



COME DON BOSCO - L'educatore

di Bruno Ferrero

IL DECALOGO DELLA COMUNICAZIONE

Nel secolo della comunicazione, possiamo dialogare su Internet con uno sconosciuto della Papuasìa, ma non con i nostri figli. Possiamo sapere quello che accade a Kabul, ma non quello che accade nel cuore di nostra moglie.

La comunicazione gode di molta stampa ma non di una ricetta semplice. Proviamo a offrire ai nostri lettori un decalogo della comunicazione familiare.

Senza comunicazione la famiglia muore. Quando non ci si parla più, si finisce per non avere più nulla da dirsi. Quando smettiamo di guardarci, finiamo per non vederci più. E tutto questo si fa in modo del tutto inconscio. Il peccato di omissione, così poco considerato, è il più terribile. Ciò che fa morire una famiglia, non sono i litigi, le difficoltà, la mancanza di denaro, non è neppure l'infedeltà: è l'abitudine. Quando non ci si guarda più, quando non ci si parla più, quando non si litiga neppure più.

La comunicazione permette di conservare uno degli elementi più importanti della vita familiare l'ammirazione e la stima per l'altro. È la più bella dichiarazione d'amore: «Io ti do tutta la mia attenzione perché tu sei importante per me». Se non si parla, si finisce per non vedere più il meraviglioso dell'altro. Coloro che dialogano scoprono costantemente il tesoro interiore, e l'amore rispunta a ogni scoperta. La comunicazione è l'indispensabile complemento spirituale dell'armonia fisica.

La comunicazione è un piacere. Essa apporta momenti deliziosi di cui la coppia e la famiglia avrebbero proprio torto a privarsi.

Ma nello stesso tempo, è necessario constatare che dobbiamo tutti imparare a comunicare, e questo apprendimento **richiede uno sforzo.** Un movimento di spiritualità familiare, come le "Équipes Notre-Dame", richiede imperiosamente ai congiunti di praticare ogni mese il "dovere di sedersi": prendere il tempo di parlarsi e di fare il punto sulla loro vita affettiva e spirituale. L'esperienza dimostra che molti non sentono più questo bisogno dopo qualche mese o qualche anno: *"Non abbiamo più niente da dirci, ci siamo detti tutto"*.

Per comunicare bisogna prendersi il tempo necessario. Fare attenzione agli ostacoli esterni: fatica, stress, televisione... Reperire i momenti privilegiati, inventare dei simboli ricchi di senso: biglietti lasciati dovunque quando ci si assenta, piccoli regali significativi.

È importante sviluppare le qualità indispensabili per comunicare: la coerenza, l'umiltà, la semplicità, necessarie per concedere agli altri il diritto di pensare, di sentire le cose liberamente. Per permettere alla moglie di dire: "Ne ho abbastanza! I ragazzi sono insopportabili". Per permettere ai figli di esprimere il loro rifiuto della scuola, la loro paura per gli altri ragazzi o per gli insegnanti. È necessario fare attenzione ai malintesi, ai troppi dialoghi banali, al linguaggio fatto di luoghi comuni, accompagnato da gesti rituali: baci freddi e abituali, carezze che suscitano uno sbadiglio.

Ricordarsi che la comunicazione ha due chiavi: l'ascolto e la parola. Per comunicare occorrono un buon emittente e un buon ricevente. Il ricevente sa ascoltare, l'emittente sa parlare. Ma la porta della comunicazione riuscita è la volontà di accogliere, che nasce da un clima generale di apertura agli altri all'interno della famiglia. Questo porta a diventare disponibili, saper valorizzare l'altro offrendogli il tempo di ascolto che merita. Troppo spesso i bambini pensano che i loro genitori siano molto pressati da preoccupazioni più importanti dei loro problemi personali: "Di', mamma, un giorno parleremo a lungo noi due, a lungo, tutta la notte e tutto l'indomani?".

Comunicare è imparare a decodificare. Quando una persona dice: "Per favore, ascoltami!", che cosa dice se non: "Comprendimi!?". Quanti padri rispondono con l'aggressività all'aggressività irritante di un figlio, invece di chiedersi se quella aggressività non sia il segno di una grande sofferenza nascosta che bisogna scoprire? In un mondo in cui il bambino è sottoposto nell'ambiente e con i media ai messaggi più disparati come ai più dannosi, come aiutarlo a riflettere, ad acquistare uno spirito critico se non per mezzo di un dialogo rispettoso e paziente?

Comunicare è anche dimostrare di aver capito. Ascoltare non vuol dire tacere. Com'è difficile parlare quando non c'è risposta! «Ne ho abbastanza di essere sempre io a parlare! Arrivo a non dire più niente, perché so che non serve a nulla, dato che lui non risponde, si direbbe perfino che non abbia sentito. Sono ancora più sola di prima», dice una signora. Il mendicante della parola sente un immenso bisogno di dialogo a misura della sua profonda sete d'amore. Le frustrazioni durante l'infanzia ne sono spesso la causa: "Ero una bambina e aspettavo la parola di mio padre. Oggi aspetto quella di mio marito", afferma tristemente un'altra signora.

La vera comunicazione è "mettere in comune" il meglio di sé. Per i cristiani è molto di più: è diventare specchio della comunicazione perfetta, totale, ineffabile della Santissima Trinità



COME DON BOSCO - il genitore

di Marianna Pacucci

COMUNIC/FARE

Le difficoltà del dialogo in famiglia... Comunicare "come"? Esistono regole e modi di fare indispensabili. La comunicazione è un "clima", non è mai routine. L'amore c'entra, eccome!

Alzi la mano chi ha il coraggio di affermare, senza timore di essere smentito, che le famiglie sono ambienti in cui si dialoga con facilità e in modo efficace. Il dialogo ha motivazioni, esigenze e regole che vanno ben oltre il semplice scambio di informazioni. Chiede pazienza, attenzione, voglia di ascoltare; il riconoscimento che mi importa dell'altro e che sono pronto a prendermi cura dei suoi sentimenti e dei suoi stati d'animo prima ancora che delle sue opinioni ed esperienze; la consapevolezza che quel che potrò fare per la sua crescita, con le parole e con i gesti, è comunque meno di quello che lui mi regalerà attraverso la disponibilità e lo sforzo di entrare in relazione con me. Esige che si costruiscano spazi e tempi appositi per coltivare e custodire quel che viene offerto e ricevuto come dono. Segue una grammatica molto

particolare: poiché i significati sono parte integrante del significante, ne consegue che quel che si dice vale meno del *come* e del *perché* si esprimono determinate cose.

La comunicazione familiare è, prima di tutto, una questione di clima: non può esserci il consenso ad aprire il proprio cuore se manca la verifica ordinaria di un atteggiamento di apertura, di comprensione, di solidarietà. E questo vale per tutti. Senza reciprocità, i dialoghi si immiseriscono in patetici monologhi. E se conta tanto la temperatura, è fondamentale che il dialogo sia reso visibile da un passaggio di calore ed energia: quel che dico e quel che ascolto deve trasformarsi in una fonte capace di riscaldare e illuminare, di abbracciare e di temperare. È dialogo anche il discutere e il litigare. Il conflitto, se vissuto come ricerca di una verità e come scoperta del valore delle differenze, è una delle esperienze importanti che consentono di costruire quel "noi" che non è soltanto la somma dell' "io + tu + tu...". Ciò significa che il dialogo non potrà mai divenire routine: la comunicazione non è mai scontata, facile, accomodante; è, invece, continua tensione, sforzo, impegno, responsabilità; non è esente da fallimenti o quanto meno dalla consapevolezza che resta un divario incolmabile fra attese e realizzazioni. Il volersi bene non è garanzia di successo immediato, ma riconoscimento che è possibile ritentare giorno per giorno di percorrere una strada poco agevole. Perciò in casa, più che altrove, si sperimenta la capacità di perdonarsi reciprocamente di fronte alle povertà comunicative di tutti. Affrontando l'impegno del comunicare, un genitore sa bene che, oggi più che mai, deve farsi carico della difficoltà di catturare l'attenzione dei giovanissimi: come entrare in sintonia con un mondo dominato dal frastuono e dai rumori di sottofondo che ritmano la quotidianità? Urlare non serve; anzi, per una strana legge della psicologia, la relazione educativa può essere avviata e sostenuta solo se si è disposti a parlare sottovoce per accostarsi delicatamente all'intimità del cuore.

Il secondo problema: che cosa dire? Mettersi in competizione con gli altri messaggi, cercando di essere più accattivanti e seducenti? Oppure rischiare di dire cose impopolari, sapendo che la verità fa male ma è l'unica cosa capace di produrre un bene duraturo? La scelta dei contenuti della comunicazione familiare è molto impegnativa: occorre garantire l'essenzialità, perché i ragazzi hanno una capacità di ascolto che ricorda più una merenda in un fast food, che un lungo pranzo familiare; bisogna curare la significatività, perché senza una cordiale convergenza a livello di motivazioni qualunque informazione o richiesta cade nel dimenticatoio. Né si può dimenticare la ragionevolezza e l'intelligibilità di quel che si dice: le cose senza senso possono anche colpire la fantasia, ma non lasciano mai un segno duraturo.

L'unico modo per risolvere questo problema è decidersi a parlare di amore. Dobbiamo avere il coraggio di dire ai nostri ragazzi che vogliamo loro bene; dobbiamo far capire loro quanto ci stanno a cuore e soprattutto che siamo disposti a credere in loro a qualunque costo. Come esprimere tutto questo? Le parole, dice un autore caro ai giovani, sono spesso fonte di malintesi. E poi ci sono ormai diversi linguaggi che caratterizzano, ma anche separano, le nuove generazioni dalla realtà adulta. E i gesti? Beh, su questo piano ognuno può sbizzarrirsi come vuole, ma soprattutto può divertirsi a creare e sperimentare una pluralità di codici espressivi, impegnandosi a renderli sempre più efficaci nella loro immediatezza e intensità. Ogni famiglia ha il suo lessico, che è unico, originale, irripetibile; che si arricchisce e rigenera nel corso del tempo con il contributo di tutti; che costituisce un giacimento di risorse affettive a cui attingere nei momenti di crisi e di conflitto. Almeno in casa, i nostri ragazzi devono sperimentare, senza ombra di dubbio, che comunicare è un bene, fa bene, costruisce beni da condividere.

Bollettino Salesiano – Luglio/Agosto 2006