

DAL TU AL NOI: IL COMPORTAMENTO PROSOCIALE

A volte, quando siamo con i nostri ragazzi, abbiamo l'impressione di avere davanti a noi persone «a due facce»: socievoli, capaci di gesti di generosità e di amicizia ma, un attimo dopo, dispettose, egoiste, non raramente anche rudi e insensibili di fronte alle esigenze degli altri.

In alcune situazioni l'appartenenza a un gruppo determina anche l'ostilità verso un altro gruppo o singole persone, così che non sono rari, in questa fascia d'età, episodi di vero e proprio bullismo. Eppure la capacità dei preadolescenti di manifestare atteggiamenti empatici e prosociali è grande, ma deve trovare ambienti che sappiano stimolarla.



EDUCARE ALLA VITA BUONA

Non solo la morale religiosa, ma anche le scienze umane sono d'accordo nel ritenere che l'uomo è per sua natura orientato a sviluppare comportamenti prosociali.

- **Una scoperta** di grande importanza per psicologi ed educatori è quella effettuata, verso la metà degli anni '90, dal prof. Giacomo Rizzolatti e dalla sua équipe presso il dipartimento

di neuroscienze dell'Università di Parma. Questi ricercatori hanno individuato *un tipo di neuroni che si attivano* sia quando il soggetto compie un'azione sia quando la vede compiere da un altro: l'azione osservata è in qualche modo riconosciuta come propria.

- **Questi neuroni**, chiamati «*mirror neurons*», *neuroni specchio*, permettono di comprendere le azioni osservate e di imitarle. Esiste, dunque, *un legame empatico* tra noi e gli altri, un sistema di scambi anche a livello neurologico che potrebbe essere alla base del comportamento altruistico e, quindi, costituire il presupposto biologico del comportamento etico.

IL COMPORTAMENTO PROSOCIALE è «la risultante di un processo in cui convergono molti fattori, tra cui l'empatia, l'assertività, la capacità di individuare e risolvere problemi, l'autocontrollo e richiede il superamento di atteggiamenti antagonisti come l'aggressività, la passività e la competitività»¹.

- **Bambini anche molto piccoli**, come dimostrano alcune ricerche, sono capaci di comportamento prosociale. Tale vissuto è, tuttavia, ancora *in germe* ed è molto diverso dall'altruismo che può manifestare un adulto maturo.

• **Allo stato iniziale** esso è *occasionale e spontaneo*; è *selettivo*, dipende, infatti, dalla simpatia e dall'affetto che ispira una persona, ed è legato alla situazione: a volte, sì, e a volte, no; si confonde con motivazioni egoistiche; è fortemente *condizionato* dall'aspettativa di ricompense materiali o psicologiche (lode, riconoscimento, ecc.).

- **Questa disponibilità** cresce e matura con il crescere dell'età e se stimolata da un ambien-

¹ Salfi D, Barbera G., «La prosocialità: una proposta curricolare», in *Psicologia e Scuola* n. 52, pp. 46ss.

te educativo che aiuta il ragazzo a passare da un comportamento non riflettuto, quasi «istintivo», a *una condotta consapevole* che si mette in atto anche quando richiede di sacrificare o di rimandare la propria soddisfazione a vantaggio del bene dell'altro.

- **L'empatia**, allo stesso modo, si trasforma da reazione istintiva alla *comprensione delle motivazioni* che spingono le azioni di un altro.

Così, utilizzando le sue aumentate capacità cognitive, il preadolescente potrà imparare, con la guida dell'adulto, a riflettere sul *significato* delle sue azioni e sulle *motivazioni* delle sue scelte, a confrontarsi con le idee e il comportamento dei compagni, a *scegliere* modelli a cui ispirarsi, a *verificare* il suo comportamento alla luce di valori e ideali propostigli dagli educatori.

- **Per agire in modo prosociale** egli ha bisogno di possedere, prima di tutto, un sufficiente grado di *autostima*. Chi si sente inferiore agli altri, chi non si riconosce portatore di qualità e potenzialità, non sarà nemmeno in grado di riconoscere l'altro come valore e cercherà o di assoggettarlo o di assoggettarsi a lui. Egli dovrà, inoltre, aver sviluppato una buona capacità di autocontrollo.

RICONOSCERE LE EMOZIONI

In un percorso di promozione delle capacità empatiche ha un ruolo importante il riconoscimento delle proprie e delle altre emozioni. Molti «errori» di comunicazione dipendono dal disconoscimento delle emozioni dell'altro. I giochi che seguono possono essere d'aiuto.

GIOCHI PER IL GRUPPO

1. L'animatore mostra *le foto* di volti che esprimono diverse emozioni e mette a disposizione cartoncini con versi di poesie e strofe di canzoni. Il gruppo dovrà *riconoscere* l'emozione rivelata dalle foto e *associarvi* le parole adeguate.
2. Il secondo gioco acuisce *la capacità di osservazione*. Due ragazzi si mettono al centro del gruppo, uno di fronte all'altro. A uno si dice di guardare attentamente il compagno e, poi, di girarsi, dandogli le spalle; a questo punto il compagno deve modificare qualcosa nella sua figura. Il ragazzo è invitato a girarsi e a indovinare che cosa è cambiato nel compagno. Se indovina, sarà lui ad essere osservato da un nuovo compagno, e così via...

Riportiamo parte di un brano di Autori vari (*attribuito erroneamente a Paulo Coelho*), su cui si può riflettere personalmente e, successivamente, confrontarsi in gruppo.

LE COSE CHE HO IMPARATO NELLA VITA

- Che non importa quanto buona sia una persona, ogni tanto ti ferirà. E per questo bisognerà che tu la perdoni.
- Che ci vogliono anni per costruire la fiducia e solo pochi secondi per distruggerla.
- Che non dobbiamo cambiare amici, se comprendiamo che gli amici cambiano.
- Che le circostanze e l'ambiente hanno influenza su di noi, ma noi siamo responsabili di noi stessi.
- Che o sarai tu a controllare i tuoi atti, o essi controlleranno te.
- Che gli eroi sono persone che hanno fatto ciò che era necessario fare, affrontandone le conseguenze.
- Che la pazienza richiede molta pratica.
- Che ci sono persone che ci amano, ma che semplicemente non sanno come dimostrarlo.
- Che a volte la persona, che tu pensi ti sferrerà il colpo mortale quando cadrai, è invece una di quelle poche che ti aiuteranno a rialzarti.
- Che, solo perché qualcuno non ti ama come tu vorresti, non significa che non ti ami con tutto se stesso.
- Che non si deve mai dire a un bambino che i sogni sono sciocchezze: sarebbe una tragedia, se lo credesse.
- Che non sempre è sufficiente essere perdonato da qualcuno. Nella maggior parte dei casi sei tu a dover perdonare te stesso.
- Che non importa in quanti pezzi il tuo cuore si è spezzato; il mondo non si ferma, aspettando che tu lo ripari.
- Forse Dio vuole che incontriamo un po' di gente sbagliata prima di incontrare quella giusta, così, quando finalmente la incontriamo, sapremo come essere riconoscenti per quel regalo...