di casa.

Oggi, quindi, vi chiedo: **qual è la vostra libertà?**

Cerchiamo di connetterci a questa idea, pensiamoci profondamente.

- Quali **immagini** vi vengono in mente?
- Quali **pensieri** scorrono nei vostri pensieri?
- Quali **sensazioni** sentite, nel mentre, nel vostro corpo?

Proviamo a scriverli su un foglio, analogico o digitale poco importa. **O disegniamone l'idea**, se questo ci piace di più. Di certo ci darà uno spunto per riflettere su un valore che per noi è importante.

E ora spostiamo il focus sul nostro ragazzo. **Quale pensiamo possa essere la sua idea di libertà?**

E, inoltre, **quali sono le caratteristiche del suo comportamento che mi possono dire come si possa sentire lui, in questo momento, rispetto a questo centrale tema?**

Non è detto che corrisponda alla nostra, anzi. Probabilmente non lo sarà affatto.

Proviamo a pensarci, se volete condividere le vostre riflessioni, io ci sono.

Vorrei solo darvi qualche spunto di riflessione, e lasciare che siate voi a scoprire, da esperti esploratori, **qual è il bisogno che può essere più vicino all'idea che il vostro figlio o il vostro alunno hanno di libertà.** Me ne vengono alcuni, ve li lascio senza entrare nel dettaglio delle mie personali riflessioni, credo non interesserebbero.

L'obiettivo non è discutere di quanto possano essere più o meno accurate, o se siano o meno riconosciute da altri; quello che è interessante è **vedere come uno stesso concetto può essere interpretato in modi sempre diversi**, a seconda della persona che li pensa, del momento storico e di altre numerose variabili.

Siamo essere relazionali, e quello che possiamo cogliere come risorsa delle nostre relazioni è **connetterci con i bisogni e le idee sia nostri che poi dell'altro.**

Alleniamoci all'ascolto di noi stessi per aprirci a quello degli altri. Senza giudizio, ma con piacevole curiosità.

Io nei vostri confronti ne nutro molta, se vorrete dividerle con me via mail mi farà molto piacere.

Sperando di leggervi,
a domani.

Faenza, 3 Aprile 2020

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

- ❖ La libertà, canzone di Giorgio Gaber
<https://www.youtube.com/watch?v=j3vowbyQBiq>
- ❖ "Il gabbiano Jonathan Livingston", romanzo di Richard Bach
https://it.wikipedia.org/wiki/Il_gabbiano_Jonathan_Livingston
- ❖ Viandante sul mare di nebbia, quadro di Caspar David Friedrich
https://it.wikipedia.org/wiki/Viandante_sul_mare_di_nebbia