

Essere adulti in una società in "transito". Il ruolo delle emozioni

Daniela Dato

1. Essere adulti nella società complessa

Salvadori ha recentemente affermato che "emerge chiaramente dall'esperienza diffusa e sentita che l'umanità è agitata da acute incertezze, e nutre dubbi crescenti sugli esiti dell'uso di una potenza che, per un verso, non è mai stata così grande e, per l'altro, alimenta drammatici interrogativi che nessuno può ignorare"

L'età contemporanea, infatti, vive profondamente, e in modo sempre più consapevole, la contraddittorietà dei radicali progressi che l'uomo ha compiuto, la paradossalità di spazi e tempi sempre più dilatati dalle nuove tecnologie ma anche sempre più chiusi alla relazione, alla "comunicazione".

Di fronte a tale paradossale e straordinario cambiamento l'uomo e la donna del nuovo secolo sono stati costretti a ridefinire e ri-pensare le dimensioni del sé e dell'altro, confrontandosi con l'abbattimento di confini geografici, politici, sociali, culturali, mentali e interpretativi, ridefinendo momento per momento la loro stessa identità. Società del rischio, ha precisato Beck, società liquida, ha confermato Bauman: a sottolineare e rivendicare il potenziale senso di inquietudine che per lo più nasce dal costante e ricorsivo stato di equilibrio e squilibrio tra stabilità e cambiamento, immobilità e mobilità, certezza e incertezza. I confini in cui l'uomo contemporaneo cresce, vive e si forma sono i confini, spesso "liquidi" e indefiniti, di una società per l'appunto mobile, svincolata dallo spazio e dal tempo, in cui la "leggerezza", la variabilità, o ancora la mobilità diventano parole d'ordine.

Perché, come precisa Zygmunt Bauman, "La vita liquida è, insomma, una vita precaria, vissuta in condizioni di continua incertezza. [...]. La vita liquida è una successione di nuovi inizi. [...] La vita nella società liquido-moderna non può mai fermarsi. Deve [...] continuare a spogliarsi quotidianamente di attributi giunti alla propria data di scadenza, e a smontare/togliere le identità di volta in volta montate/indossate [...] o perire".

La discontinuità, la frammentarietà, l'ibridazione, l'indeterminatezza e la molteplicità si configurano quali nuovi condizionamenti sociali e culturali che coinvolgono la stessa condizione umana e il suo potenziale conoscitivo influenzando – in positivo o in negativo – il modo di pensare e di sentire dell'uomo e della donna contemporanei.

Tale liquidità, tale senso di precarietà, sembra, dunque, pervadere non solo i mercati, gli spazi della politica e del sociale ma anche quelli più intimi della vita privata, gli spazi più nascosti dei territori dell'io, del soggetto-persona che "sente" l'indeterminatezza e "vive" la frammentarietà in ogni attività che compie e in ogni progetto di vita che intende realizzare, di un soggetto-persona adulto che si scopre, improvvisamente, incapace di gestire il futuro. In tal senso Beck aveva efficacemente proposto l'idea di "biografie a rischio", aprendo, per l'appunto, la vita individuale e collettiva alle istanze del disordine e della vulnerabilità, ma già Lyotard, nel 1979, argomentando della crisi delle metanarrazioni, dei grandi discorsi ordinatori del mondo, aveva aperto le porte alla postmodernità delineando una svolta scientifica, culturale e sociale. Lo studioso aveva, cioè, colto il passaggio dai tradizionali modelli di conoscenza interpretabili attraverso le dimensioni della stabilità, linearità, compattezza e univocità a modelli più complessi caratterizzati dalle istanze della provvisorietà, instabilità, incertezza, storicità e problematicità.

Nella società contemporanea, infatti, ogni progetto di vita, personale e professionale, deve spesso

fare i conti con contesti sociali, relazionali e intimi accelerati, intensi, efficacemente rappresentati dal paradigma della complessità, che spesso paralizza e confonde. Claudio Volpi aveva precisato che “il soggetto storico del XXI secolo esperisce la violenza del cambiamento”.

La perdita di punti di riferimento unici e assoluti, il moltiplicarsi di punti di vista, di visioni del mondo, di opportunità di scelta, l'instabilità e la problematicità dell'esperienza possono, infatti, “scaraventare” l'individuo del nuovo secolo nel mare dell'incertezza, dello smarrimento cognitivo ed emotivo che spesso può essere generatore di solitudine.

Sebbene, realisticamente, ci tocchi riconoscere il pervadente stato di insicurezza e spaesamento che “affligge” la società contemporanea, in un'ottica pedagogica, e dunque critico-progettuale, non possiamo, però, non considerare la possibilità di cogliere, e per certi versi valorizzare, i potenziali trasformativi e generativi che si racchiudono nelle molteplici dimensioni della complessità.

Si tratta di promuovere una riflessione critica sulle trasformazioni in atto, su come queste possano modificare l'essere soggetto-persona, il suo comportamento, la costruzione e decostruzione delle sue relazioni. Tale riflessione ci spinge a individuare nuovi bisogni formativi da parte dell'individuo che richiede aggiornati strumenti di lettura del reale, utili a gestire le criticità, i cambiamenti e il senso di “insufficienza” e vulnerabilità che spesso possono assalirlo. La mancanza di tali strumenti non può che alimentare gli effetti negativi del paradosso della società postmoderna: il paradosso di un uomo sempre più potente e intelligente che però si scopre al tempo stesso sempre più vulnerabile e fragile, non tanto nella sua possenza fisica o nelle sue capacità cognitive ed intellettuali quanto nella sua dimensione più interiore, emotiva e relazionale.

E mentre si fa sempre più forte l'esigenza di insegnare e imparare ad affrontare l'incertezza, Morin precisa che “prepararsi al nostro mondo incerto è il contrario di rassegnarsi a uno scetticismo generalizzato. E' sforzarsi a pensare bene, rendersi capaci di elaborare e usare strategie, e, infine, fare con tutta coscienza le nostre scommesse”, provando così ad aprirci all'inatteso, all'improbabile, accogliendo nelle nostre vite il dubbio e la crisi non come elementi di disordine ma come risorse per un nuovo – sempre nuovo, ricco, inedito e mai definitivo – ordine.

2. L' “emozione” del disordine

Se, dunque, da un lato assistiamo quasi impotenti ad uno sfaldamento dell'identità personale e collettiva, all'aumentare della fragilità delle relazioni; se sociologi come Bauman denunciano il rischio di una “società individualizzata” in cui l'uomo ha perso la capacità empatica, di condivisione e comprensione dell'altro, altri studiosi come Sennet ci inducono a recuperare l'inesauribile risorsa che può celarsi dietro i “legami deboli” che da punto di debolezza possono trasformarsi in occasione di crescita, moltiplicatori di legami, incontri e occasioni formative da cui muovere per nuovi e sempre originali progetti esistenziali.

Si tratta di trasformare il “disordine esistenziale” tanto caro all'ultimo Bertin, in possibile risorsa per il cambiamento, via di fuga all'immobilismo, alla stasi e al ripetitivo, l'imprevedibilità, la probabilità come nuovi orizzonti del possibile, come possibili risorse di sviluppo personale e collettivo, che trasformino l'“emergenza del negativo” in “scoperta del positivo”.

In un'epoca contrassegnata dal disordine o, come direbbe Dahrendorf, dall' “imponderabilità” dell'esperienza, in cui spesso assistiamo al paradosso di una alienazione omologante del gruppo e al contempo ad una alienazione narcisistica del singolo, emerge con forza il ruolo della formazione quale strumento di emancipazione, di orientamento, quale “regolatore esistenziale”.

Dalle considerazioni precedentemente fatte emerge, del resto, l'importanza che la dimensione della soggettività e della relazionalità giocano nella formazione dell'uomo e della donna nella so-

cietà complessa. Sono entrambi territori spesso sconosciuti al soggetto stesso, territori in continua ridefinizione e crisi.

Le emozioni che agitano il soggetto postmoderno sono spesso segnate dal senso di ansia, indefinità che colorano gli spazi e i tempi della nostra vita privata e professionale in cui sembra più difficile di un tempo giungere alla scoperta di sé, operare scelte definitive, costruire relazioni durature e progetti di vita stabili.

E' in tale orizzonte che il "disordine" può trasformarsi in risorsa di crescita e cambiamento proprio a partire dallo sviluppo di competenze emotive (personali e sociali) che rimettono in gioco lo spazio del sé e dell'altro da sé, sul sottile confine che divide l'io, l'altro e il noi.

L'io, alla continua ricerca di una identità, spesso frammentata e pervasa da solitudine, che è al contempo identità individuale che rivendica la propria irripetibilità e originalità e un'identità collettiva espressione del bisogno, proprio dell'uomo, di sentirsi parte di qualcosa, di aderire ad un progetto comune e di riconoscersi.

L'altro, inevitabile specchio in cui guardarci e rifletterci, inesauribile risorsa di confronto, scambio, dialogo ma spesso minaccia della nostra identità, elemento di disturbo rispetto al nostro equilibrio con fatica costruito.

E il noi, che ci induce e ci accompagna a "riportare il singolare al plurale, l'uno al molteplice [...] [per] disporci su un piano di incontro, di rapporto relazionale comunicativo con gli altri, di interazione costruttiva".

L'Organizzazione Mondiale della Sanità, in tale direzione, ha sottolineato la necessità di una tempestiva ed efficace promozione di quelle life skills utili "per mettersi in relazione con gli altri e per affrontare i problemi, le pressioni e gli stress della vita quotidiana". In particolare ci si riferisce a competenze che riguardano la dimensione cognitiva (prendere decisioni, risolvere i problemi, sviluppare un senso critico ecc) e la dimensione emotiva (comunicare in modo efficace, sviluppare consapevolezza di sé, gestire le proprie emozioni, sviluppare capacità empatica ecc).

Tali competenze possono rivelarsi fondamentali in un tempo della vita carico di contraddizioni e contribuire, così, a trasformare i lati oscuri della complessità in dimensioni positive, in forze creative, "idonee a saldare tra loro emancipazione personale e progresso della società".

L'incontro e l'integrazione tra emozione e ragione possono, in tale prospettiva, contribuire al miglioramento della performance dell'uomo e della donna contemporanei nonché delle capacità di ragionamento, di risoluzione di problemi, di presa di decisioni e di scelte responsabili e consapevoli.

In un'ottica pedagogica, si tratta di riconoscere la forza creativa e trasformativa delle emozioni e la conseguente possibilità di innalzare il livello di qualità della vita del singolo.

Si tratta, altresì, di riconsiderare nella sua accezione più ampia la dimensione clinica della formazione in riferimento al ruolo imprescindibile che giocano gli impliciti emotivi e le relazioni, la comunicazione, la comprensione, la cura verso se stessi e gli altri. Dimensione "clinica" intesa come possibilità e opportunità di tener conto, oltre che delle competenze di base e tecnico-professionali, anche di quelle legate alla consapevolezza del proprio ruolo sociale, alla capacità di comprendere come costruiamo le relazioni, come reagiamo al cambiamento personale e sociale o di fronte ai messaggi comunicativi non verbali e impliciti che sottostanno alle azioni che compiamo o che compiono gli altri.

Imparare ad affrontare l'incertezza, trasformare l'immobilità in mobilità liberando paradossalmente la mobilità dal pericolo dell'irrigidimento e del blocco significa, dunque, prendere consapevolezza di una irrinunciabile integrazione tra razionalità e irrazionalità, di un imprescindibile bisogno della ragione di alimentarsi dei moti delle emozioni e delle emozioni di "bonificarsi" e di

divenire “intelligenti”.

3. Educare le emozioni nella società complessa

Lo chiamano emotion management: un vero e proprio lavoro emotivo, una organizzazione e “gestione” delle competenze emotive partendo dal presupposto che il feedback emotivo che “proviene dal cuore” stimola le potenzialità creative, la motivazione e favorisce la conoscenza di se stessi e degli altri. Operare un emotion management permette al singolo di individuare il suo “stile di gestione emozionale”, di migliorare i suoi rapporti e di districarsi meglio nei labirinti della complessità.

Salovey, Mayer e poi ancora Goleman da anni rivendicano il ruolo dell’intelligenza emotiva all’interno dei molteplici contesti in cui l’individuo vive sottolineando come quella che già Gardner chiamava intelligenza personale sia una delle intelligenze fondamentali per essere al mondo. In particolare negli ultimi anni gli studi pedagogici, al fianco di quelli sociologici, psicologici e neuroscientifici, stanno sempre più evidenziando la necessità di progettare intenzionalmente percorsi di educazione emotiva volti a sostenere e accompagnare bambini e adulti nello sviluppo del proprio progetto di vita e di formazione. L’intento è quello di valorizzare la dimensione emotiva come risorsa per l’apprendimento durante il corso della vita e per la formazione di un soggetto-persona colto perché capace di pensare con la sua testa, responsabile perché partecipe e consapevole, solidale perché aperto al dialogo e all’incontro.

Sono questi tre attributi che non possono non fondarsi su consolidate competenze emotive rispettivamente legate all’esercizio di un pensiero flessibile, divergente e creativo, di una autoconsapevolezza di sé, dei propri limiti e punti di forza e infine di capacità empatiche di condivisione, negoziazione e cooperazione.

Possedere capacità di conoscere e controllare le proprie emozioni, di riconoscere le emozioni altrui e di gestire le relazioni sembrano, dunque, oggi rivelarsi competenze indispensabili e trasversali per perseguire i propri obiettivi, avere performances migliori, gestire lo stress e i fallimenti, assicurarsi il successo formativo e orientarsi nella società del cambiamento.

Le competenze cui si fa riferimento possono essere ricondotte a due distinti ambiti: quello delle competenze personali e quello delle competenze sociali. La consapevolezza di sé, l’autocontrollo, la motivazione si configurano come competenze personali cioè come competenze che concorrono alla conoscenza e al controllo dell’individuo di se stesso; l’empatia e le abilità sociali sono invece ricondotte all’ambito delle competenze sociali e relazionali legate alla costruzione e alla gestione delle relazioni con gli altri.

Presupposto indispensabile è che tali display rules (regole di emozione e di esibizione delle proprie emozioni) possono essere apprese ed esercitate. Molteplici sono i fattori che possono concorrervi, tra i quali:

l’esperienza intesa come storia di vita, come autobiografia esistenziale, professionale e di formazione che il più delle volte, a livello inconscio, influenza la propria percezione del mondo, di se stessi e del proprio essere nel mondo e condiziona le proprie “regole emotive”;

l’informazione, intesa come processo legato ai mezzi di informazione che spesso diffondono una rappresentazione sociale delle emozioni e dei ruoli professionali (banalmente pensiamo all’ingegnere per antonomasia razionale e al poeta emotivo, alla donna emotiva e all’uomo razionale ecc.);

la formazione che trasforma l’interesse spontaneo per la dimensione emotiva in interventi formativi intenzionali finalizzati all’insegnamento/apprendimento di competenze emotive.

Questi tre livelli possono essere letti e interpretati attraverso tre dimensioni: la riparazione, l’au-

tenticità e la cura. Tutte dimensioni fortemente innervate dall'istanza emotivo-affettiva .

Nella riparazione c'è la consapevolezza della possibilità di poter "riparare le relazioni", di poter cambiare, di poter ri-mediare, trarre vantaggio dai fallimenti e riprogettarsi come io, come altro e come noi. La riparazione è anche spazio di negoziazione, di confronto, di dialogo, di scambio, c'è la dimensione utopica del "non ancora", del possibile.

Nella cura c'è l'innato bisogno dell'uomo di essere preso in cura e di prendersi cura. Cura come categoria formativa che porta con sé il bisogno dell'uomo di essere accolto, compreso, ascoltato e al contempo di accogliere, di comprendere, di condividere. Cura anche come cura di sé, come percorso di crescita, di progettazione del proprio stesso percorso di vita.

Nell'autenticità c'è il superamento della perdita di identità cui spesso incorrono gli individui, i gruppi, le organizzazioni ecc. E' il riappropriarsi della coscienza di sé, della coerenza con se stessi e con gli altri, è continua e costante ricerca di sé .

Ciò significa essere in grado di operare un decentramento cognitivo ed emotivo che ci predispone al dialogo e ci orienta nei labirinti della complessità.

Riprendendo gli studi di Giovanni Maria Bertin che sottolineava il potere trasformativo della demonicità interiore e, ancora, riprendendo le affermazioni di Morin che affermava che le emozioni possono essere motore di "prodigiosi sviluppi", è possibile prefigurare percorsi di formazione per adulti idonei a guardare alla educazione alle emozioni non tanto e non solo come strumento di alfabetizzazione emotiva quanto piuttosto di una più generale cultura della cura di sé e degli altri, di una cultura della comprensione, della convivenza, dell'ascolto e dell'aiuto reciproci.

Favorire ed educare la dimensione emotiva significa "ridurre gli spazi dello squilibrio e del disordine, dell'indifferenza e dell'irrispetto e consolidare quelli dell'armonia e della dialettica, dell'incontro e della solidarietà, della comunicazione e della cooperazione" per dar forma ad un adulto che conosca l'arte dell'alchimia, della trasformazione, aperto al divenire piuttosto che all'essere.

Un adulto resiliente, cioè in grado di affrontare e gestire i fallimenti e i cambiamenti impetuosi, capace di riconoscere e risolvere i problemi, di controllare situazioni complesse, di esercitare quelle competenze utili a divenire protagonista attivo del suo processo di apprendimento e formazione. Ancora, un adulto empowered "in grado di fare scelte e di agire efficacemente in base alle scelte fatte" a cui si chiede lo sforzo di costruire e ricostruire "legami interumani, la volontà e la capacità di impegnarsi con altri in uno sforzo costante per fare della coabitazione tra gli uomini il contesto ospitale e amichevole di una collaborazione che arricchisca reciprocamente coloro che lottano per l'autostima, per lo sviluppo del proprio potenziale e per il corretto utilizzo delle proprie capacità" .

Bibliografia

Z. Bauman, Vita liquida, Laterza, Roma-Bari 2006, pp.VIII-IX

C. Volpi, L'educabilità umana nella società della rete, Bruno Mondadori, Milano 2004, p.5

E. Morin, La testa ben fatta, Cortina, Milano 2000, pp. 61-62

A tal proposito Giovanni Maria Bertin ha sottolineato che "il sistema cerebrale compie un salto qualitativo di enorme importanza col passare dalla complessità all'ipercomplessità [...], nell'ipercomplessità [esso] svolge competenze euristiche e strategiche [...] che gli permettono di affrontare i problemi dell'esperienza [...] e di adattarsi al cambiamento. E perciò [...] nell'organismo umano, [...], l'adattamento al cambiamento effettuato mediante la innovazione è risultato di errori che non degradano inevitabilmente, ma possono anche arricchire l'informazione e di rumori che, anziché provocare disorganizzazione, possono condurre, attraverso il 'disordine', ad un ordine nuo-

vo" (G. M. Bertin, *Disordine esistenziale e istanza della ragione*, Cappelli editore, Bologna 1981).
Cfr., G.M. Bertin, *Educazione alla ragione*, Armando, Roma 2004
Cfr., F. Frabboni, *Emergenza educazione*, Utet, Torino 2003
V. Colapietro, *La maschera e la soglia*, Franco Angeli, Milano 2004, p. 44
P. Marmocchi et al., *Educare le life skills*, Erickson, Trento 2004, pp.1-2
I. Loiodice, *Non perdere la bussola. Orientamento e formazione in età adulta*, Franco Angeli, Milano 2004, p. 43
Cfr. G. Genovesi, M. G. Contini, *Impegno e conflitto. Saggi di pedagogia problematicista*, La Nuova Italia, Firenze 1997.
Cfr. F. R. Pugelli, *Gestire l'emotività sul lavoro*, Il sole 24 ore, Milano 2005.
Cfr. G. P. Quaglino, *La vita organizzativa*, Cortina, Milano 2004
Ivi
B. Rossi, *L'educazione dei sentimenti*, Edizioni Unicopli, Milano 2004, p. 115
Z. Bauman, *Vita liquida* cit., p.142.
