

... IO SPERIAMO

CHE ME LA CAVO ...

SUP-porti per SOP-portare la fatica della 3<sup>a</sup> ondata

Favorire le competenze vitali per accrescere autonomie e  
responsabilità:

dal "tempo sospeso" al desiderio "di realizzarsi". 11-16 anni

Da Adulti **ACCORATI** (tristi, preoccupati, negativi sui giovani e sul futuro) ad

Adulti **ACCORTI** (che stanno attenti, che si accorgono, che sanno anche come fare...)

Invece che preoccuparci, occuparci di loro!

Sia verso chi dà segnali di disagio, sia verso chi ce la fa ma "non si salva da solo"!

**Il problema c'era già** – neet anche prima, tasso suicidi in Italia seconda causa di morte; uso e abuso sostanze, alcool, dipendenze varie; abbandono scolastico, carenza prospettive occupazionali-  
**...prima del COVID**

**Il danno è fatto – poco investimento sull’educare, sulla scuola, eliminazione dell’assessorato allo sport in Lombardia, e ora isolamento forzato e non giustificato se non per altri fini**

Ok. Ora però siamo consapevoli

Possiamo – se vogliamo- **“salvare il salvabile”**: e i ragazzi **vogliono salvarsi!**

**Es: Unicef** questionario: “consapevolezza e maturazione, crescita e proiezione al futuro con speranza!”

+ **movimenti giovanili** – per l’ambiente, per la scuola aperta...

+ **anche il Volontariato**, l’adesione alle buone proposte per la loro vita – scuola tipo Porta, Associazioni tipo Sportello, CSI –

Vedi su pagina Facebook @dottoressaluciatodaro

**Comprendere** oltre a capire = Entrare in **empatia** mantenendo il ruolo

Cosa serve davvero? Di cosa hanno bisogno per star bene ora e per usare bene di questo “tempo di sospensione”?

È il concetto di **PAZIENZA COGNITIVA**: aspettare ma operando perché l’attesa abbia un senso! → webinar sul tema Pazienza Educativa 26 maggio

**Ritiro sociale un po' tranquillizza noi**, - “bravi ragazzi” protetti e non pretenziosi, forse più concentrati sullo studio di prima! –

**MA è costruttivo** per loro, per l'autonomia e la responsabilità e la maturazione?

**Mancanza di esperienze:** il fare, lo stare, il provare...sbagliare e imparare, riuscire e goderne!

E se noi stimoliamo solo :

→ “datti da fare!”, “se non provi non potrai imparare/riuscire”,  
“sbagliando si impara”, “chi sbatte la testa contro il muro capisce!”

Attenzione a:

le profezie che si autoavverano

l'adattamento cronico **storiella delle pulci** (Seligman)

**RISCHIO DI IMPOTENZA APPRESA** con conseguenze

Ø cognitive = locus of control esterno

Ø emotive = paura, ansia, depressione, fallimento – calo tono dell'umore-

Ø motivazionali = calo della motivazione e dell'autostima -  
spaesamento e incertezza! –

patologie conseguenti e autolesionismo, tentativi di suicidio

Noi osserviamo? Guardiamo, vediamo ...ma occorre, verso  
l'adolescente **ESSERE ACCORTI**, cioè **ACCORGERSI**

ac-còr-to      **SIGNIFICATO** ***Avveduto, prudente; che si rende conto***

ETIMOLOGIA *participio passato del verbo accorgersi **rendersi conto di**, acquistare coscienza di, a sua volta composto dal latino: **ad** e **corrigere** **correggere**.*

**Considerando gli elementi della realtà che scorgiamo intorno a noi, percependoli o intuendoli, correggiamo la nostra precedente posizione e intenzione, adattandola al nuovo quadro: fare questo - od essere pronti a farlo - è essere accorti.**

L'**apatia** non è pigrizia – istinto di tendere alla felicità, alla autonomia al crescere è sano e innato...

L'**apatia** è **disinteresse, demotivazione e accidia** per carenza di stimolazioni e di emozioni connesse – e vitali! -

L'**accidia** o **acedia** è **l'avversione all'operare, mista a noia e indifferenza**. L'*etimologia*

classica fa derivare il termine dal greco á + κήδος, sinonimo di indolenza

Si adattano, non si lamentano, si rassegnano...perdono gusto, non contemplano più le fatiche, regrediscono nelle autonomie e si ...ritirano in se stessi, senza più il desiderio "vitale"

La condizione di partenza, il rischio di cui già si parlava era il fenomeno dal Giappone degli

**Hikikomori**" è un termine giapponese che significa letteralmente "**stare in disparte**" e viene utilizzato in gergo per riferirsi a chi decide di ritirarsi dalla vita sociale per lunghi periodi (da alcuni mesi fino a diversi anni), rinchiudendosi nella propria abitazione, senza aver nessun tipo di contatto diretto con il mondo esterno, talvolta nemmeno con i propri genitori. È un fenomeno che riguarda soprattutto i giovani dai 14 ai 30 anni.

Relazioni scarse e disinteresse per le novità?

Assenza da scuola?

Abuso di social e tecnologia?

...aiuto!!!!

**Che fare?**

**Matteo Lancini, Minotauro – Milano-**

**è molto importante monitorare i processi di socializzazione del figlio con l'arrivo dell'adolescenza, interessandosi non solo dei risultati scolastici ma anche della capacità di integrare una vita di relazione reale e virtuale, così come accade oggi nella società di internet.**

Non sempre un figlio che va bene a scuola e legge molti libri, non gioca ai videogiochi e non si interessa ai social, segnala una condizione di benessere. **Intercettare i segnali odierni del disagio adolescenziale non è una vicenda semplice e, soprattutto, richiede una funzione adulta attenta alle esigenze evolutive dell'adolescente odierno, piuttosto che forme stereotipate e ideologiche di approccio alla realtà.**

**L'ascolto attento e una moderna forma di autorevolezza è quello che serve ai genitori, così come agli insegnanti e a tutti gli educatori.**

Li abbiamo ascoltati?

Abbiamo chiesto a loro di dirci come stanno vivendo tutto ciò?

Senza giudizio abbiamo accettato anche le contraddizioni – dell'età ma anche delle fasi critiche della vita?-

La famiglia e la scuola sono state attente, guardando e ascoltando disagi, paure ma anche sollievi, adattamenti funzionali....

## **Alberto Pellai**

Da una parte la necessità di arginare il virus, dall'altra il bisogno degli adolescenti di “tornare a muoversi nella loro dimensione, tra trasgressione e senso del limite. Hanno saputo accettare le regole e adattarsi alla scuola dei protocolli. Ma ora rischiano di diventare tristi: la scuola è fattore di protezione, non possiamo rendere di nuovo i giovani invisibili”

E' quello che viene chiesto in questo momento ai giovani: di confrontarsi con una dimensione del limite che è contro la loro natura. Pensiamo al distanziamento, che impedisce il contatto fisico, limita le esplorazioni, tutti aspetti che sono parte fondamentale dell'adolescenza. E come su una pianta che è sempre cresciuta in una serra, dotata di ogni conforto e regolarmente annaffiata, fosse improvvisamente trasferita in mezzo al deserto, in cui non c'è acqua e il sole batte sempre, asciugando e prosciugando.

**cosa “noi genitori abbiamo imparato in tempo di emergenza”?**

Che i nostri figli adolescenti sanno farsi invisibili, obbedienti e passivi, ma la deriva è depressiva e di ritiro sociale, come ci dimostra l'aumento delle patologie psichiatriche tra i giovani come tra gli adulti. Se li richiudiamo in casa pensando che possano farcela, chi cammina sul filo non ce la farà.

Ora?

**Per cominciare a prepararli al rientro, alla ripresa, alla ripartenza, al recupero, alla abitudine, alla gioia dell'essere PRESENTI a se stessi, agli altri al Futuro da progettare e costruire ....**

**Mantenere la nostalgia** e coltivare comunque i sogni, le aspettative e prospettive

**Accrescere le competenze emotive e sociali**

**Far sperimentare il benessere relazionale**

**in casa** – tutelando i loro spazi, i loro tempi e la loro autonomia per quanto possibile –

**a scuola** – che se non è un luogo abitato è una rete relazionale, e negli oratori, negli spogliatoi chiusi abbiamo mantenuto la nostra **INTENZIONALITA' RELAZIONALE ed EDUCATIVA CON LORO** o siamo stati a guardare ...? Manca la scuola non per la didattica ma per la “palestra educativa e relazionale che è”

**Far calare lo stress e la paura: pensieri e profezie positivi**

**Attività fisica anche in casa** – attrezzi, stimoli, proposte..

**Gemellaggi tra famiglie, tra alunni, contatti limitati ma costanti e di qualità!** Le videochiamate, le chat ora possono tenere “i fili” delle relazioni da mantenere



Attivazione dei giovani perché si sentano utili, protagonisti e partecipi del vivere questo periodo faticoso per tutti – a casa e a scuola e nel volontariato – che è uscire da sé anche se non si può uscire di casa!- es riconversione pc e tablet per chi ne era sprovvisto

Ascolto attivo, empatico, che è autorevolezza genitoriale e degli insegnanti, educatori, catechisti, allenatori “coraggiosi”

Contagio di PENSIERI POSITIVI, di STRATEGIE DI RESILIENZA:  
es:

Matteo Ciconali: Casa è una prigione...si ma dorata e temporanea

Non ci hanno rinchiusi ma ci siamo ritirati noi per un po'

Non solo per non essere contagiati ma per non contagiare

Non ripartiremo da dove eravamo ma ricominceremo con idee nuove, consapevolezza diverse, maggiore umiltà...

Stimolare Resilienza (“non solo resistere alle avversità ma rialzarsi e ricominciare”) = individuare le proprie risorse personali -life skills- e le risorse esterne su cui fare affidamento

Rielaborare risonanze (pensieri ed emozioni di questa fase di vita)

## Vogliamo essere Adulti Accorati o Accorti?

Questa la nostra sfida educativa!

*Quando, da ragazzo, cominci il viaggio della vita, sei naturalmente portato a pensare di essere solo uno tra tanti, e a credere quindi che la cosa migliore da fare sia seguire la maggioranza. Questo modo di pensare è completamente sbagliato. Ricorda che tu sei tu. Sei tu che devi vivere la tua vita e, se vuoi riuscire a raggiungere la felicità, devi essere tu a guadagnartela. Nessun altro può farlo per te. E, nel viaggio della vita, devi spingere la tua canoa con la pagaia, non remare come in una barca. La differenza è che, nel primo caso, tu guardi davanti a te e vai sempre avanti, mentre nel secondo caso non puoi guardare dove vai, ma devi affidarti ad altri che reggono il timone, col risultato che puoi cozzare contro qualche scoglio prima di rendertene conto. Molta gente tenta di remare attraverso la vita in questo modo. Altri ancora preferiscono una navigazione passiva, facendosi trasportare dal vento della fortuna o dalla corrente del caso: è più comodo che remare, ma è ugualmente pericoloso. Io preferisco uno che guardi davanti a sé e sappia condurre la sua canoa, cioè si apra da solo la propria strada. Guida da te la tua canoa [...]. Stai partendo dal ruscello della fanciullezza per un viaggio avventuroso; di lì passerai nel fiume dell'adolescenza; poi sboccerai nell'oceano della virilità, per arrivare al porto che vuoi raggiungere. [...] Se saprai manovrare con attenzione, navigando con fedeltà ed allegra tenacia, non c'è motivo per cui il tuo viaggio non debba essere un completo successo, per piccolo che fosse il ruscello da cui un giorno sei partito.” Baden Powell*

- INCORAGGIARE A SOGNARE
- SVILUPPARE IL CORAGGIO
- ACCOMPAGNARE LA FATICA E L'INSUCCESSO
- VALORIZZARE L'ORIGINALITA'

***“Bisogna che egli cresca, e che io diminuisca” (Gv. 3; 30)***

Grazie

Potete visionare [www.luciatodaro.org](http://www.luciatodaro.org)

Consultare la pagina facebook @dottoressaluciatodaro

Scrivere a [luciatodaro23@gmail.com](mailto:luciatodaro23@gmail.com)

Inoltre vi propongo:

**6 maggio**, ore 18-19.30 INCONTRO ONLINE per ragazzi dai 13 ai 18 anni: **RIPRENDERE AD ESISTERE DOPO IL COVID**

**27 maggio**, ore 18-19.30 INCONTRO ONLINE per ragazzi dai 13 ai 18 anni: **CREDERE IN SE STESSI E COSTRUIRE IL PROPRIO VALORE UMANO**

- per info, costi e modalità di partecipazione: [luciatodaro23@gmail.com](mailto:luciatodaro23@gmail.com) -

Grazie....siate lieti!