

I LABORATORI DI SCRITTURA PER IL BENESSERE PROPOSTI DA “IL CHIARO DEL BOSCO”

Nell’a.s. 2021-2022 L’Associazione “Il Chiaro del bosco” ha proposto e realizzato laboratori di scrittura al Liceo Leonardo di Brescia, al Liceo Capirola di Ghedi e di Leno; in tutto 4 laboratori per studenti del terzo e quarto anno.

Sia a Brescia, sia a Leno, sia a Ghedi l’esperienza dei laboratori non era nuova.

Si è partiti da 2 incontri di informazione sulla salute mentale tenuti da Psichiatri, da Psicologi o altri operatori, rivolti ad un ampio numero di classi degli Istituti.

Da gennaio 2022 in poi si sono svolti i laboratori veri e propri, ideati e realizzati dalla dott.ssa Mariella Mentasti, con le classi che hanno aderito alla proposta: per ciascuna classe 7 incontri di circa due ore, volti al riconoscimento e all'ascolto delle emozioni e dei sentimenti più profondi e alla condivisione dell’esperienza emotiva che, “guidata” e contenuta, ha facilitato la relazione e l'incontro in profondità, stimolando empatia e solidarietà. Questi laboratori, a cui io ho assistito in qualità di volontaria del Chiaro del bosco, avevano e hanno come scopo quello di favorire e stimolare un processo di consapevolezza attraverso la riflessione sul senso delle esperienze di ciascuna studentessa e di ciascuno studente, valorizzandole e riempiendole di significato

I riferimenti teorici fanno capo agli studi e alle pratiche di *Scuola di libertà* di Luigina Mortari, della *Ricerca di senso* di Victor Frankl e della fenomenologia della vita emotiva di Vanna Iori.

Di fondamentale importanza in questo processo è la totale libertà:

- in primis **la libertà dal giudizio**. Credo che il primo fattore del successo dei laboratori consista in questo: quanto si fa durante gli incontri è sottratto alla funzione giudicante, che, inevitabilmente, a volte, è percepita come punitiva e che così tanto preoccupa studenti e studentesse, in quanto spesso minaccia l’autostima e produce isolamento.

Il **giudizio** si limita a considerare il risultato raggiunto, ma ogni studentessa e ogni studente sa quanto è costato il percorso per raggiungerlo e di questo spesso non si tiene conto, anche perché le classi in partenza sono numerose e impediscono una attenzione al singolo ragazzo e alla singola ragazza.

- Per allontanare il timore di qualsiasi giudizio o valutazione, sia da parte degli adulti presenti, sia delle compagne e dei compagni, i gruppi classe vengono sempre rassicurati sulla **libertà di condivisione dei propri scritti** o di una parte di essi: nessuno si deve sentire vincolato a leggere quanto scritto né a consegnarlo al termine dell’incontro.

- Connessa alla libertà dal giudizio è anche **la libertà di andare fuori tema**, se è necessario.

Può succedere che in alcune classi più che in altre si senta la necessità di chiarimenti ripetuti circa le consegne. Di solito è indice di un timore e viene da classi che hanno perduto nel corso degli anni non pochi componenti del gruppo iniziale.

Alla fine di ciascun laboratorio gli scritti che le studentesse e gli studenti ci hanno spontaneamente regalato hanno costituito un piccolo testo, memoria dell'esperienza.

Come proponiamo i laboratori

Quando ci conoscono già, tutto diventa più facile, ma mai automatico: bisogna illustrare la proposta al Dirigente, che individuerà o meglio autorizzerà le classi; per lo più le classi vengono coinvolte da una docente o da un docente che presenta la proposta al Cdc.

La fatica maggiore è quella di far sentire che la nostra proposta non sottrae tempo alla programmazione disciplinare, ma che può inserirsi in essa, a partire dai bisogni delle studentesse e degli studenti.

Anche dopo la fase più critica della pandemia questa fatica perdura. Sembra di essere chiamati a una vera e propria battaglia civile per far comprendere che mai come in questo momento, per poter dare e fare vedere un futuro ai nostri ragazzi, bisogna "investire" nel loro benessere psicologico: rispetto alle nostre proposte l'investimento consiste non in denaro (le nostre proposte sono gratuite), ma nella capacità e nel coraggio di dedicare tempo e energie mentali al riconoscimento dei bisogni delle studentesse e degli studenti. E questo si può fare solo con le/ gli insegnanti più consapevoli.

Alcuni risultati

Durante gli incontri sono emerse riflessioni di rilevanza sociale e personale.

Provo a dirne alcune:

- 1) **L'esperienza del dolore personale e/o familiare** - Spesso le esperienze più dure impediscono di condividere, talvolta impediscono anche di scrivere, ma chi non scrive trova altri mezzi di espressione: parole condivise o disegni. Questo, secondo noi, è un segno positivo: manifesta la volontà di cercare una liberazione, una catarsi, un'alleanza.

Su questo punto abbiamo sperimentato quanto possa determinare una svolta positiva nella vita di una studentessa e di uno studente la vicinanza della insegnante o dell'insegnante, partecipe alle attività e capace di leggere anche i silenzi.

Quando sei fragile, hai bisogno di solidarietà, di generosità, di chi si "prenda cura del dolore". Allora la brava professoressa, il bravo professore è colei o colui che "si prende cura del dolore" e alleggerisce la fatica di vivere.

- 2) **Il rapporto con la scuola** – Per molti essa è una realtà positiva, il luogo delle relazioni con i coetanei e con gli adulti.

Su un aspetto della scuola tutti sono d'accordo e danno un giudizio negativo: il concentrarsi di verifiche orali e scritte in alcuni periodi. Mai come nello scorso anno scolastico abbiamo toccato la difficoltà delle studentesse e degli studenti a organizzare il loro impegno in relazione a questa concentrazione delle prove.

Forse i tempi dell'attività didattica sono diventati molto stretti, anche perché occorre e occorre recuperare ciò che si è perso negli anni più duri del Covid.

I tempi, però, sono diventati troppo incalzanti, spesso "non umani".

Forse occorre stabilire le priorità e su di esse misurare i tempi, tempi "umani" per l'appunto. Se i tempi sono adeguati alla realtà, potenziano la volontà e la forza realizzativa degli studenti, altrimenti generano sfiducia e disistima.

Il lavoro, soprattutto quello delle studentesse e degli studenti, deve essere realizzazione di sé, conquista dell'adulità e dell'umanità, e questo è possibile, se la scuola insegna ad apprendere, a fare, a stare insieme, a diventare più umani.

Forse, allora, bisogna superare il modello tradizionale: lezione, studio, prova scritta e orale. Bisogna **forse**, all'interno delle scuole, cercare alternative.

La scuola dovrebbe essere uno spazio di apprendimento trasformativo basato anche sulla condivisione in gruppo dell'esperienza vissuta, sull'autocoscienza, sulla scrittura di sé, generatori a loro volta della cultura della differenza e della critica agli stereotipi.

- 3) **Il rapporto con la famiglia** - In molti testi che studentesse e studenti ci hanno regalato (non in tutti), abbiamo trovato il riconoscimento dell'importanza della famiglia e ci siamo rallegrate per questo. La famiglia protegge, è vissuta come "nido" rispetto alla realtà distopica, fatta di pandemia, di guerra, di migrazioni di massa, di povertà non solo energetica ma in tutti i sensi. Il frutto di questa realtà è la paura e la paura genera desiderio di "sicurezza", aumento di controlli, caccia ai capri espiatori.

Sembra naturale allora volere stare con "i tuoi", pensare che gli immigrati rubano il lavoro, sembra naturale ammirare chi ha successo e biasimare chi non lo ha, ma non c'è niente di naturale in questo modo di pensare e di vivere e per esserne coscienti occorrono riflessività critica e immaginazione.

- 4) **Quale futuro?**

I laboratori di Mariella Mentasti guidano verso il nucleo emotivo, soggettivo, come primo passo per orientarsi verso l'Altro, verso la realtà sociale, verso il territorio.

MA C'È ANCORA UN TERRITORIO, VALE A DIRE UNO SPAZIO SIMBOLICAMENTE CONDIVISO, esiste un rapporto di coappartenenza tra scuola e territorio?

L'ideale democratico richiede la consapevolezza di far parte di un sistema più grande, al di là della stretta cerchia della scuola, degli amici, della famiglia, dei confini della specie umana, per comprendere il sistema naturale, storico e culturale più ampio.

In questi anni abbiamo assistito a una deterritorializzazione che ha contribuito a recidere i legami tra le persone (donne e uomini) e la società, che ha impedito di credere nella possibilità di un contributo attivo alla società da parte di ciascuna e di ciascuno.

Per nutrire motivazioni ad apprendere le studentesse e gli studenti devono sentire di poter portare un contributo attivo alla formazione di se stessi e alla trasformazione della società, non devono credere che sono destinati ad aggiungersi a quei 16.000.000 di Italiani che non hanno partecipato al voto.

Il laboratorio di scrittura è una forma di impegno contro l'insufficienza quotidiana dei nostri rapporti, contro la loro fragilità, la loro irrealtà di fronte alle richieste più radicali dei nostri studenti e delle nostre studentesse.