

A SCUOLA DI RESILIENZA:  
APPRENDERE E INSEGNARE  
DOPO UNA CATASTROFE.  
AMATRICE, A.S. 2016-2017

*Educare dopo una  
catastrofe:  
pedagogia della  
relazione di aiuto  
per la promozione  
della resilienza*



**ALESSANDRO VACCARELLI – UNIVAQ – VELINO FOR CHILDREN**

# **II PERCORSO DEL NOSTRO INCONTRO**

La relazione di aiuto

Il costrutto della resilienza e la relazione educativa

La resilienza nell'infanzia e nell'adolescenza

Promuovere la resilienza a scuola

Focus group

# LA RELAZIONE DI AIUTO

## ROGERS

una relazione in cui almeno uno dei due protagonisti cerca di favorire nell'altro la crescita, lo sviluppo, la maturità e il raggiungimento di un modo di agire più adeguato ed integrato.

C. Rogers, *Terapia centrata sul cliente*, 1951



## IL CONCETTO DI CURA IN EDUCAZIONE

«A formarci non è solo l'atto intenzionale (l'educazione) ma anche e in misura notevole il caso, l'evento. Bisogna pur dirlo e non lo si dice abbastanza, soprattutto nell'ambito che qui maggiormente interessa e cioè quello pedagogico, che l'uomo non è solo scelta, azione, intenzione ma anche in misura tutt'altro che trascurabile, caso e destino» (Fadda, 2005, p. 102).

Di cura è permeata l'intera formazione umana. Essa, la cura, diventa allora: «quella struttura esistenziale in cui e per cui si dà quella che noi chiamiamo formazione, il romanzo individuale, la costruzione soggettiva dell'esistenza, il processo attraverso cui un uomo assume una propria forma, un proprio modo di essere, divenendo in qualche modo se stesso» (Palmieri, 2000, p. 38).



## IL CONTESTO GENERALE

«**“Liquido”** è il tipo di vita che si tende a vivere nella società liquido-moderna. Una società può essere definita “liquido moderna” se le situazioni in cui agiscono gli uomini si modificano prima che i loro modi di agire riescano a consolidarsi in abitudini e procedure. Il carattere liquido della vita e quello della società si alimentano e si rafforzano a vicenda. La vita liquida, come la società liquido-moderna non è in grado di conservare la propria forma o di tenersi in rotta a lungo» (Bauman, 2007, p. VII).

«La storia umana subisce certamente determinazioni sociali ed economiche molto forti, ma può essere deviata e sviata da eventi o accidenti. Al contrario, ci sono gli scacchi di tutti gli sforzi per congelare la storia umana, per eliminare eventi o accidenti e per farle subire il giogo di un determinismo economico-sociale e/o farla obbedire a un progresso telecomandato. (...) I fallimenti della previsione futurologica, gli innumerevoli scacchi della di previsione economica (...), il crollo del progresso garantito, la crisi del futuro, la crisi del presente hanno introdotto ovunque il tarlo dell'incertezza» (Morin, 2000, p. 60).

## I MODELLI EDUCATIVI FAMILIARI

«Ricordate le utilitarie di moda negli anni Sessanta e Settanta? All'esterno erano delle normali Fiat Cinquecento o Seicento, eppure sotto il cofano covavano motori truccati, esagerati e roboanti per far colpo (...). Avevano un solo difetto: duravano molto poco» (Crepet).



«A volte il giovane Abarth si blocca, il suo motore truccato si guasta e gli effetti possono essere dirompenti. Spesso accade alla fine di un ciclo scolastico: egli sente di aver perduto l'unico terreno ove potersi guadagnare l'affetto e la considerazione degli adulti, teme di non esistere più. Tende allora a odiarsi, a disprezzarsi, ritiene di avere fallito. Arriva a dubitare delle reti amicali. Persino il rapporto con l'altro sesso rischia di diventare terreno incerto, insidioso» (Crepet).





Quando parliamo di stress, è possibile riferirsi tanto ai fattori e alle situazioni che lo scatenano (stressor), quanto alle modalità psicofisiche ed emotive di rispondere, come forme di adattamento a situazioni, avvenimenti, fatti, percepiti come critici e problematici (cfr. Lavanco, 2003).

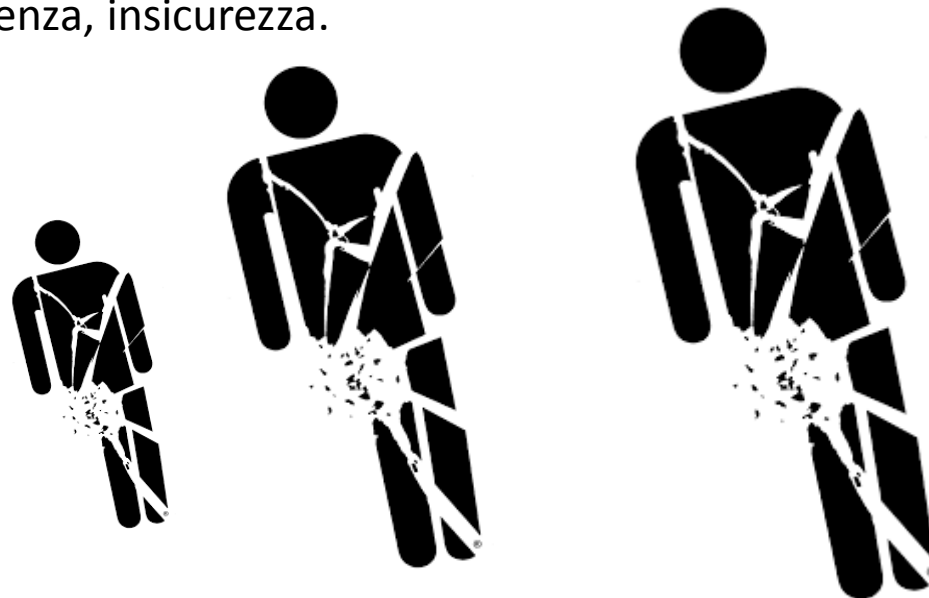
Le persone, di fronte ad uno stesso evento critico, possono dare risposte distinte e ciò dipende da fattori di rischio che coinvolgono la persona nelle sue componenti biologiche (l'età, lo stato di salute, ad esempio), psicologiche, psicosociali e nel suo far parte di uno specifico contesto sociale, culturale, educativo. Lo stress può diventare trauma in un soggetto - o può non trasformarsi in trauma in un altro soggetto - anche in ragione di queste caratteristiche individuali. Gli eventi generatori di stress hanno origine da situazioni disparatissime e riguardano il rapporto dell'individuo con il suo contesto di vita, da considerarsi a tutto tondo.

# TRAUMA

La parola trauma deriva dal greco antico, τραῦμα, a significare ferita, perforamento, trafittura. Nelle scienze mediche il trauma mantiene prioritariamente un significato fisico, corporeo, che sfuma verso la psiche nel linguaggio della psichiatria e della psicologia.

Difficile però, detto per inciso, segnare la differenza e il limite tra corpo e psiche.

Il trauma è stato già definito da Freud come una esperienza singola, o protratta nel tempo, le cui implicazioni individuali, vale a dire le idee, le cognizioni e le emozioni ad essa collegata, sono nel complesso superiori alle capacità del soggetto di gestirle o di adattarle ad esse, cioè di integrarle nella psiche (cfr. Verardo, Petacchia, 2010) In senso stretto, il trauma si caratterizza in quanto tale quando supera la portata dell'esperienza umana "normale", a fronte di un evento che genera paura, orrore, angoscia, percezione di minaccia alla vita impotenza, insicurezza.



# **I PRINCIPALI STRESSORS CHE INCONTRANO I NOSTRI ALUNNI E LE NOSTRE ALUNNE**



**E la scuola?**

**E per un insegnante?**



Alessandro Vaccarelli

# Le prove della vita

Promuovere la resilienza  
nella relazione educativa



L'attenzione pedagogica alla resilienza ci aiuta ad affrontare le situazioni, ordinarie e straordinarie, in cui siamo chiamati, come educatori, a supportare l'infanzia, le infanzie, l'adolescenza, le adolescenze, nei loro mai lineari percorsi di crescita; ma potrà fertilizzare anche tutte quelle educazioni che permettono di lavorare sulla prevenzione delle discriminazioni, legate alla provenienza sociale e culturale, al genere, alla condizione psicofisica, all'orientamento sessuale, alla famiglia di provenienza. Vista nell'ottica della prevenzione e dell'educazione al rischio, l'educazione alla resilienza ricongiunge alla vita reale, esplora le risorse, ascolta i soggetti, promuove la creatività, combatte i determinismi.

# IL CONCETTO DI CATASTROFE

## IL CONCETTO DI EMERGENZA

**Ēmergo** - (*ēmergo, ēmergis, emersi, emersum, ēmergēre*)

- 1 (intransitivo) emergere, comparire
- 2 (intransitivo) liberarsi, svincolarsi, tirarsi fuori
- 3 (intransitivo) salire, innalzarsi, elevarsi
- 4 (intransitivo) mostrarsi, apparire, risultare
- 5 (transitivo) far venire a galla, far uscire
- 6 (transitivo; passivo e riflessivo) emergere, apparire, uscire
- 7 (transitivo; passivo e riflessivo) tirarsi fuori, liberarsi, uscire da, riaversi
- 8 (transitivo) superare



# L'insostenibile leggerezza dell'educare: Il costruito della resilienza

L'arte di risalire i  
torrenti (Cyrulnik)

L'ostrica che produce la perla (Vaillant)

La vita come un'alga  
(Rogers)

«Guardandolo col binocolo, mi accorsi che si trattava di una specie di alghe, con un tronco sottile che terminava con un ciuffo di foglie. Sembrava inevitabile (...) che quella fragile pianta sarebbe stata completamente schiantata e distrutta dall'onda successiva. Quando l'onda si abbatteva su di essa, il tronco si fletteva quasi orizzontalmente e la chioma afferrata dalla corrente d'acqua diventava una linea retta; eppure, quando l'onda era passata la pianta era ancora lì, dritta, tenace, resistente. Sembrava incredibile (...). In questa piccola alga simile a una palma c'era la tenacia e il progredire della vita, la capacità di farsi strada in un ambiente incredibilmente ostile e non solo di sopravvivere ma di adattarsi, svilupparsi e diventare se stessa»  
(Rogers, 1978, p. 210).



**Tratto da: Alessandro Vaccarelli, *Le prove della vita. Promuovere la resilienza nella relazione educativa*, FrancoAngeli, Milano, 2016**

# Le dimensioni della resilienza e l'intervento pedagogico

Il coping e  
l'appraisal: dove  
osano Hänsel e  
Gretel

Mi accetti,  
dunque  
sono: la  
base sicura

La rivincita  
di  
Calimero:  
l'autostima

Con le redini in  
mano: il locus of  
control

## Il coping e l'appraisal

**To cope** nella lingua inglese vuol dire far fronte, resistere, reagire, lottare con/contro. Stiamo parlando degli sforzi cognitivi e comportamentali per affrontare specifiche richieste, interne o esterne, che sono valutate come eccessive rispetto alle risorse di un individuo, nonché della capacità di valutazione delle situazioni che avviene anche grazie alle emozioni (Lazarus, 1991). Secondo Lazarus e Folkman (1984), il **coping** è *centrato sul problema* quando si attuano strategie operative e cognitive utili a ridurre il rischio di eventuali danni generati dalla situazione critica, è invece *centrato sulle emozioni* quando mira a contenere le emozioni negative. Naturalmente tutto ciò è possibile grazie alla valutazione e alla stima della situazione, dunque alle capacità di **appraisal**: l'evento viene interpretato e valutato in ragione del nostro benessere personale e in vista della pianificazione dell'azione.





## La base sicura

Nel processo di separazione/individuazione – pensiamo al bisogno di autonomia dell'adolescente e al bisogno di uscita e di "fuga" dal contesto familiare – la base sicura funziona nella misura in cui la famiglia sia sempre disponibile a rappresentare un "rifugio" pronto ad accoglierlo/a



## L'autostima

«L'immagine di noi stessi non è affatto l'immagine che ci restituisce lo specchio, ma quella che ci rimanda il corpo sociale, le persone che amiamo, che stimiamo, quelle che ci riconoscono un valore; lo specchio che conta è lo specchio che ci restituisce la dignità del nostro essere uomini» (Recalcati, p. 54)



**Tratto da: Alessandro Vaccarelli, *Le prove della vita. Promuovere la resilienza nella relazione educativa*, FrancoAngeli, Milano, 2016**

# Il locus of control

Il ***locus of control*** è l'atteggiamento mentale con cui affrontiamo situazioni che hanno cause esterne a noi (Totter, 1954): quanto ci rassegniamo ad esse? Oppure quanto ricerchiamo nel nostro *locus* interno energie o potenzialità per affrontare o al limite analizzare la situazione per trovare soluzioni? Il *locus of control* riguarda dunque la percezione soggettiva attraverso cui ci si sente in grado di influenzare gli eventi, di avere il controllo della situazione, di tenere le redini in mano. Rimanda dunque alla fiducia nelle possibilità individuali di gestire una situazione che sia influenzata dal caso o da cause esterne. Si distingue generalmente tra persone con ***locus of control interno*** e quelle con ***locus of control esterno*** (cfr. Cantoni, 2014): se le prime si fidano delle proprie potenzialità e sentono che la loro esistenza è il risultato delle proprie scelte e azioni, le seconde attribuiscono a cause esterne o al caso la responsabilità di condizionare la propria esistenza. Naturalmente la resilienza si distribuisce in modo più adeguato all'interno del primo gruppo di persone, che sono quelle più autonome e più motivate nel gestire le situazioni problematiche facendo affidamento alle proprie risorse.



**Tratto da: Alessandro Vaccarelli, *Le prove della vita. Promuovere la resilienza nella relazione educativa*, FrancoAngeli, Milano, 2016**

## 6. Un'insostenibile leggerezza: proposte per l'educazione alla resilienza

6.1. L'insostenibile leggerezza dell'educare

**6.2. La forza della parola/La forza del disegno: raccontare e raccontarsi**

6.3. «Fatto ormai savio, con tutta la tua esperienza addosso»: ITACA, un gioco narrativo per riflettere sulla resilienza

**6.4. Emozioni e pronto soccorso emotivo: chi ha paura della paura?**

6.5. Piangere e ridere: l'humor e la forza dell'ironia

**6.6. La scuola in tenda e nella strada: «la bellezza salverà il mondo»**

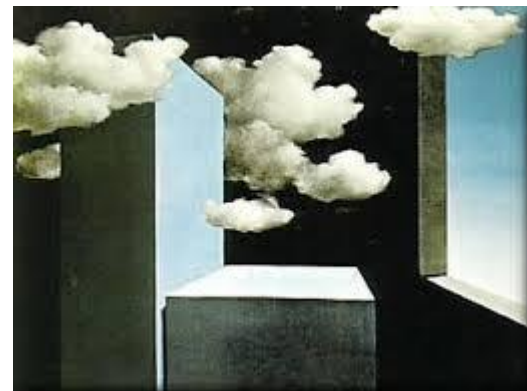
**6.7. Gioco, sport ed educazione motoria**

6.8. I saperi resilienti

6.9. Lo studio e i progetti futuri

6.10. Giocare con il terremoto: il ruolo della prevenzione e i progetti Edurisk

6.11. La scuola resiliente: un decalogo in caso di catastrofe



Tratto da: **Alessandro Vaccarelli, *Le prove della vita. Promuovere la resilienza nella relazione educativa*, FrancoAngeli, Milano, 2016**

## 6.6. La scuola in tenda e nella strada: «la bellezza salverà il mondo»

### MARIA MONTESSORI

«(...) qui si trattava di bambini orfani sopravvissuti a uno dei più grandi cataclismi: il terremoto di Messina: una sessantina di piccoli raccolti soli sotto le macerie. Non si conoscevano né i loro nomi né la loro condizione sociale. Uno choc tremendo li aveva resi pressoché tutti uniformi: abbattuti, muti, assenti; era difficile nutrirli e farli dormire. Nella notte si sentivano grida e pianti. Fu creato per loro un ambiente delizioso e la Regina d'Italia si occupò di loro generosamente. Vennero costruiti mobili piccoli e chiari, lucenti, con piccole credenzine con sportelli, e con tendine colorate, tavoli circolari estremamente bassi e di colore vivace, tra altri tavoli rettangolari più alti e chiari, sedie e poltroncine. E soprattutto si diedero ai bambini attraenti stoviglie, piccoli piatti e posate piccoline, tovaglette minuscole e persino saponi e asciugamani adatte a mani di piccini. Ovunque ornamenti e segni di accuratezza. Quadri alle pareti e vasi di fiori dappertutto» (Montessori, ed. 1999, p. 192)

«Esse insegnavano ai bambini le buone maniere con un'accuratezza che si andò perfezionando di giorno in giorno (...). Sembrava che i bambini fossero insaziabili di tali raffinatezze. Essi avevano imparato a tenersi a tavola come principi e anche avevano imparato a servire a tavola come camerieri di alto rango. Il pranzo che non attraeva più per l'Alimento, attrasse per lo spirito di esattezza, per l'esercizio dei movimenti controllati, per le conoscenze che elevano: e a poco a poco anche il buon appetito infantile risorse insieme ai sonni tranquilli. (...) Fu qui che uscì fuori per la prima volta il termine di conversione: "Questi bambini mi fanno l'impressione di convertiti" disse una delle più distinte scrittrici italiane del tempo. "Non c'è conversione più miracolosa di quella che fa superare la melanconia e l'oppressione, e trasporta in un piano di vita più alto» (Ibidem: 193).



# La forza della parola/La forza del disegno: raccontare e raccontarsi

## Assalto ai giornalisti!



Il terremoto fa scattare in modo impellente, imprevisto e imprevedibile, l'esigenza di raccontare e di raccontarsi, avvia quel pensiero autobiografico che anche quando si avvolge nel ricordo del dolore o quando ancora fa urlare la rabbia, concede sempre un ripatteggiamento tra passato, presente e futuro. La scuola ha molto promosso la scrittura, il parlare, il raccontare, ma anche il disegnare. L'esperienza personale (dove ero, con chi ero, come me la sono cavata), l'esperienza di gruppo (che è successo a scuola, tra i compagni, chi non c'è più, chi si è trasferito...), l'esperienza di piccoli cittadini (la comunità che era, quella che è, quella che sarà). Sul piano individuale, la scrittura e spesso il disegno consentono ai bambini e ai ragazzi di soggettivare e al tempo stesso oggettivare il trauma, di descriverlo, scomporlo e ricomporlo, di legare il vissuto più intimo di paura e di dolore con la consapevolezza dell'esistenza della morte, del rischio, di creare uno spazio speculare dove proiettare le emozioni e anche, talvolta, la subentrata e apparente incapacità di provarle. Dunque, la possibilità di riconoscere il mondo interiore e prenderne consapevolezza.

<b>FIORI DE MENTA</b>		
i giornalisti	scappa, curri,	oh oh oh
i paparazzi	va alla scola	che mal di testa
vogliono intervistare questi ragazzi	che tra poco	oh oh oh
una scuola bella	cambia l'ora	ma che problema hai
non fatta male	scappa, curri,	(rit)
andiamo col pulmino no paura di tornare	va alla scola	te lo devo di'
quaderno e penna	che tra poco	fiori de menta
scrivere e studiare	cambia l'ora	la menta non se pianta
vediamo i professori alla lavagna disegnare	Innocenzi spara	se somenta
spegni la luce	inizia la gara	te lo devo di'
inizia la festa	ci fa sudà da anni avoja a	fiori de menta
anche se la prof. se la urla più che mai	lavà i panni	la menta non se pianta
(bridge)	Ah prof	se somenta
oh oh oh	con quella barbetta	scappa, curri,
che mal di testa	tu ci sembri	va alla scola
oh oh oh	proprio una capretta	che tra poco
ma che problema hai	ehi tu	cambia l'ora
(rit)	con quella giacca blu	scappa, curri,
te lo devo di'	sembri un alieno venuto	va alla scola
fiori de menta	da lassù	che tra poco
la menta non se pianta se somenta	una scuola nuova e	cambia l'ora
	colorata	
	la puzza di sudore resta	
	tutte le ore	
	(bridge)	

## 6.4. Emozioni e pronto soccorso emotivo: chi ha paura della paura?

### DEFUSING

breve colloquio di gruppo, da svolgersi solitamente entro le prime 72 ore da un evento critico, teso a “disinnescare” (questo il significato del verbo inglese *to defuse*) e, dunque, attenuare il portato potenzialmente traumatico di un evento, facilitando la «ventilazione delle emozioni e pensieri associati all’evento di crisi» (Roberts, Yeager, 2012, p.170). Il *defusing* ha lo scopo di aiutare le persone ad esternare, senza entrare nel profondo, le loro emozioni (lasciando comunque aperta la scelta di non parlare), ad oggettivare il vissuto, ad alleggerire gli effetti di un’esperienza critica e potenzialmente traumatica, ristabilire o mantenere la rete dei contatti sociali, dare informazioni su che cosa ci si deve aspettare rispetto alla sensazione di *stress* acuto che potrebbe sopraggiungere.

### DEBRIEFING

tecnica che viene applicata solo successivamente, dunque potrebbe essere pensata come la prosecuzione del *defusing*..:

che cosa è un trauma

racconto “oggettivo” del fatto (che cosa è successo? Come si sono svolte le cose?).

percezioni sensoriali (che cosa hai visto, sentito, quali sensazioni olfattive hai avuto?...), racconto dei pensieri presenti al momento dell’evento (pensieri passati per la mente, ricordi, ragionamenti fatti, ecc.).

dare un nome alle emozioni provate (collera, tristezza, paura, vergogna, ecc.) e alle sensazioni corporee esperite (caldo, freddo, nausea, ecc)

normalizzazione dei sintomi, ricerca di senso e coping

rito di passaggio, ricerca di un atto simbolico che segni l’inizio della *nuova* vita: una canzone, scrivere un messaggio di speranza, portare un fiore, ecc..

## Gli Speciali di Rai Scuola- A scuola per ricostruire



<http://www.raiscuola.rai.it/articoli/gli-speciali-di-rai-scuola-a-scuola-per-ricostruire/34772/default.aspx>



