



Vita di gruppo/5 Sulla via dell'identità: la conoscenza di sé

Giancarlo De Nicolò - Secondino Movilla

Riprendiamo la pubblicazione a puntate del sussidio «Vita di gruppo», di cui finora sono apparse le prime quattro parti, tutte incentrate sul nucleo «Gruppo... in marcia» (Si comincia a conoscersi, in NPG 9/1988; Apprendere a comunicare, in NPG 10/1989; Decidere e programmare insieme, in NPG 1/1989; La revisione del cammino, in NPG 2/1989).

Attraverso una serie di «esercizi» per i ragazzi, e di orientamenti per gli animatori, si è cercato di dire cosa significa fare gruppo, con quali processi si deve fare i conti, quali problemi di rapporto e comunicazione si devono affrontare... insomma, una specie di «elementi-base» di dinamica di gruppo.

Il secondo e terzo nucleo si spingono maggiormente sui «contenuti» formativi del gruppo di animazione e sui problemi dei giovani oggi. Il secondo nucleo, dal titolo «Sulla via dell'identità», affronta il tema della costruzione dell'identità, del senso, dei valori, della ricerca religiosa. Sono quattro capitoli chiave nella vita di un gruppo che vuole abilitare gli adolescenti a un cammino di crescita umana e cristiana.

Precisiamo anzitutto che questi temi vanno presi come un tutt'uno.

Anche se questa «quinta puntata» si concentra esclusivamente sul tema dell'identità, va detto che questa identità non è pensata come costruita unicamente sulla base della pura e semplice «conoscenza di sé», quasi una specie di introspezione psicologica alla ricerca di quello che «si è per natura». La via della costruzione di sé è complessa e ha a che fare globalmente con la conoscenza, la progettazione, la sperimentazione, la verifica, la ricerca di sempre nuove vie in cui si dice il progetto dell'identità e del sé. In questo senso è da intendere tutto il blocco dei quattro capitoli che, a cominciare da questo numero, seguiranno.

IDENTITA', SENSO, VALORI

Il primo nucleo ha «provveduto» a formare un gruppo. Ne ha costruito – per così dire – la casa, una casa che va bene per ogni tipo di gruppo.

Ma un gruppo come lo pensiamo noi è un gruppo particolare, dove si socializza, cioè si forma un'identità, si impara ad assumere ruoli, a riconoscere gli altri, a prestarsi al servizio.

Tutto questo senza dimenticare che si tratta di adolescenti, di persone in formazione, che all'interno del gruppo sperimentano vie «protette» per essere e diventare se stessi in relazione.

Per questo i temi che si vivono e si discutono all'interno del gruppo sono anzitutto i temi della soggettività, della relazionalità, dei valori, della ricerca religiosa.



SULLA VIA DELL'IDENTITÀ: LA CONOSCENZA DI SÉ

5

Fatto un gruppo, che si fa?

Nei quattro capitoli precedenti si è parlato della costruzione del gruppo, di come «si fa» un gruppo.

Naturalmente non si comincia a parlare o ad agire «dopo» aver percorso dall'inizio alla fine i quattro momenti descritti in precedenza: essi sono per così dire il cammino formale che si percorre «mentre» si fanno altre cose, e servono per verificare i singoli passi del cammino.

Nel gruppo ci si incontra, si parla insieme (del più e del meno, o di temi importanti), si agisce. Tutte queste cose insieme sono vissute come esperienze di crescita e di crescita insieme.

In questo secondo nucleo si guarda direttamente il cammino di crescita e di maturazione personale, di «educazione» che si vuole fare dentro il gruppo: un cammino che si percorre «discutendo» e «facendo»: cioè attraverso la presa di coscienza e la esperienza.

E si matura in personalità e responsabilità soprattutto avviando quel processo che va sotto il nome di costruzione della propria identità, che avviene fondamentalmente attraverso la conoscenza e accettazione di sé, la ricerca di un senso-fondamento per la propria vita, l'ancoraggio ai valori da ricercare e interiorizzare, la responsabilità nei confronti degli altri e nel servizio.

Questa è dunque la parte centrale del sussidio «Vita di gruppo», e i quattro «capitoli» che seguono riprendono grosso modo questi temi.

L'animatore deve fare attenzione essenzialmente a due cose:

— non pensare che costruire un'identità significhi solamente restare sul piano psicologico della conoscenza e accettazione di sé. Per quanto fondamentale, questo è solo il primo passo. L'identità si costruisce quando ci si riconosce in valori e in un progetto e quando lo si verifica nell'azione;

— non pensare che nell'«educazione» ci si limiti a «discutere» dei temi. Accanto alla ricerca, al confronto, alla presa di coscienza personale e collettiva, si colloca essenzialmente il campo del «fare», dell'esperienza.

Vi sono certamente altri temi su cui si può parlare e lavorare in un gruppo di animazione. A volte saranno temi dettati dalle circostanze, temi di risoluzione di alcuni conflitti di gruppo, temi su argomenti della vita dei giovani e adolescenti, temi su argomenti specifici sociali o politici... La vita di un gruppo è fatta di tante cose, e su temi giovanili specifici torneremo nel «terzo nucleo».

Ma «il cuore» della vita di gruppo sta qui.

INCONTRARSI CON SE STESSI

Poesie, riflessioni, parabole, tratte dalla sapienza dell'uomo, per iniziare il cammino alla scoperta di un «mare sconfinato»

1. L'IO

*Ed è bene lo sappiate:
La sorgente chiusa nell'anima vostra
dovrà scaturire un giorno,
e mormorare verso il mare;
E ai vostri occhi si svelerà
il tesoro della vostra immensità.
Ma non con la bilancia peserete questo tesoro ignoto.
E non sondate con l'asta o lo scandaglio
le vostre sapienti profondità
Poi che il vostro lo è un infinito e sconfinato mare.*
(Gibran)

2. VERSO SE STESSI

La vita di ogni uomo è una via verso se stesso, il tentativo di una via, l'accenno di un sentiero.

Nessun uomo è mai stato interamente lui stesso, eppure ognuno cerca di diventarlo, chi sordamente, chi luminosamente, secondo le possibilità. Ognuno reca con sé, sino alla fine, residui della propria nascita, umori e gusci d'uovo d'un mondo primordiale.

Certuni non diventano mai uomini, ma rimangono rane, lucertole, formiche. Taluno è uomo sopra e pesce sotto, ma ognuno è una rincorsa della natura verso l'uomo.

Tutti noi abbiamo in comune le origini, le madri, tutti veniamo dallo stesso abisso; ma ognuno, tentativo e rincorsa dalle profondità, tende alla propria meta.

Possiamo comprenderci l'un l'altro, ma ognuno può interpretare soltanto se stesso.

(H. Hesse)

3. IL FOLLE

Mi chiedete come sia diventato folle. È successo così: un giorno, prima che molti dèi nascessero, mi svegliai da un sonno profondo e scoprii che le mie maschere erano state rubate – le sette maschere che avevo modellato e indossato in sette vite – allora mi precipitai senza maschera per le strade gridando: «Ladri, ladri, maledetti ladri».

Tutti ridevano di me e qualcuno correva a casa impaurito. Arrivato al mercato, un giovane dal tetto di una casa gridò: «È folle». Alzai la testa per guardarlo; per la prima volta il sole mi baciava il volto scoperto, e la mia anima ardeva d'amore per lui, e io non desideravo più maschere. Come ipnotizzato, gridai: «Benedetti, benedetti siano i ladri che mi hanno rubato le maschere».

Così diventai folle. E nella follia ho trovato sia libertà sia sicurezza; la libertà di essere solo e in più sicurezza del fatto di non essere capito, perché chi ci capisce ci rende in qualche modo schiavi. Ma fate che non sia troppo orgoglioso della mia sicurezza. Persino un ladro in galera è al sicuro da un altro ladro.

(Gibran)



4. I SETTE IO

Nell'ora più quieta della notte, mentre giacevo semiaddormentato, i miei sette io si misero a sedere e cominciarono a sussurrare:

Primo io:

«Qui, in un uomo folle, ho vissuto per tutti questi anni con nient'altro da fare che rinnovargli le pene di giorno e ricrearli i dolori di notte. Non sopporto più questo destino e quindi mi ribello».

Secondo io:

«È una sorte migliore la tua, fratello, dal momento che è mio compito essere l'io giocoso di costui. Rido quando ride e canto le sue ore gaie e con piedi ancora più alati rappresento i suoi pensieri più fulgidi. Sono io che mi ribellerò a questa debole esistenza».

Terzo io:

«E che dire di me, tormentato dall'amore, simbolo ardente di passioni selvagge e desideri fantastici? Sarà l'io malato d'amore di questo folle che gli si ribellerà contro».

Quarto io:

«Tra tutti voi, sono io il più sventurato, perché non mi è stato assegnato che odio e potenza distruttiva. Sarò io, l'io tempestoso nato nelle grotte oscure dell'inferno, a protestare per i servizi che gli ho reso».

Quinto io:

«No, sarò io, l'io pensante, l'io fantasioso, l'io della fame e della sete, quello destinato a vagare senza sosta in cerca di cose sconosciute e non ancora create; sarò io, non voi, a ribellarmi».

Sesto io:

«E io, l'io operoso e pietoso che, con il paziente lavoro delle mani e lo sguardo intenso, trasformo i giorni in immagini e do agli elementi informi un aspetto nuovo ed eterno - sarò io, il solitario, a ribellarmi contro quest'uomo inquieto».

Settimo io:

«Strano che vogliate ribellarvi tutti contro di lui, per il fatto che ciascuno di voi è destinato a eseguire un compito prestabilito. Potessi essere come voi che conoscete già la vostra sorte. Ma io non ne ho, sono l'io fannullone, che sta seduto nel sordo e vuoto luogo che non c'è e che non ci sarà, mentre voi siete occupati a ricreare la vita. Siete voi amici o io che devo ribellarmi?».

Dopo che il settimo ebbe parlato, gli altri sei io lo guardarono pietosi e rimasero in silenzio, e mentre la notte si faceva più profonda, l'uno dopo l'altro andarono a dormire permeati di una nuova e felice sottomissione.

Ma il settimo io rimase vigile a osservar il nulla, quello che si cela dietro tutte le cose.

(Gibran)

Per il lavoro di gruppo

1. L'io è come...

L'immagine di un mare sconfinato e infinito, vasto e profondo, è stata spesso utilizzata nella poesia come metafora di un'altra vastità e profondità. Anche chi non è un poeta afferra la verità delle immagini, il rimando ad altre realtà.

Mi dice qualcosa l'immagine del mare applicata all'io? Mi soddisfa completamente? Essa mi suggerisce qualcosa di positivo... e di negativo. Cosa?

Individuare (in gruppo) altre «immagini poetiche» che esprimono qualcosa del «mistero dell'io».

2. Diventare se stessi

L'io è giocato tra origine e meta.

Si è non ciò che si è, ma ciò che si diventa.

Questo sembra suggerire il secondo brano.

Si possono individuare le origini comuni, i dati che ci costituiscono, i mattoni (i doni) di cui siamo fatti... e pensare alle diverse forme che ne possono venir fuori.

Ma si può anche non diventare mai «uomo», e restare «rana, lucertola, formica». Si può costruire una specie di «zoo» pieno di uomini mancati.

Come è fatto un uomo che è rimasto «rana», ecc.?

Quali sono i tratti che mi costituiscono «uomo»? (Si avvia da qui la ricerca sui valori.)

3. Il gioco delle maschere

Lasciamo alla fantasia del gruppo con il suo animatore «lavorare» sul tema delle maschere. Non è poi così difficile!

4. I sette «io»

Quanti «io» sono?

Quali sono i prevalenti?

Dove vivo questi «io»?

Ce n'è uno che mi definisce meglio?

Sono in pace tra di loro?

Con quale «io» mi conoscono gli altri?

Cosa vuol dire «accettarsi»?

LA METAFORA DEL FIUME

Nei due anni che seguirono, si produsse in me il passaggio dall'infanzia all'adolescenza. Era come essere sul filo di una corrente rapida, essere trascinati velocemente lungo il fiume della vita.

C'erano parti del fiume che scorrevano a una velocità costante:

C'erano parti del fiume che scorrevano più rapide:

Lungo il corso del fiume c'erano delle pietre miliari. Alcune di esse erano piccole come mucchi di sassi nell'acqua bassa:

Alcune delle pietre miliari erano grandi come scogli:

Nel fiume c'erano dei vortici:

E infine il fiume sprofondò oltre l'ultima cascata e mi fece sfociare nel mare della giovinezza:

Raccontarsi non è facile: si è presi da un senso di pudore ogniqualvolta si ha da parlare di sé (a se stessi non meno che agli altri).

Viene in soccorso la «metafora del fiume», un modo di parlare di sé senza parlare direttamente di sé. Ci si lascia trasportare dalle immagini, e in questo caso da quella del fiume che può ben essere l'immagine della vita di un adolescente.

Questo esercizio è particolarmente adatto in incontri in cui si vuol dire qualcosa in più di se stessi agli altri, ma senza usare il pronome personale «io» (che potrebbe creare imbarazzo).

Si può eseguire in due modi: o restando «dentro» la metafora, narrandosi appunto come «un fiume», o parlare di episodi della propria vita collegandoli alle varie modalità della metafora.

La metafora del fiume può essere utilizzata ancora per raccontare come ci si è sentiti in una esperienza concreta: campo-scuola, festa con gli amici, gita, attività limitata di servizio, iniziativa stagionale. Serve come revisione dell'attività senza per questo fissarsi solo sui sentimenti provati o sull'indice di gradimento.

È importante, dopo che tutti si sono raccontati, che si valuti quale incidenza formativa ha avuto l'esperienza raccontata desumendo e facendo sintesi degli elementi evocativi espressi.

L'esempio su riportato è utilizzato da un grosso romanziere contemporaneo per narrare l'adolescenza del protagonista di un suo romanzo.

Imparare a conoscersi è prendere atto del «fastello di contraddizioni» che ognuno è. È questa un'esperienza vecchia come il mondo, sperimentata da ognuno che intraprende il difficile cammino della propria scoperta.

Conoscersi non vuol dire essere spietati ma neppure mentire, idealizzarsi o abbattersi. Guardarsi con simpatia ma senza maschere è uno dei compiti principali nella via della scoperta di sé che un adolescente percorre.

UN FASTELLO DI CONTRADDIZIONI

Cara Kitty,

«un fastello di contraddizioni» è l'ultima frase della mia lettera precedente e la prima di quella di oggi. Un fastello di contraddizioni, mi puoi spiegare con precisione che cos'è? Che cosa significa contraddizione? Come tante altre parole ha due significati, contraddizione esteriore e contraddizione interiore.

Il primo significato corrisponde al solito «non adattarsi all'opinione altrui, saperla più degli altri, aver sempre l'ultima parola», insomma, a tutte quelle sgradevoli qualità per le quali io sono ben nota.

Il secondo... per questo, no, non sono nota, è il mio segreto.

Ti ho già più volte spiegato che la mia anima è, per così dire, divisa in due. Una delle due metà accoglie la mia esuberante allegria, la mia gioia di vivere, la mia tendenza a scherzare su tutto e a prendere tutto alla leggera. Con ciò intendo pure il non scandalizzarsi per un flirt, un bacio, un abbraccio, uno scherzo poco pulito. Questa metà è quasi sempre in agguato e scaccia l'altra, che è più bella, più pura e più profonda. La parte migliore di Anna non è conosciuta da nessuno – vero? – e perciò sono così pochi quelli che mi possono sopportare.

Certo, sono un pagliaccio abbastanza divertente per un pomeriggio, poi ognuno ne ha abbastanza di me per un mese. Esattamente la stessa cosa che un film d'amore per le persone serie: una semplice distrazione, uno svago per una volta, da dimenticare presto, niente di cattivo ma neppure niente di buono. È brutto per me doverti dir questo, ma perché non dovrei dirlo quando so che è la verità? La mia parte leggera e superficiale si libererà sempre troppo presto della parte più profonda, e quindi prevarrà sempre. Non ti puoi immaginare quanto spesso ho cercato di spingere via quest'Anna, che è soltanto la metà dell'Anna completa, di prenderla a pugni, di nasconderla: non ci riesco, e so anche perché non ci riesco.

Ho molta paura che tutti coloro che mi conoscono come sono sempre, debbano scoprire che ho anche un altro lato, un lato più bello e migliore. Ho paura che mi beffino, che mi trovino ridicola e sentimentale, che non mi prendano sul serio. Sono abituata a non essere presa sul serio, ma soltanto l'Anna «leggera» v'è

abituata e lo può sopportare, l'Anna «più grave» è troppo debole e non ci resisterebbe. Quando riesco a mettere alla ribalta per un quarto d'ora Anna la buona, essa, non appena ha da parlare, si ritrae come una mimosa, lascia la parola all'Anna n. 1 e, prima che io me ne accorga, sparisce.

La cara Anna non è dunque ancor mai comparsa in società, nemmeno una volta, ma in solitudine ha quasi sempre il primato. Io so precisamente come vorrei essere, come sono di dentro, ma ahimé, lo sono soltanto per me. E questa è forse, anzi sicuramente, la ragione per cui io chiamo me stessa un felice temperamento interiore e gli altri mi giudicano un felice temperamento esteriore. Di dentro la pura Anna mi indica la via, di fuori non sono che una capretta staccatasi dal gregge per troppa esuberanza.

Come ho già detto, sento ogni cosa diversamente da come la esprimo, e perciò mi qualificano civetta, saccente, lettrice di romanzetti, smaniosa di correr dietro ai ragazzi. L'Anna allegra ne ride, dà risposte insolenti, si stringe indifferente nelle spalle, fa come se non le importasse di nulla, ma ahimé, l'Anna quieta reagisce in maniera esattamente contraria. Se ho da essere sincera, debbo confessarti che ciò mi spiace molto, che faccio enormi sforzi per diventare diversa, ma che ogni volta mi trovo a combattere contro un nemico più forte di me.

(Diario di Anna Frank)



Per la revisione

1. Hai avuto qualche volta esperienze come quelle che descrive Anna Frank nel suo diario?

2. Sei giunto a sperimentare dentro di te vari modi di essere che si contrappongono?

Quali sono state allora le tue reazioni?

3. Senti che non ti esprimi, quando parli, come sei?

A cosa lo attribuisce?

Come procuri di correggere questa «distanza» tra ciò che sei e il tuo modo di farti conoscere dagli altri?

4. Succede anche a te qualche volta di «fare grandissimi sforzi per cambiare», eppure non di riuscirci?

Cosa provi in questi momenti?

Hai anche pensato che non vale la pena di cambiare... o continui a darti da fare per riuscirci?

5. Fai un elenco delle tue contraddizioni, e prova a immaginare un modello di comportamento/esperienza della tua vita dove le contraddizioni sono risolte

CONOSCERSI: UN TEST PROIETTIVO

LA STORIA DI ANNA

Questa è la storia di Anna. In questa storia ci sono cinque personaggi: Anna, un barcaiolo, un eremita, Pietro e Paolo.

Anna, Pietro e Paolo sono amici dall'infanzia. In passato Paolo voleva sposare Anna, Pietro e Paolo sono amici dall'infanzia. In passato Paolo voleva sposare Anna, ma questa l'ha rifiutato perché era innamorata di Pietro.

Un giorno Anna decide di andare a trovare Pietro, dall'altra sponda del fiume. Si avvicina alla sponda e chiede al barcaiolo di condurla dall'altra parte. Costui le chiede come pagamento una certa somma di denaro. Anna risponde che non ha denaro. Il barcaiolo allora si rifiuta di portarla dall'altra parte, spiegandole che questo è il mestiere con cui si guadagna da vivere. Anna spiega al barcaiolo che ha assoluto bisogno di vedere Pietro, di cui è innamorata, e lo supplica di farle attraversare il fiume. Il barcaiolo ci pensa su e le propone un cambio: l'attraversata del fiume in cambio della rosa che porta sulla camicetta. Anna non sa come comportarsi.

Decide allora di andare a chiedere consiglio a un eremita che vive lì vicino, e gli spiega tutto: il suo amore per Pietro, il suo desiderio di andarlo a trovare, il baratto col barcaiolo, e gli chiede consiglio.

L'eremita risponde: «Comprendo bene la tua situazione, tuttavia, date le circostanze, non mi sembra utile darti alcun consiglio. Se vuoi parlare con me su questo argomento, posso ascoltarti e aiutarti a far sì che tu stessa prenda la decisione, però io personalmente non so cosa è meglio per te».

Anna torna alla sponda e decide di accettare il cambio propositole. Passa dall'altra parte del fiume e va a trovare Pietro. Sta tre giorni e tre notti a casa sua. Si sente molto felice.

Alla mattina del quarto giorno, Pietro riceve un telegramma: gli offrono un posto molto importante di lavoro all'estero, un posto che aspettava da molto tempo. Di conseguenza dice ad Anna che deve partire immediatamente, e la abbandona.

Anna si sente a terra. Passeggia su e giù lungo la sponda e, per caso, incontra Paolo. Gli racconta ciò che è successo, spiegandogli la causa della sua tristezza. Paolo si mostra molto comprensivo e cerca di consolarla. Trascorso un certo periodo di tempo, Anna dice a Paolo: «Sai? quando mi hai chiesto di sposarmi ti ho respinto perché non ti amavo abbastanza. Però oggi penso che potrei amarti abbastanza per vivere con te».

Paolo le risponde: «Adesso è troppo tardi, non ho nessuna voglia di stare con gli avanzi degli altri».

Esercizio

1. *Lettura individuale del testo precedente.*
2. *Ogni partecipante, da solo, ordina i personaggi, da quello che gli piace di più a quello che gli piace di meno.*
3. *In gruppo, i partecipanti commentano, discutono e analizzano le loro percezioni individuali della situazione e dei personaggi.*

Chiavi per interpretare l'esercizio della «storia di Anna»

I «test proiettivi» sono strumenti che aiutano a manifestare e rivelare, in forma indiretta o inconscia nella maggior parte dei casi, la propria personalità. Anche se elaborato con scarso rigore scientifico, l'esercizio della «storia di Anna» vuole essere uno di questi. Ciò significa che i personaggi che appaiono nella storia rappresentano, in termini generali, diversi modi di essere e di comportarsi, cioè diversi atteggiamenti che si possono prendere di fronte alla vita; atteggiamenti, del resto, non esenti da ambiguità e che rappresentano in maniera tipica posizioni diverse coi loro aspetti positivi e negativi. In questo caso, i tratti di ciascuno dei personaggi della storia di Anna si possono così descrivere:

- | | |
|-----------|---|
| Anna | { <ul style="list-style-type: none">— spontaneità dei sentimenti— instabilità (vive secondo gli impulsi e i sentimenti)— idealismo (vive di sogni)— volubilità (se non può prendere il più si accontenta del meno) } |
| Barcaiolo | { <ul style="list-style-type: none">— realismo della vita concreta di ogni giorno (bisogna vivere con i piedi per terra)— spirito materialista (la gratuità e la generosità non pagano in questo mondo)— si muove per interesse (ogni favore ha il suo prezzo) } |
| Eremita | { <ul style="list-style-type: none">— rispetto della vita autonoma dell'altro (tu sei ciò che decidi)— aiuto a distanza e senza implicarsi personalmente nei problemi dell'altro (la pace del «vivere tra le nuvole») } |
| Pietro | { <ul style="list-style-type: none">— calcolatore e programmatore della propria vita in attesa delle opportunità— volontà personale e una certa sicurezza e confidenza in sé (io sono ciò che cerco con verità)— egocentrismo (la mia vita e i miei programmi sono ciò che importa; gli altri tanto quanto...) } |
| Paolo | { <ul style="list-style-type: none">— una certa coerenza con se stesso (valgo per quello che sono capace di raggiungere; e quindi quello che mi si offre in altre condizioni e come regalo... non mi serve né mi soddisfa)— vittima del destino e della sorte (la tua vita non te la crei tu, ma una serie di circostanze...). } |

DODICI GESTI E I LORO SIGNIFICATI

Sicurezza

1. *Sguardo sicuro e fisso:*
«Ho chiare alcune mete».
2. *Corpo teso:*
«Posso buttarmi da un momento all'altro».
3. *Movimenti disinvolto:*
«Sono pronto per partire».
4. *Parlata melodiosa e rapida:*
«Mi prendo il tempo necessario per considerare le cose nei loro vari aspetti».
5. *Restare in piedi e senza tensione:*
«In genere sono sicuro e costante».
6. *Mano aperta e vuota:*
«Sono in grado di intervenire quando c'è bisogno».
7. *Bocca leggermente aperta:*
«Posso rispondere subito a molte domande».
8. *Movimenti impetuosi delle braccia:*
«Riempio con foga il mio spazio vitale».
9. *Gambe incrociate senza tensione:*
«Possiedo un certo equilibrio interiore».
10. *Movimenti occasionali di bilanciamento:*
«Mi piacerebbe sapere chi se la prende con me».
11. *Forte stretta di mani:*
«Tengo quasi sempre la situazione in pugno».
12. *Volto amabile e sorridente:*
«Prendo la vita come va».

Insicurezza

1. *Toccarsi le narici:*
«Ho bisogno di appoggio e non trovo nessuno».
2. *Sguardo basso:*
«Non so come incominciare».
3. *Braccia contratte:*
«Mi lodo da me, perché gli altri mi considerano poco».
4. *Gambe eccessivamente contratte:*
«Non mi arrischio a muovermi dal posto per paura di inciampare».
5. *Parlare con «eh, eh» o con «mm, mm»:*
«Non so cosa dire».
6. *Giocherellare con i propri vestiti:*
«Sono incerto perché non mi fido di me stesso».
7. *Parlare a voce indistinta e monotona:*
«Non dico niente perché nessuno mi capisce».
8. *Bocca aperta rivolta verso il basso:*
«C'è qualcosa che mi preoccupa».
9. *Movimenti forzati e rigidi:*
«Non riesco a muovermi, bloccato come sono dalle circostanze».
10. *Atteggiamento di negligenza e di prostrazione:*
«Mi dispiace che nessuno mi sopporti».
11. *Giocare accarezzando oggetti:*
«Nessuno mi vuole bene».
12. *Pulirsi gli abiti:*
«C'è sempre qualcosa di mio da pulire».

Dopo aver letto con attenzione questa tabella (ti sembra «corretta» per quello che riguarda i «tuo i gesti»? ti trovi sovente in situazioni del genere?), osserva i comportamenti effettivi degli amici durante una gita, in una festa, durante un'attività di servizio.

Discutine poi con tutti alla ricerca di come l'esperienza concreta eseguita e osservata serve per accrescere sicurezza o insicurezza.

SONO PREOCCUPATO?

	SI	NO
1. Portate a casa i vostri guai dal lavoro e la notte state svegli a pensarci?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Siete costantemente preoccupati per la vostra salute?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Il minimo sforzo emotivo vi provoca un senso di vuoto allo stomaco?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Andate da un medico all'altro cercando di scoprire che cosa avete?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Siete, in generale, esageratamente prudenti?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Siete portati ad avere una visione pessimistica della maggior parte delle cose?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Tendete a fare di ogni piccolo avvenimento o contrattempo una montagna?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Vi preoccupate troppo per quello che gli altri possono pensare di voi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Vi tormentate continuamente per il benessere dei vostri familiari?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Insistete sugli sbagli fatti in passato?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Vi tormentate con l'idea di diventare pazzi, di morire, di ammalarvi di cancro?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Siete privi di fiducia nell'avvenire?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Siete superstiziosi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Temete che Dio vi punisca?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Siete perfezionisti?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Siete stati allevati da genitori che si preoccupavano per voi all'eccesso?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Siete stati sempre tendenzialmente seri?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Siete ipersensibili alla critica, facili a offendervi e inclini a rimuginare su presunte mancanze di rispetto?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Potete fare risalire l'abitudine a preoccuparvi a qualche penosa frustrazione sofferta nel passato?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Vi preoccupate delle responsabilità quotidiane?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Vi preoccupate del genere di impressione che fate sulla gente che incontrate?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Parlate costantemente delle cose che vi preoccupano alle persone che avete intorno?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Dovete essere costantemente rassicurati che non vi capiterà nulla?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Dipendete dagli altri per risolvere i vostri problemi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Vi commuovete eccessivamente per i problemi e le disgrazie degli altri?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	SI	NO
26. Le vostre paure immaginarie sono collegate a qualche cosa che avete letto o udito?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Siete eccessivamente sospettosi e dubitate della sincerità dei vostri amici?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. I problemi finanziari sono per voi fonte costante di preoccupazione?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Vi sentite come se foste «obbligati» a preoccuparvi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Siete del tipo che vuole strafare e poi se ne pente?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. Mancate di senso dell'umorismo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. Avete paura di godere la vita?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ci diamo tutti pensiero per i problemi della vita quotidiana: ciò che decide se siamo nella norma o se esageriamo al punto da sperperare troppe energie è la quantità e la qualità delle nostre preoccupazioni. Frank S. Caprio, psichiatra di Washington, ha proposto il «questionario delle preoccupazioni»; bisogna dare la risposta che si adatta meglio al nostro caso e senza pensarci troppo a lungo, facendo una crocetta sulla casella corrispondente al SI o al NO.

Se la maggioranza delle crocette è nelle caselle del SI, facciamo certamente parte dei «preoccupati cronici», e ciò esce dalla normalità. Ma è sempre stato facile rispondere in modo sincero e spontaneo a ogni domanda?



LA POESIA DELLE GRUCCE

Per sette anni non potei muovere un passo.
 Quando mi visitò il gran medico
 mi chiese: «Perché porti le grucce?».
 Io gli risposi: «Perché sono paralitico».
 «Non è strano - mi disse -
 Prova a camminare. Sono questi oggetti
 che ti impediscono di andare.
 Vai, arrischiati, trascinati a quattro zampe».
 Ridendo come un pazzo
 mi tolse le mie belle grucce,
 le rippe sulle mie spalle
 e senza smettere di ridere
 le scagliò nel fuoco.
 Adesso sono guarito. Vado.
 Mi guarì una risata.
 Solamente, a volte, quando vedo stampelle,
 cammino ancora peggio per alcune ore.

(B. Brecht)

Questa poesia fa riflettere sulla stimolante - benché costosa - avventura di chi decide di superarsi e alla fine ci riesce.

Negativamente, vuole anche indicare la costante ambiguità che minaccia tutta la vita umana: o restare eternamente indecisi... o lanciarsi e arrischiare.

1. Ho cercato qualche volta nella mia vita di prendere qualche decisione difficile e costosa? Cosa ha richiesto da me? L'ho ottenuta? Cosa ho poi provato?

.....

.....

.....

2. Ci sono cose o situazioni che mi schiacciano o mi deprimono? Quali ad esempio? Quando non arrivo a decidermi, cosa provo?

.....

.....

.....

3. Ho preso delle decisioni aiutato, stimolato, influenzato da qualche persona? Come valuto questa influenza? Che atteggiamento serbo verso questa persona?

.....

.....

.....

LA VIA DEL CAMBIO

Per anni sono stato un nevrotico. Ero ansioso, depresso ed egoista. E tutti continuavano a dirmi di cambiare. E tutti continuavano a dirmi quanto fossi nevrotico.

E io mi risentivo con loro, ed ero d'accordo con loro, e volevo cambiare, ma non ci riuscivo, per quanto mi sforzassi.

Ciò che mi faceva più male era che anche il mio migliore amico continuava a dirmi quanto fossi nevrotico.

Anche lui continuava a insistere che cambiassi. E io ero d'accordo anche con lui, e non riuscivo ad avercela con lui.

E mi sentivo così impotente e intrappolato.

Poi, un giorno, mi disse: «Non cambiare. Rimani come sei. Non importa se cambi o no.

Io ti amo così come sei; non posso fare a meno di avanti».

Quelle parole suonarono come una musica per le mie orecchie:

«Non cambiare. Non cambiare. Non cambiare... Ti amo».

E mi rilassai. E mi sentii vivo.

E, oh meraviglia delle meraviglie, cambiai!

Essere se stessi, accettarsi per quello che si è...

Si è solito ripetere queste espressioni, come una moderna riedizione dell'antica saggezza («Conosci te stesso»). Molte volte però qui dentro ci sta anche il più quieto perbenismo, il disinteresse a diventare migliori, la costrizione agli altri di accettare anche i lati peggiori del nostro carattere.

Cosa vuol dire essere se stessi, accettare se stessi?

Le due poesie precedenti incominciano a dare qualche indicazione. Si tratta di riprenderle, rifletterci sopra (da soli prima che in gruppo), e iniziare una specie di «decalogo»: essere se stessi significa...

Oppure: accetto che l'altro sia... perché...

ADOLESCENZA, LA MIA STAGIONE

Anche l'adolescenza è una stagione infelice. Magari da ragazzo ti picchiano meno che da bambino perché da ragazzo ti rivolti. In compenso ti fanno altre prepotenze che sono peggiori delle bastonate.

Devi diventar questo, ti dicono, devi diventar quest'altro, anche se tu non hai voglia di diventare nulla perché vuoi vivere e basta. E per farti diventare questo, farti diventare quest'altro, ti mandano a scuola che è una tremenda infelicità. Perché a scuola si studia e ci si innamora. Io a quattordici anni mi innamorai. Era una ragazzina della mia classe, bionda, e diceva che assomigliavo a James Dean. Lo sai chi era James Dean? Uno che morì in automobile. Gli assomigliavo davvero. Stessa bocca, stessi occhi, stessi capelli, stessa statura. Però non le rispondevi mai quando diceva che assomigliavo a James Dean. Perché non volevo darle un appuntamento prima di avere i pantaloni lunghi. E i pantaloni lunghi non me li davano mai. Alla fine presi quelli di mio fratello. E la portai in barca e la baciai. Il giorno dopo mi cacciarono da scuola, non ricordo perché. Però ricordo il dolore, in quanto finii in un'altra scuola e non la rividi più. Poi seppi che era morta. In automobile, come James Dean.

Quanto si soffre da adolescenti! Io penso che da vecchi si soffre molto meno, anche se si muore. Perché da vecchi la morte è una cosa normale. Mi sbaglio? Non lo saprò mai se mi sbaglio. Per sapere se mi sbaglio dovrei diventare vecchio e non sarò mai vecchio. Peccato!

Ma la stagione più infelice di tutte è la gioventù. Perché è nella gioventù che incominci a capire le cose e ti accorgi che gli uomini non valgono nulla. Agli uomini non interessa né la verità, né la libertà, né la giustizia.

Sono cose scomode e gli uomini si trovano comodi nella bugia e nella schiavitù e nell'ingiustizia. Ci si ritolano dentro come maiali. Io me ne accorsi appena entrai in politica. Bisogna entrare in politica per capire che gli uomini non valgono nulla, che a loro vanno bene i ciarlatani e gli impostori e i draghi.

Uno entra in politica pieno di speranze, meravigliose intenzioni, dicendo a se stesso che la politica è un dovere, è un modo per rendere gli uomini migliori, e poi s'accorge che è tutto il contrario, che nulla al mondo corrompe quanto la politica, nulla al mondo rende peggiori. Un giorno, avevo vent'anni, andai dall'uomo politico che ammiravo di più. Dicevano che era l'unico ad aver le mani pulite. Ci andai per raccontargli le porcherie di certi suoi compagni, credevo che le ignorasse. Invece le conosceva benissimo. Si mise a ridere e mi rispose: giovanotto, non crederai mica di far politica con gli ideali? E poi mi disse che avevo sbagliato indirizzo. Quel giorno piansi, mi ubriacai e piansi. Prima non mi ero mai ubriacato, il vino non mi piaceva. Ma imparai a bere il vino, a vent'anni, imparai a ubriacarmi, perché da ubriachi si piange meglio. Si sopporta meglio il fatto che gli uomini non valgono nulla, che più si capiscono più è difficile amarli.

(Oriana Fallaci, *Un uomo*)

Piste di riflessione e di discussione

1. «Anche l'adolescenza è una stagione infelice»: prova – su una specie di bilancia – a «pesare» l'infelicità di cui è segnata la tua vita finora. È possibile indicare fatti, episodi, ricordi della tua vita fino ad adesso?

.....
.....
.....
Riesci a collegare questi episodi a persone definite, a esperienze, e a collocarle nel periodo in cui sono avvenuti (infanzia, fanciullezza, preadolescenza...)?

.....
.....
.....
2. Accanto a episodi che ricordi negativamente, puoi fare «memoria» dei momenti belli e felici? Li puoi anche «collocare» nei diversi tempi della tua vita? Puoi ricordare il periodo dell'infanzia come il momento di maggior serenità e felicità?

.....
.....
.....
3. Sono molti coloro che definiscono l'adolescenza come il periodo dell'infelicità. Condividi? Perché, in ogni caso?

.....
.....
.....
4. L'idea del proprio futuro è certamente molto legata alle esperienze fatte nel periodo della propria formazione. Vedi con ottimismo il tuo futuro? Cosa ti spinge a vederlo così, o pessimisticamente?

.....
.....
.....
5. Stagione di ideali e di disillusioni...

Quali sono i grandi ideali che segnano la tua vita? Probabilmente non la politica... ma puoi almeno indicare uno stato o una professione futura dove sogni di poter realizzare questi ideali?

E quanto a disillusioni, come andiamo?

Hai già fatto qualche esperienza del genere? Dove e come? Hai scoperto «l'errore»? Adesso devi ridimensionare l'ideale o imparare a conoscerti meglio o a conoscere meglio gli altri o buttare tutto all'aria...?

.....
.....
.....
6. Ma l'uomo è davvero fatto per la felicità? E cos'è, in fondo, la felicità?

Prova insieme con i tuoi amici a lavorare su un grande cartellone, in mezzo alla stanza, sulla metafora: «Felicità è come...».

.....
.....
.....

DOCUMENTI

Questa seconda parte di «documenti», dopo gli esercizi, vuole offrire una traccia per le riflessioni e gli approfondimenti sul tema della conoscenza di sé sia all'animatore di gruppo che al singolo ragazzo.

Gli orientamenti di fondo si raggruppano attorno alle seguenti idee:

- l'importanza e difficoltà della conoscenza di sé, anche come conoscenza globale dell'uomo e dell'esistenza umana;
- indicazioni psico-sociologiche sullo sviluppo della personalità e sulle diverse personalità «a disposizione»;
- indicazioni sul significato di «essere se stessi»;
- «l'uomo è più di quello che è». Il bisogno di infinito, di andare oltre, come costitutivo della propria identità personale.

Questi ultimi due documenti aprono il tema dei valori, del senso e della ricerca religiosa.

Non si richiederà mai abbastanza l'animatore a non «bloccare» il discorso sul sé unicamente alla «conoscenza psicologica» o a vaghe indicazioni moraleggianti sull'«essere se stesso», dimenticando la dimensione essenziale della relazionalità e della trascendenza.

L'uso di queste pagine può essere diverso, dalla lettura-approfondimento personale a quella di gruppo, da quella fatta dall'animatore a quella «pregata». Si possono anche, con un po' di buona volontà, inventare schede di riflessione e attività corrispondenti.

Del resto, nella prima parte dedicata agli «esercizi», sono stati offerti vari modelli. Non bisogna tuttavia dimenticare che questo è il momento del rassodamento delle intuizioni, dell'allargamento delle idee, della sintesi.



Come chiunque altro, io non dispongo che di tre mezzi per valutare l'esistenza umana: lo *studio di se stessi* è il metodo più difficile, il più insidioso, ma anche il più fecondo; *l'osservazione degli uomini*, i quali nella maggior parte dei casi s'adoperano per nasconderci i loro segreti o per farci credere di averne; e i *libri*, con i caratteristici errori di prospettiva che sorgono tra le righe...

Quanto all'osservazione di me stesso, mi ci costringo, non foss'altro che per entrare a far parte di questo individuo in compagnia del quale mi toccherà vivere fino all'ultimo giorno; ma una familiarità che dura da quasi sessant'anni comporta ancora parecchie probabilità di errore. Nel profondo, la mia conoscenza di me stesso è oscura, interiore, inespressa, segreta come una complicità. Dal punto di vista più impersonale, è gelida, tanto quanto le teorie che posso elaborare sui numeri: mi valgo di quel po' d'intelligenza che ho per esaminare più dall'alto, da lontano, la mia vita, che, in tal modo, diventa la vita di un altro. Ma questi due procedimenti della conoscenza di sé sono difficili, ed esigono, l'uno che ci si cali entro se stessi, l'altro che ci si ponga all'esterno. Per inerzia, tendo come tutti a sostituirvi mezzi meramente consuetudinari, un'idea della mia vita parzialmente modificata dall'idea che se ne forma il pubblico: giudizi bell'e fatti, cioè a dire mal fatti, come un modello già preparato sul quale un sarto maldestro adatti a fatica la nostra stoffa. Strumenti di valore ineguale, utensili più o meno logori; ma non ne possiedo altri: me ne servo per foggarmi alla meglio un'idea del mio destino d'uomo.

Quando prendo in esame la mia vita, mi spaventa di trovarla informe. L'esistenza degli eroi, quella che ci raccontano, è semplice: va diritta al suo scopo come una freccia. E gli uomini, per lo più, si compiacciono di riassumere la propria esistenza in una formula - talvolta un'ostentazione, talvolta una lamentela, quasi sempre una recriminazione; la memoria compiacente compone loro una esistenza chiara, spiegabile. La mia vita ha contorni meno netti: come spesso accade, la definisce con maggiore esattezza proprio quello che non sono stato: buon soldato, *non* grande uomo di guerra; amatore d'arte, *non* artista; capace di delitti, ma *non* carico di delitti. Mi vien fatto di riflettere che i grandi uomini emergono proprio in virtù d'un atteggiamento estremo, e che il loro eroismo consiste nel mantenersi per tutta la vita: essi sono i nostri poli, o i nostri antipodi...

Si direbbe che il quadro dei miei giorni, come le regioni di montagna, si componga di materiali diversi agglomerati alla rinfusa. Vi ravviso la mia matura, già di per se stessa composita, formata in parti eguali di cultura e d'istinto. Affiorano qua e là i graniti dell'inevitabile; dappertutto, le frane del caso. Mi studio di ripercorrere la mia esistenza per ravvisarvi un piano, per individuare una vena di piombo o d'oro, il fluire d'un corso d'acqua sotterraneo, ma questo schema fittizio non è che un miraggio della memoria. Di tanto in tanto, credo di riconoscere la fatalità in un incontro, in un presagio, in un determinato susseguirsi di avvenimenti, ma vi sono troppe vie che non conducono in alcun luogo, troppe cifre che a sommarle non danno alcun totale. In questa

DOCUMENTI

difformità, in questo disordine, percepisco la presenza di un individuo, ma si direbbe che sia stata sempre la forza delle circostanze a tracciarne il profilo; e le sue fattezze si confondono come quelle di un'immagine che si riflette nell'acqua.

Io non sono di quelli che dicono che le loro azioni non gli assomigliano: bisogna bene che le mie mi assomiglino; dato che esse costituiscono la sola misura dell'esser mio, il solo mezzo di cui dispongo per affidare me stesso alla memoria degli uomini, e persino alla mia; dato che forse l'impossibilità di continuare a esprimersi e a modificarsi con nuove azioni costituisce la sola differenza tra l'esser morti e l'esser vivi.

Pure, tra me e queste azioni che mi configurano si apre uno jato indefinibile, e la prova ne è che sento senza posa il bisogno di soppesarle, di spiegarmele, di rendermene conto. Vi sono lavori di breve durata, senza dubbio trascurabili; ma altre occupazioni, che si prolungarono tutta la vita, non hanno maggior significato...

D'altronde, i tre quarti della mia vita sfuggono a una definizione fornita dalle azioni: il complesso delle mie velleità, dei miei desideri, persino dei miei progetti resta vago ed evanescente quanto un fantasma...

Ma ripugna allo spirito umano accettare la propria esistenza dalle mani della sorte, esser null'altro che il prodotto caduco di circostanze alle quali nessun dio presieda, soprattutto non egli stesso. Una parte di ogni vita umana, persino di quelle che non meritano attenzione, trascorre nella ricerca delle ragioni dell'esistenza, dei punti di partenza, delle origini.

(Marguerite Yourcenar, *Memorie di Adriano*)

Piste per il lavoro insieme

1. Una prima pista è il ritrovare le fonti solite e quelle privilegiate per la conoscenza di sé (introspezione? gli altri come «specchio»? libri/romanzi? manuali di psicologia? le lettere degli adolescenti ai giornali? i fatti di cronaca riguardanti gli adolescenti?...).

Quali «informazioni» offrono e, comunque, mi servono per conoscermi?

2. Gli estremi (un grande genio, un grande «assassino») e il «normale»: difficilmente la vita delle persone è segnata da grandi destini. Se si va alla caccia dei grandi fatti e avvenimenti, non si corre il rischio di non costruirsi nel quotidiano, nel normale della vita e dei rapporti?

3. Tra «cultura e istinto»: cioè tra quello che hai già dentro e quello che assumi da fuori. Quale il peso di entrambi i fattori, quale «mescolanza» è ideale?

4. Un «piano» o progetto nella vita: come, dove, perché rintracciarlo?

5. Le ragioni dell'esistenza.

2

LO SVILUPPO DELLA PERSONALITÀ



L'adolescente e il giovane di oggi sviluppano la loro personalità in un contesto *ambivalente*: ci sono cose che favoriscono la loro crescita e maturazione personale, e ci sono situazioni che lo impediscono o creano difficoltà. Ecco, qui di seguito, alcune delle ambivalenze che condizionano l'evoluzione positiva dei distinti aspetti della loro personalità.

POSSIBILITÀ	DIFFICOLTÀ
Giovani e adolescenti vivono oggi in un clima di maggior spontaneità e libertà. Sono scomparsi i tabù sociali di altri tempi.	Per l'evoluzione personale che attraversano, l'adolescente e il giovane si portano dentro un caos mentale e una gran confusione. Loro stessi non sanno cosa vogliono.
Il giovane oggi possiede una maggior capacità di comprenderci, assimilare cultura e rendersi protagonista del cambio in cui vive.	Il clima sociale e politico di oggi risulta sconcertante anche per gli adulti. Viviamo una crisi di valori, si vuol dire. Che in fondo è una crisi o trapasso di cultura, di modelli antropologici e di comportamento.
Dopo la volontà di rivoluzione socioculturale di anni fa, il giovane oggi preferisce un ripiegamento sul sé, in cerca di «isole di felicità»... Sembra quasi un atteggiamento di stanchezza o indifferenza verso i problemi.	Per quanto sovente invocochi il diritto alla libertà, il giovane di oggi mantiene tuttavia molti livelli di dipendenza: nella famiglia, nella vita di gruppo, nel consumismo, nella vita sociale...
Il culto del narcisismo, di cui oggi c'è gran abbondanza, appare un modo di sacralizzare l'unico luogo dove ci si sente sicuri: dentro se stessi.	Le possibilità di essere se stessi si scontrano oggi non solo con l'insicurezza personale, ma anche con la manipolazione della pubblicità, della moda, degli interessi degli adulti.

POSSIBILITÀ**DIFFICOLTÀ**

Lo sviluppo dell'affettività, così come le manifestazioni o espressioni affettive, hanno oggi più spazio sociale.

AMARE

Il clima sociale di superficialità e sfruttamento non favorisce autentici contatti personali. Si cura più l'apparenza che la sostanza.

La necessità di comunicazione intensa e di relazioni profonde sembra oggi più forte che mai.

**ESSERE
AMATI**

Si cerca oggi una soddisfazione immediata, a livello di sentimenti e sensazioni. È difficile un rapporto sincero e profondo.

Le possibilità e la capacità di inventiva sono oggi favorite e valorizzate più che nel passato.

CREARE

La tentazione dell'adeguamento passivo e del consumismo indeboliscono le migliori capacità creative. Al giovane oggi viene quasi tutto offerto da fuori.

L'identità personale non si limita a qualche identificazione esterna, ma si fonda su progetti personali liberamente scelti.

**SENTIRSI
UTILI**

Oggi le possibilità di azione sono minime. Si ha l'impressione che i giochi siano già fatti. Le iniziative dei giovani sono poche o poco accettate.

I TRATTI DELLA PERSONALITA'

(da R. Cattell)

1. Riservato chiuso, ansioso, rude	Caloroso affettuoso, aperto, pronto a collaborare
2. Di scarse attitudini generali poco brillante, superficiale, grossolano	Brillante intelligente, coscienzioso, raffinato
3. Emotivo instabile, insoddisfatto della vita, stanco	Maturo stabile, calmo, realistico
4. Sottomesso esitante, gentile, spontaneo	Aggressivo indipendente, rigido, coraggioso
5. Depresso riservato, lento, taciturno	Espansivo loquace, vigile, gaio
6. Incostante di carattere debole, indeciso, impaziente	Scrupoloso di carattere forte, perseverante, energico
7. Timido cauto, con sentimenti di inferiorità, coscienzioso	Audace socievole, imprudente, frivolo
8. Duro pratico, responsabile, calmo fino ad apparire cinico	Sensibile delicato, eccitabile, immaginativo
9. Fiducioso tollerante, adattabile, comprensivo	Sospettoso diffidente, geloso, suscettibile
10. Conformista sensibile agli argomenti pratici, realistico, controllato	Eccentrico svagato, non convenzionale, emotivo
11. Semplice schietto, ingenuo, sentimentale	Sofisticato abile, avveduto, riservato
12. Sicuro pacifico, di nervi saldi	Insicuro irrequieto, nervoso
13. Conservatore prudente, moderato	Innovatore interessato ai problemi culturali e di fondo
14. Dipendente convenzionale, elegante, influenzabile	Autosufficiente risoluto, va per la propria strada
15. Indolente instabile, poco coscienzioso	Controllato accurato, coscienzioso, ostinato
16. Rilassato equilibrato, calmo	Teso irrequieto, impaziente, disordinato

Taluni tratti si trovano spesso associati in modelli particolari del comportamento. Per esempio, è stato dimostrato che tratti come l'amore per l'ordine e la pulizia, l'ostinatezza, la puntualità e la presenza di dubbi tendono a essere compresi nella «personalità ossessiva»; mentre la tendenza alla malinconia, la sensibilità al rifiuto, all'abbandono e alle delusioni e l'eccessiva serietà si trovano spesso unite per costituire la «personalità depressa». Un altro esempio di raggruppamento significativo di tratti si ha nella «personalità autoritaria».

La personalità autoritaria

L'autoritarismo è sempre stato uno dei maggiori problemi della nostra società. La sua forma più drammatica è la dittatura politica, ma può manifestarsi anche in forme meno evidenti e, spesso, più insidiose in quasi tutti i tipi di rapporti e di organizzazioni sociali. Uno degli aspetti che ha interessato in modo particolare gli psicologi è il ruolo della personalità nel comportamento autoritario.

I risultati di alcune ricerche hanno messo in evidenza un insieme di tratti «autoritari» che costituiscono la parte centrale e stabile della personalità di alcuni individui.

I tratti più significativi sono:

1. dar grande valore ai rapporti con l'autorità, sentire enorme deferenza per i superiori ed esercitare la propria autorità sui subordinati;
2. tenere in grande considerazione il comportamento convenzionale, i valori tradizionali e la moralità; dimostrare grande conformismo nei confronti delle norme del gruppo di appartenenza;
3. avere un forte controllo su quelli che sono considerati i propri impulsi e sentimenti «immorali», tendendo a vederli negli altri; esagerato senso della propria «dirittura» morale; incapacità a guardare dentro di sé facendosi un sincero esame di coscienza;
4. essere freddi nei rapporti sociali; tendere a manipolare e a sfruttare gli altri, più che a considerarli esseri umani, e temere di essere, a propria volta, sfruttati; avere tendenze sadiche (provar piacere nel maltrattare gli altri) associate a tendenze masochistiche (provare piacere nell'essere maltrattati);
5. dimostrare rigidità nei processi di pensiero; avere idee notevolmente stereotipate, pregiudizi e intolleranza nei confronti delle minoranze.

Le ricerche non si sono limitate a descrivere questo particolare aspetto della personalità, ma hanno pure cercato di spiegarlo.

L'«autoritario» verrebbe da una famiglia con educazione molto rigida, dove si dà un'importanza eccessiva alla giustezza delle regole e dei valori dei genitori, con la pretesa di un'obbedienza cieca e con frequenti punizioni. Spesso questa severa disciplina si accompagna a un atteggiamento di rifiuto del figlio. Come conseguenza, il bambino sviluppa una forte sottomissione all'autorità dei genitori, che poi si estenderà via via agli altri personaggi che occupano una posizione autorevole.

SIETE UNA PERSONA REALIZZATA?

Per la maggior parte degli uomini *realizzarsi* è una speranza o un obiettivo, ma pochi ci riescono in modo completo. Nella sua opera *Motivazione e personalità* (1973), Abraham Maslow, già professore di psicologia alla Brandeis University (U.S.A.), cita vari personaggi (da Goethe a Casals, da Washington a Einstein) quali esempi di individui realizzati. Sulla base dei suoi studi, questo psicologo ha messo in luce le caratteristiche più importanti e utili della persona che si realizza. Ecce qui di seguito.

1. Percepire la realtà in modo più chiaro degli altri; vederla come è, non come si vuole che sia.
2. Accettare se stessi senza ansie né sentimenti di colpa e, nello stesso tempo, accettare gli altri.
3. Essere spontanei e naturali nei pensieri come nel modo di fare.
4. Interessarsi ai problemi del mondo esterno, piuttosto che a sé, e molte volte dedicarsi a qualche tipo di missione.
5. Aver talora bisogno di stare soli ed essere capaci di considerare la vita in modo distaccato e obiettivo.
6. Essere abbastanza indipendenti dalla propria cultura e dalle convenzioni, ma non per il piacere di essere diversi.
7. Resistere all'acculturazione e mantenere un certo distacco dalla cultura in cui si vive.
8. Essere capaci di apprezzare a fondo le esperienze fondamentali della vita, anche nelle cose già fatte o viste molte volte.
9. Avere un profondo interesse per gli altri.
10. Essere capaci di rapporti profondi e soddisfacenti, anche se la propria cerchia di amici è piccola.
11. Avere atteggiamenti democratici, dimostrando rispetto per chiunque, qualunque ne sia la razza, il credo, la posizione economica e così via.
12. Guardare ai fini e non fissarsi sui mezzi, e possedere una robusta moralità.
13. Avere un buon senso dell'umor, preferendo la battuta di tipo «filosofico» a quella aggressiva.
14. Nel proprio campo, qualunque esso sia, dimostrarsi molto creativi e giungere a scoperte veramente originali.

Considerate attentamente questi 14 punti: potete, voi, ritenervi una persona pienamente realizzata?

Unicità

Perché l'uomo è un enigma?

È l'unicità dell'uomo che ci sconcerta. Tutti gli altri esseri sembrano collocarsi perfettamente in un ordine naturale e sono determinati da principi stabili. L'uomo invece occupa una posizione unica. Come essere semplicemente naturale è retto da leggi naturali, ma come essere appartenente alla specie umana si trova spesso costretto a compiere delle scelte. I suoi atti non emanano da lui come radiazioni d'energia dalla materia: egli deve decidere quale direzione prendere. Penso alla mia esistenza come a un corso di eventi, a una situazione unica che dura tutta la vita, a una continuità irripetibile e insostituibile. La mia esistenza è un evento originale, non una copia. L'elemento fondamentale dell'essere uomini è la unicità. Ogni essere umano ha da dire, da pensare o da fare qualcosa che non ha precedenti. Solo l'incrostazione, il trucco, il conformismo riducono l'esistenza a una generalità. Essere uomini è una cosa sempre nuova: non una mera ripetizione o un prolungamento del passato, ma un'anticipazione di cose a venire. Essere uomini è una sorpresa, non una conclusione scontata.

L'essere umano ha non soltanto un corpo ma anche un volto. E un volto non può essere trapiantato o scambiato. Un volto è un messaggio, spesso all'insaputa della stessa persona. Non è forse il volto umano un misto vivente di mistero e significato? Tutti lo vediamo e nessuno riesce a descriverlo. Non è forse un miracolo straordinario che tra tante centinaia di milioni di volti non ve ne siano due uguali? E che nessun volto rimanga perfettamente uguale per più di un attimo? Chi può guardare un volto come se fosse un luogo comune?

Possibilità

Il corso di ogni vivente, uomo o animale, è segnato e fissato: dalla nascita alla morte. Ma il corso della natura umana passa anche attraverso il buio e intricato labirinto che noi chiamiamo la vita più profonda dell'uomo. La vita interiore è una complessità che continuamente cresce e indefinitamente si espande. Ciò che distingue l'uomo dagli animali è la sua illimitata, imprevedibile capacità di sviluppare un suo universo interiore. Vi è più potenzialità nella sua anima che in qualsiasi altro essere conosciuto. Contemplate un bambino e provate a immaginare la somma di avvenimenti racchiusa in lui. Un unico bambino di nome Johann Sebastian Bach era dotato di tale potere da riuscire ad affascinare intere generazioni di uomini. Quali sorprese invece ci si potrebbe attendere da un vitello o da un puledro? Realmente, l'enigma dell'essere umano non sta in ciò che egli è, ma in ciò che egli è capace di essere.

Quello che è palese nell'uomo non è che una minima parte di quello che in lui è latente. Si potrà anche descrivere che cosa sia la specie umana; ma concepire quello che la specie umana è capace

di essere, supera le nostre capacità. L'uomo dev'essere inteso come un complesso di possibilità, oltre che come un insieme di fatti.

Solitudine e solidarietà

Autosufficienza, indipendenza, capacità di restare in disparte, di essere diversi, di resistere, sono altrettanti modi di essere uomini. Non vi è dignità senza la capacità di essere soli. Bisogna sapersi ritirare e rimanere in silenzio, se si vuole ascoltare, poiché la solitudine è la protesta necessaria di fronte agli attacchi e ai falsi allarmi che vengono dall'isterismo della società, è come un periodo di cura.

La verità è che l'uomo non è mai solo: io vivo, soffro e godo insieme con tutti i miei contemporanei, anche se vivo nella solitudine. Vera solitudine è ricerca della vera solidarietà.

L'uomo nel suo essere deriva ed è assistito dall'essere della comunità, e a questa è diretto. Per l'uomo *essere* significa *essere insieme con altri esseri umani*. La sua esistenza è coesistenza. Egli non può mai sentirsi realizzato o rendersi conto del proprio significato se questo non è condiviso, se non ha relazione con altri esseri umani.

La solidarietà umana non deriva dall'essere uomini; essere uomini è l'effetto, non la causa della solidarietà umana. Infatti, anche l'interesse più personale, la ricerca di un significato, è completamente privo di valore se è solo ricerca della salvezza personale. Nella sua vera realtà, esso è compassione, speranza o intuizione di un significato a cui possano partecipare tutti.

«Essere» è un verbo intransitivo; essere uomini, lo ripeto, è più che il semplice essere. L'uomo che medita sul proprio esistere arriva a scoprire che per esistere egli deve continuamente accettare ciò che non è suo, perché l'essere, di per sé, non è mai autosufficiente.

(A.J. Heschel)

Piste per il lavoro insieme

1. La preoccupazione incomincia a essere lo spostamento dalla riflessione su di sé (che pure è importante: conoscersi e accettarsi è fondamentale nel cammino per la propria identità) a quella più grande su chi è l'uomo, quali tratti lo caratterizzano come tale.
2. Unicità, possibilità, solitudine e solidarietà... si possono qui delineare altri tratti essenziali oltre a questi primi? E già un inizio di ricerca dei «valori», dell'umanità «piena».
3. Ricordiamo che questa tappa va collegata a quelle seguenti: è tutto un unico discorso sulla «costruzione di un uomo».

In tutti noi, nel profondo dell'animo, c'è una sotterranea inquietudine, il desiderio di ciò che sembra sempre sfuggirci, un dolore per qualcosa che non sappiamo bene che cosa sia. Perfino quando siamo innamorati e riamati, nel momento in cui ce ne andiamo o il nostro amato se ne va, anche per una breve separazione, ecco che quel dolore profondo si riaffaccia. A volte ricompare addirittura in un momento di felicità perché quella felicità ci si rivela fugace. Noi guardiamo il cielo, un pezzetto di cielo azzurro, come per concentrarvi tutta la nostra felicità e sentiamo una tristezza perché potremo ricordare quel cielo ma non possiamo prolungare quell'istante. Proviamo questo dolore la sera, senza un motivo, la mattina al risveglio senza un perché.

La nostra anima è costruita per desiderare qualcosa di assoluto e, quindi, di ineffabile ed inafferrabile.

Quando siamo occupati non ce ne accorgiamo, quando ci battiamo per qualcosa e tutta la nostra volontà è tesa verso la mèta, è quella mèta stessa che si illumina di ciò che cerchiamo sempre.

Nello *stato nascente* quell'assoluto a cui abbiamo sempre teso ci appare improvvisamente vicino, quasi a portata di mano, incarnato in una persona unica, inconfondibile, oppure in un ideale, in un partito, in una chiesa, che ci promettono l'avvento di una perfezione.

Non ci fa piacere parlare di questo bisogno inesauribile, di questo fondo doloroso della nostra anima. Non sapremmo cosa dire; i nostri amici ci accuserebbero di avere una crisi mistica. Le convenzioni sociali richiedono di non pensarci, di buttarsi dietro le spalle. D'altra parte si trova sempre qualche psicoterapeuta che vi vede un preciso sintomo nevrotico, oppure una persona religiosa che ha già la risposta pronta: ma quell'inquietudine, quella sofferenza è il bisogno di Dio e che soltanto in Dio si può placare.

Sarà magari vero, però noi vediamo che c'è tanta gente che crede in Dio, va a messa o diventa sannyasin, e continua ad avere questa inquietudine. Se poi pensiamo a tutti gli orrori e a tutte le nefandezze della storia delle religioni; alla presunzione, all'ignoranza, all'oscurantismo, alla durezza morale, alla crudeltà di tante religioni e di tante morali, perdiamo qualunque voglia di trovare lì la risposta.

Alla fine incontriamo i politici, i rivoluzionari, soprattutto i leninisti, che ci spiegano che quell'inquietudine è il sintomo della alienazione della società capitalistica, una forma di malattia piccolo-borghese che scompare solo con la lotta proletaria. Anche qui però quanta sofferenza, quanto dolore e, soprattutto, quanta crudeltà, quanto fanatismo!

Ogni volta che qualcuno capisce la nostra inquietudine e il nostro bisogno e ci offre la sua soluzione, quasi sempre ci propone o una formula logora, o una semplificazione fanatica. Più che una risposta sembra un esorcismo, più che una cura sembra una maledizione.

Ed allora è meglio accettare questo vuoto e questo bisogno

sapendo che le cose che facciamo, gli oggetti che comperiamo, la bella casa che ci siamo costruiti, il nostro abituale compagno, sono dei sostituti di qualcos'altro. E, se possiamo farlo, cerchiamo di ricordare il momento divino delle origini, lo stato nascente, quando attraverso il volto amato intravedevamo un altro cielo e un'altra terra che era la nostra vera patria.

Se invece chi amavamo ci ha lasciato, oppure il nostro amore si è spento, se la nostra fede politica è morta, allora noi ci sentiamo in esilio e non ci è neppure più concesso – come è stato concesso a Mosè – di intravedere la terra promessa.

Ma anche l'esilio ci conferma la mèta.

(Francesco Alberoni, *L'albero della vita*)

Piste per il lavoro insieme

Quello su cui è importante riflettere circa questo brano, è il «bisogno di oltre», quasi un'esigenza antropologica dell'uomo. Nel lavoro di gruppo si può discuterlo, così come altre affermazioni del brano citato.

Qui di seguito offriamo invece piste più strutturate, anche se ovviamente solo schematiche.

1. L'uomo, un fascio di bisogni (non è difficile trovare elenchi di essi; si possono poi suddividere in bisogni «materiali» e bisogni «non-materiali», primari o secondari...).
2. Ci sono bisogni che si appagano e bisogni che non si possono mai appagare compiutamente (l'uomo come essere desiderante...).
3. Chi/cosa soddisfa o può soddisfare i bisogni/desideri dell'uomo (l'agire dell'uomo stesso: persone, istituzioni, i fini e i valori...).
4. Il rimando sempre «oltre»; il «limite» di creaturalità e il bisogno di infinito.
5. Il «nome» dell'infinito: valori, ideali, sogni... Dio? (gli infiniti e l'Infinito).
6. L'infinito e il quotidiano; l'ideale e la storia (l'infinito nel finito).
7. L'infinito «tradito» (i livelli della responsabilità e del male...).