

EDUCARE ATTRAVERSO LE IMMAGINI DELLA MENTE

Elena Montresor

Recensione del SEMINARIO: "EDUCAZIONE AL SILENZIO", tenuto da Nadia Scardeoni per gli insegnanti della Scuola Elementare e Media / M.C.E. VERONA

Il processo educativo odierno si vede costretto al confronto con mass media ed altri surrogati educativi che trasportano il bambino nel mondo delle immagini standardizzate, costretto ad indossare l'abito del conformista, senza avere la possibilità di mettere in luce quel brulicare di vitalità che pulsa nel sottobosco della sua coscienza: il sé, le sue emozioni.

L'ambiente nel quale viviamo è in continua evoluzione e mutamento. Lo si può paragonare alla creta, quindi plasmabile, manipolabile; un divenire che sta progressivamente accelerando la sua espansione.

Se prima trascorrevano anni affinché venisse prodotta una variazione nel sociale, oggi bastano mesi. La nostra mente è, perciò sollecitata ad un continuo divenire per stare al passo con i tempi; e se da un lato questa evoluzione porta ad uno sviluppo intellettuale basato sulla velocità dei tempi di reazione e ad un corposo bagaglio culturale, dall'altro produce un frastuono emozionale, un guazzabuglio di sensazioni e sentimenti che ci lanciano nel vortice della frenesia, dello stress, della noia.

Nasce, quindi la necessità di soffermarsi un istante a riflettere, a "guardarsi dentro" ponendo sotto i riflettori dell'interesse, quel midollo della vita che rende unici, inimitabili, autentici: le nostre emozioni.

A lungo tempo non considerate, perché etichettate come nocive, le emozioni ed il loro studio psicologico sono state per molti anni poste ai margini dei diversi settori d'interesse pensando che, richiudendole nel cassetto dell'oblio, non sarebbero più state fonte di ansietà.

Come è possibile eliminarle chiudendo gli occhi e fingendo la loro inesistenza?

Le emozioni fanno parte di noi, potremmo dire che sono il "sale della terra", ciò che ci fa sentire vivi, pulsanti. Le ritroviamo in ogni nostro comportamento, decisione, azione... poiché sono esse stesse azione.

Gli oppiacei tecnologici che ci circondano stanno stereotipando anche le emozioni e i bambini sono quelli più recettivi perché ancora incapaci di gestire e capire tutte le informazioni. Giungono alla scuola dell'obbligo con un background espressivo già posto sui binari dettati dai mass media.

Si fa sempre più necessaria un'educazione in grado di sciogliere le incrostazioni indotte dalle stereotipie di massa, per far emergere sentimenti, sensazioni, emozioni in grado di ridare all'individuo la sua libertà.

Negli ultimi anni si sta evidenziando una maggior comprensione della vita emotiva dei bambini, anche in ambito educativo. Il diffondersi di nuove conoscenze sul funzionamento mentale e sui meccanismi implicati nelle emozioni sta permettendo, a psicologi e pedagogisti, di considerare come obiettivi educativi non solo gli aspetti cognitivi, logici, contenutistici, ma anche quelli emozionali.

Un'educazione basata sull'induzione di immagini emozionali può essere in grado di liberare la fantasia dei ragazzi, riconducendola alla creatività.

Le immagini della mente sono imbibite di emozioni, percezioni, ricordi in grado di sollecitare e creare fantasie che, a loro volta, possono essere espresse liberamente nei diversi linguaggi: grafico, pittorico...

È possibile insegnare ai ragazzi a “spazzare il camino della loro coscienza” riattivando così la propria creatività.

Diventa utile puntare sull’ascolto proponendo momenti di silenzio, *durante i quali si aiuta a sviluppare l’attenzione uditiva ad ascoltare ed ascoltarsi, interrompendo così la spirale del dover fare, del dover agire, assaporando anche la calma, la quiete, per farla diventare quiete interiore.*

Si possono poi suggerire momenti di rilassamento fisico (che diviene rilassamento mentale). Il ragazzo impara ad ascoltare il proprio corpo dall’interno, le sensazioni che gli provengono dai muscoli mentre si rilassano, dal respiro che diventa profondo. Deve essere data la possibilità di assumere la posizione che più ritiene consona al fine di rilassarsi, suggerendo di non incrociare braccia e gambe.

Infine un’altra attività utile allo scopo può consistere nel far camminare in silenzio nell’aula per prendere coscienza di ogni movimento, percezione e pressione esercitata dal corpo.

Durante il rilassamento si possono ascoltare brani musicali dolci e melodici (ad es. “l’inno alla gioia di Beethoven”) e spargere nell’aria fragranze profumate al fine di facilitare l’insorgenza di immagini e fantasie. (La profumazione non deve essere intensa e troppo particolare poiché potrebbe indurre stati allergici. E’ sempre utile accertarsi che tra gli alunni non vi sia chi soffre di allergie o asma).

Nello stato di rilassamento di gruppo le emozioni sollecitate si espandono e se l’insegnante partecipa al rilassamento sarà in grado di recepirle e orientarsi sulla storia più adatta da raccontare.

Le storie proposte dalla pedagogista americana Stephanie Herzog sono le più adatte ad essere raccontate, poiché hanno in sé i germi di quelli che, rifacendosi a Jung potremmo chiamare, gli “archetipi della coscienza” nei quali sembrerebbe risiedere il “trigger”, ovvero il grilletto che fa scattare la libera fantasia creativa.

Nello studio su persone sopravvissute ad uno stato di coma profondo ho riscontrato che, in seguito alle immagini esperite durante lo stato comatoso, gli individui mutavano conseguentemente la loro visione ed i loro atteggiamenti nei confronti della vita; cambiamenti, per molti aspetti totalizzanti. E’ interessante notare come le immagini più comunemente presenti durante questi tipi di fenomeni siano simili ai “germi” utilizzati dalla Herzog nelle sue storie e, in ambito clinico, ad alcuni tipi di metodiche psicoterapiche nella cura delle patologie nevrotiche.

L’aspetto più sorprendente è, però, il risultato comportamentale ed emozionale verificatesi successivamente alle immagini; ossia la liberazione emozionale, la rimessa in moto di ciò che in una parola potremmo definire come creatività.

In ciascuno di questi ambiti, appunto, l’anello di congiunzione risiede in quegli archetipi coscienti e nelle successive modificazioni di catarsi (secondo il significato che il termine assumeva nel greco antico), *le quali permetterebbero la riattivazione dell’energia creativa.*

L’insegnamento di queste tecniche al bambino (o al ragazzo) lo pone nella posizione di prevenire possibili danni che, con l’andare del tempo, l’ambiente sociale potrebbe sollecitare garantendogli inoltre, la possibilità di essere se stesso e di camminare nella vita con decisione e sicurezza.