

“Io, al tuo posto” ossia “L’Educazione dei Figli.

Dialogo, trasformatosi in monologo tra la Dott.ssa Eva-Lena Fehlmann, BSc. Master in Mindfulness, Presidente dell’Associazione “Persone Altamente Sensibili” e il Prof. Dott. Edmondo Pasini, Medico Psicoterapeuta, Spec. In Psicologia e in Psichiatria.

“Io, al tuo posto farei, direi, mi comporterei....” È la tipica frase che ci viene detta, con tono di sicurezza, quando noi confidiamo di avere alcune difficoltà con qualche nostro figlio/a. Possiamo scommettere con forte probabilità di vincita che si tratta di qualcuno senza figli che pertanto si sente autorizzato a legiferare in materia, elargendo consigli e prediche.

Esistono, a mio avviso, due categorie di persone capaci di educare in modo perfetto i figli: la prima è costituita da coloro che non ne hanno e in base a quanto proclamano sembrerebbero i migliori. La seconda categoria è costituita da genitori fortunati ai quali “è andata bene” e hanno figli che non costituiscono problema; non sono bravi come quelli della prima categoria, tuttavia sovente si vantano della loro capacità educativa e propongono se stessi quale esempio. Tutti gli altri, ossia la maggioranza, fanno del loro meglio, augurandosi di sbagliare il meno possibile e, in questo caso, è importante che imparino dai propri errori.

Cara Eva-Lena, sei la Presidente della Associazione “Persone Altamente Sensibili” e mi hai chiesto se io ritengo

che i giovani particolarmente sensibili in questo periodo di marcato disagio giovanile, aumentato dalle limitazioni dettate dalla pandemia da COVID 19, siano maggiormente vulnerabili. Io, invece, sto divagando e ti ho anticipato la mia opinione riguardo i “bravi educatori dei figli”, ma la tua richiesta mi ha stimolato a esporre le mie idee riguardo il problema in generale per poi scendere nei particolari. Se acconsenti non sarà una intervista come le altre volte, ma diventerà un monologo e tu potrai intervenire alla fine, oppure quando lo desideri. Sei d’accordo? Allora inizio.

È ovvio che io esprimo idee personali che non rappresentano “la verità”, ma solo la mia opinione e che pertanto possono essere confutate non solo da esperti, ma anche da qualsiasi lettore.

Inizio affrontando il problema “alla larga”: in questo periodo si parla frequentemente del “disagio giovanile” che è divenuto un argomento alla moda e in particolare ci si sofferma su episodi di grave insubordinazione sociale commessi da giovani anche privi di problematiche sociali. Mi riferisco a fatti di sangue commessi da ragazzini minorenni o anche non ancora imputabili per la giovane età, oppure a riunioni di massa, incuranti di divieti, opponendosi con la violenza alle Forze dell’Ordine che cercano di far rispettare ordine e regolamenti. Per trovare una spiegazione sono state avanzate varie interpretazioni, ma, a mio avviso, si trascura un fatto biologico fondamentale.

Indiscutibilmente l’uomo è un mammifero e in natura tutti i cuccioli dei mammiferi imparano il comportamento

per sopravvivere e da tenere nel rispettivo gruppo sociale dagli adulti soprattutto per imitazione; è insegnato dai genitori, la madre in particolare, che dall'inizio della loro esistenza in modo deciso e affettuoso li addestra a vivere.

Pertanto non può venire il sospetto che i primi responsabili della diseducazione dei “cuccioli d'uomo” siamo noi adulti? Siamo sicuri di fornire loro una educazione valida?

Inoltre il giovane nella sua ricerca di autonomia per strutturare una propria individualità da sempre, sin dall'antichità, è stato trasgressivo, pertanto dobbiamo considerare la trasgressione, che dovrebbe essere contenuta nei limiti sociali, una componente normale per la crescita del giovane.

Consideriamo che la trasgressione per essere ritenuta tale e ottenere il risultato, ossia fornire una soddisfazione personale, deve essere occasionale e non abituale. Attualmente non esiste più nulla, o quasi nulla, da poter trasgredire perché in pochi decenni tutto è diventato lecito. Non esistono più punizioni, tutto è permesso in nome di una pessima interpretazione di studi psicologici.

La quasi totalità degli Psicologi e degli Educatori giustamente concorda nel sostenere di non intervenire con punizioni corporali, neppure minime, quando un bambino (figlio/a o allievo/a) commettono una trasgressione, anche se, redarguiti con pazienza, essi proseguono incuranti di ogni sollecitazione a smettere. È severamente vietato usare sculacciate o schiaffi per farsi obbedire, pena una denuncia penale per l'adulto manesco; è pure vietato ricorrere a

minacce, o urlare. È consigliato, invece, di usare la persuasione verbale, con tutta la pazienza necessaria, per convincere di non proseguire nella trasgressione e obbedire a quanto richiesto.

Questo validissimo messaggio positivo è stato recepito, ma non significa che tutto sia permesso; dai mezzi coercitivi si è passati a una quasi permissività assoluta, ma è un errore di interpretazione. Inoltre si è creato un grosso problema: “non tutti hanno la pazienza e la capacità di riuscire a convincere il minore trasgressivo” per cui, specie i genitori, non sapendo come comportarsi nella maggior parte dei casi si rassegnano, tollerano il comportamento del figlio/a cercando di limitare i danni, oppure, per i “casi difficili” chiedono l’intervento di uno psicologo o psichiatra che riesca a modificarne il comportamento. In questo caso si tratta di un intervento molto delicato che per ottenere risultati positivi deve avere la condiscendenza dell’interessato.

Insisto e ripeto che attualmente bambini e soprattutto gli adolescenti non hanno più nulla di nuovo per “commettere un’azione trasgressiva”; possono solo imitare gli adulti quando questi hanno un comportamento asociale.

Mi spiego facendo degli esempi e, come tutti gli anziani, specie se come me sono molto anziani, inizio con la frase: “Ai miei tempi era diverso”; non sostengo che fosse meglio, ma certamente era diverso. Ad esempio per noi adolescenti intorno ai dieci anni che vivevamo in città era considerato trasgressivo se fossimo riusciti di nascosto a fumare una sigaretta, a bere una piccola birra, a sottrarre qualche

frammento di ghiaccio al venditore che in epoca pre frigoriferi passava per le vie a portare il ghiaccio a casa per metterlo nelle ghiacciaie casalinghe, a importunare qualche abitante in case con campanelli in strada e per i maschi trovare qualche “giornale per adulti” con fotografie di donne discinte. Tutte azioni e altre simili che ora farebbero solo ridere.

Cosa occorre fare attualmente per compiere un’azione trasgressiva tale da poter comunicarla ad altri e essere quindi ammirati per il nostro coraggio?

Adolescenti, dai dieci anni, poco più che bambini, fumano spinelli, si ubriacano, abusano di psicofarmaci e altre sostanze eccitanti o rilassanti, commettono furti, rapine, sono violenti, dileggiano gli insegnanti, si oppongono alle Forze dell’Ordine, hanno un comportamento asociale. Se si vuole essere trasgressivi ora l’ultimo limite da superare è rischiare la vita propria e di altri; in effetti molti divertimenti visti in rete e pertanto diventati moda da imitare, hanno causato la morte di giovani imitatori.

È un fenomeno diffuso in tutti gli Stati, si parla di “disagio giovanile”, ma nessuno sa proporre soluzioni adeguate. I giovani affermano gloriosi: “Siamo liberi”, ma esiste anche la constatazione che da quando “tutto è permesso” l’indice di felicità nei giovani non è aumentato, anzi tende a diminuire e lo dimostrano l’aumento dei suicidi, dei casi di depressione che richiedono un intervento specialistico, del numero di drogati con sostanze pesanti.

Prima di proseguire mi si permetta una seconda divagazione. Il giovane per rassicurare se stesso, potersi vantare nel gruppo, ottenerne l'approvazione e essere considerato "uno che conta", deve fare pubblicità alle proprie imprese e farle conoscere soprattutto ai coetanei.

Nel passato lo si diceva agli amici e ai compagni, ma non potendo documentarlo si rischiava di non essere creduti se non ci fossero stati dei testimoni. Attualmente è sufficiente filmarsi col proprio cellulare e poi inviare tutto in rete, qualunque cosa si abbia commesso, compreso azioni e comportamenti da codice penale. Si è sicuri di essere creduti, ammirati, avere imitatori e soprattutto è possibile vantarsi, pur sapendo di poter essere riconosciuti dalle Forze dell'Ordine, perché la cosa più importante è farlo sapere e farsi conoscere. Sembra un assurdo, ma è così; ve lo immaginate un ladro che svaligia di notte una gioielleria, si filma e si mostra in rete in primo piano? Non commento.

La trasgressione è frutto sempre di un desiderio e deve racchiudere un margine di rischio, ma se tutto è lecito cosa si può desiderare? Non esiste quasi nulla che non sia possibile trasgredire e qualsiasi trasgressione è quasi esente da rischi per cui, ripeto quanto detto, l'ultimo limite da superare è mettere in gioco la vita.

“Ritieni pertanto che l'eccesso di permissività e la conseguente facilità a commettere qualsiasi trasgressione pressoché sempre impunte siano la causa del “disagio giovanile”? Non ti sembra un'idea troppo azzardata?”

“Cara Presidente hai perfettamente ragione, ma io non ho finito di esporre completamente il mio pensiero; purtroppo io sono prolisso, troppo prolisso, e ti sto sottoponendo a una conferenza, senza per ora rispondere a quanto mi hai chiesto. Proseguo

Sicuramente la permissività quasi assoluta non è l’unica causa del malessere giovanile; essa è quasi completamente la conseguenza del madornale errore che commettiamo noi adulti rinunciando a occuparci come nostro primo dovere umano all’educazione dei nostri “cuccioli.” Insisto, è un compito molto difficile e impegnativo che richiede pazienza, tempo, assoluta disponibilità al dialogo e a fornire esempio del proprio comportamento. Occorre insegnare il **comportamento umano, sociale e morale**, e dovrebbero i genitori a iniziare sin dalla nascita, ma è una impresa scomoda, spesso fastidiosa, che quasi tutti trascurano. “I cuccioli umani”, curiosi e desiderosi di apprendere come tutti i cuccioli dei mammiferi, apprendono imitando ciò che vedono e sentono; Imparano linguaggio e il primo comportamento per pura imitazione. Dalla prima infanzia sino all’inizio della pubertà sarebbe necessario fornire continue informazioni idonee alla formazione del loro carattere sorvegliando per quanto possibile le fonti esterne. Essere genitore non significa solo prendersi a carico l’aspetto materiale fornendo ai figli benessere e quanto possono desiderare, sarebbe indispensabile curare al massimo delle proprie capacità la formazione del carattere. Ripeto è una impresa, è un dovere che richiede molto

tempo e molta pazienza, ma è il modo migliore per creare “soggetti psicologicamente sani”.

È decisamente molto più comodo ritenere che possa essere un compito della Scuola, dimenticando che essa fornisce insegnanti di nozioni e non educatori. Finisce che bambini e adolescenti sono semi-abbandonati e lasciati liberi, per cui ricorrono a un “*fai da te*”. È normale che utilizzino le fonti di informazione più facilmente disponibili, ossia *media*, televisione e ora internet, che non sono tutti da criticare, ma che troppo facilmente propagandano modelli sicuramente non educativi.

Inoltre se l’educazione verbale è scadente, anche l’esempio che forniamo noi adulti è criticabile. Malgrado tanti buoni propositi sbandierati e tante voci che rimangono inascoltate di “saggi ben pensanti” la *sopraffazione* è la base del comportamento umano. Essa può essere legale, approvata da leggi sociali e morali, ma in tutti i settori (fisico, economico, politico, ecc.) il più forte comanda e non sempre rispetta chi è più debole, o in minoranza. “*Vae Victis*” (Guai ai Vinti) l’aneddoto storico romano del 390 aC. è sempre d’attualità.

Concludendo questo mio sicuramente troppo lungo discorso io propongo che l’educazione dei “futuri adulti” non sia assolutamente coercitiva usando violenza fisica, ma, pur essendo decisa e anche talvolta severa utilizzando punizioni non corporali, sia basata sulla persuasione tramite un dialogo costante e soprattutto fornendo un esempio appropriato.

Cara Eva-Lena, tu sei la mia Presidente e con la tua attività che eserciti ottimamente sei una esperta del comportamento umano per cui comprendi il mio discorso anche se tu non lo approvassi; ma, sei una cara amica e non voglio abusare del tuo tempo e della tua pazienza, ma per rispondere a quanto mi hai chiesto ho bisogno di esporti ancora una mia personale considerazione che sicuramente è condivisa da pochi. Questa volta penso di essere più breve, ma, se lo desideri, possiamo rimandare a un altro nostro incontro.

Allora proseguo.

Io ritengo, ma, come ti ho detto, è una mia personale idea che accetto possa essere contestata; essa riguarda la mia convinzione che *attualmente nel mondo, specie negli Stati di cultura occidentale dei quali ho maggiore conoscenza, manchi l'Amore*. Mi spiego: le manifestazioni di affetto tra le coppie e in famiglia anche con figli dall'età scolare in poi sono decisamente diventate rare e da molti considerate "inutili smancerie" superate dal progresso. Non c'è più tempo per attuare in famiglia un dialogo affettuoso che coinvolga tutti i membri e sia il segno della presenza dell'amore reciproco. È ritenuto molto meglio ritirarsi nel proprio mondo. andare su internet per comunicare anche con sconosciuti o con persone conosciute in internet. Io non critico questa moda attuale che richiede di mettere in rete (ossia comunicarlo al mondo intero) i dati personali, anche i più intimi; mi si dice che un "segno d'amore globale", non

ne dubito, ma, per me, è il surrogato molto sbiadito dell'Amore.

Se si parla d'Amore quasi sempre si confonde l'Amore col Sesso dimenticandosi che quest'ultimo è solo un aspetto dell'Amore, quello fisico-biologico, mentre la componente più importante è quella psicologica affettiva. L'innamoramento completo sembra scomparso: i giovani quasi se ne vergognano e i loro discorsi sono quasi esclusivamente di sesso. Anche la Cultura trascura l'Amore globale, infatti Letteratura e Mondo dello Spettacolo non presentano novità in materia.

Se questa fosse la tendenza e rimanesse costante sarebbe un disastro perché l'affettività, ossia tutta l'attività psichica che la crea e la coinvolge, è la parte più importante della nostra psiche. Essa è la base del benessere soggettivo, della comunicazione e allontana lo spettro della solitudine. Se fosse compromessa si cadrebbe inevitabilmente in depressione.

La voce che predica "l'Amore" proviene solo dal Mondo Religioso, ma è poco ascoltata e riguarda tutta l'umanità, ossia tutto il nostro prossimo in una dimensione planetaria. Io concordo, ma per me sarebbe auspicabile che insistesse anche sull'amore in famiglia, sul lavoro, verso coloro che frequentiamo abitualmente. Iniziamo con coloro che possono ricambiarlo, poi sarà più facile provarlo verso sconosciuti.

Concludendo tutto il mio discorso, se concordiamo che:
1) noi adulti siamo carenti nell'educazione dei giovani (dai neonati, ai bambini piccoli, poi a quelli che sono in età

scolare, puberale, adolescenziale e giovanile); 2) forniamo loro un esempio di un Mondo dove prevale la violenza fisica, morale, psicologica, economica, politica e sociale e dove la sopraffazione, reale o nascosta, sono le regole basi del nostro comportamento, non dobbiamo stupirci e recriminare se dai giovani siamo anche pesantemente contestati e si sia creato un clima di “disagio giovanile”.

indiscutibilmente il “disagio giovanile” è causato da molteplici fattori e io ne ho sottolineato due che dal mio punto di vista ritengo siano importanti.

Per quanto riguarda l’educazione dei figli ritengo che una “buona educazione” necessiti che sia attuato l’acronimo *CAE (cibo, amore, esempio)*. *Cibo*: quanto sia necessario per una sana alimentazione, senza esagerare; *Amore* illimitato, quale comunanza di sentimenti positivi; *Esempio* costante e duraturo anche durante la loro età adulta.

Questo precetto, per me universale, ritengo sia doppiamente valido in un periodo come quello attuale che comporta a causa della pandemia una segregazione forzata; per quanto riguarda il quesito primario postomi se i bambini e gli adolescenti altamente sensibili siano maggiormente vulnerabili in questo periodo ti rispondo brevemente.

Tutte le Persone Altamente Sensibili (adulti e minori) non sono destinate a una maggiore sofferenza; al contrario essendo mediamente dotate di una maggiore fantasia possono reperire in se stessi maggiori potenzialità per superare le crisi di solitudine che sono le conseguenze psichiche più gravi dell’isolamento.

Cara Eva-Lena, rinnovo le mie scuse per averti sottoposto all'ascolto di un interminabile monologo anche con ripetizioni riguardante tematiche che tu non mi hai richiesto e poi al termine avere risposto alla tua domanda con pochissime parole. Inoltre non ti ho chiesto neppure se concordi con le mie idee e i miei giudizi. A me piacerebbe conoscere sia il tuo parere, sia quello delle lettrici e lettori del nostro Sito, pertanto se tu che sei la Presidente ritieni che possa interessare il nostro pubblico puoi pubblicarlo dato che hai la registrazione. Grazie della tua gentilezza e pazienza.