

# Voglia di tenerezza Sintonizzazione affettiva ed educazione

DI MARIO ROLLI

**N**ello scorso numero di *Raccontami* abbiamo visto il rapporto che lega resilienza e intelligenza emotiva. La nostra vita è completamente intessuta di emozioni e di sentimenti, dal momento del concepimento fino al termine dei nostri giorni. Accanto a sentimenti ed emozioni che fanno bene al cuore, ne sperimentiamo e viviamo altri che ci impastano la bocca di amarezza, quando non di dolore e sofferenza.

La nostra esistenza è un continuo disequilibrio tra ciò che ci dona gioia e ci fa stare bene e ciò di cui invece faremmo volentieri a meno, ma che non possiamo evitare.

Ogni giorno cerchiamo di raggiungere un equilibrio che però scopriamo sempre essere precario. Ci sono momenti nei quali ci sentiamo felici, travolti subito dopo da altri nei quali si fa sentire la pesantezza del vivere. Oscilliamo tra questi due estremi e frequentemente ci chiediamo se i momenti di gioia sono più numerosi di quelli di amarezza. La risposta a questo interrogativo è sempre diversa per ognuno di noi.

Ci rendiamo conto che la nostra vita non presenta mai delle certezze. Anche quando pensiamo di poter decidere di noi stessi, del nostro tempo, del nostro futuro siamo sottoposti alla precarietà

di ciò che ci accade: l'ostilità di un familiare o di un collega, i problemi dei figli, difficoltà economiche, un malessere di cui non riusciamo a comprendere le cause, una decisione da prendere che non ci fa dormire la notte.

In questo dossier cominciamo a riflettere su sentimenti ed emozioni, sia su quelli che ci fanno bene perché ci donano gioia e ci fanno sentire appagati, come pure su quelli che ci segnano l'animo e a volte finiscono per lasciarci delle cicatrici.

E come sempre cercheremo di comprendere che ruolo gioca, in tutto questo, il nostro cervello.

## Francesco

In tantissime occasioni da quando è stato eletto non ha mai smesso di parlarci di emozioni e di sentimenti. Spesso lo ha fatto raccontando di sé, della sua infanzia, delle persone che per lui e la sua vita sono state importanti. Usando parole semplici e concrete, dirette e capaci di suscitare in noi ricordi e suggestioni, ci ha parlato di quello che siamo, di ciò che ci dona realmente pace e ci fa sentire importanti anche per le altre persone.

Molti hanno rilevato che da tanto tempo la Chiesa non parlava delle emozioni umane in modo tanto semplice, diretto e soprattutto vero, perché capace di risuonare dentro ciascuno di noi. Infatti accanto a parole, concetti e pensieri che non tutti possono comprendere (pensiamo ad esempio al linguaggio della politica o a quello dell'economia), ce ne sono altri che arrivano al cuore di ognuno, perché dicono ciò che viviamo e proviamo ogni giorno.

Così ci rendiamo conto che la grandezza di una persona non consiste in ciò che possiede (cultura, amicizie, beni) o nei ruoli che ricopre, ma nella sua capacità di parlare a tutti e ad ognuno come se quel concetto, quel messaggio fosse rivolto prima di tutto a chi sta ascoltando.

Essere in grado di fare questo non è da tutti; mostra la grande capacità che quella persona ha di entrare in empatia con ogni essere umano, facendosi comprendere e inducendo l'individuo a fare spazio dentro di sé a quello che ha da dirgli.

Tra i tanti sentimenti sui quali ci ha fatto riflettere, raccontandoci episodi della sua esistenza, la tenerezza è forse quello su cui è ritornato di più, insieme ad altri altrettanto importanti come la misericordia, il perdono e l'amore.

Tra tutti questi sentimenti però la tenerezza è stato di certo quello più

**“La tenerezza è connotata da gesti empatici come carezze, sguardi, abbracci ed è un sostegno amorevole sia nelle situazioni positive che nei momenti negativi”**

a lungo dimenticato e considerato secondario. Non è mancato chi l'ha ridicolizzato e chi, quasi vergognandosene, l'ha ritenuto un sentimento poco virile; c'è stato chi ha assegnato alla tenerezza un senso e un valore esclusivamente in rapporto ai piccoli dell'essere umano o agli animali e ai loro cuccioli. Alcuni poi al solo sentire usare questo termine reagivano con malcelato fastidio perché il loro modo di essere, li portava a ricondurre tutto alla ragione e ai suoi strumenti, anche se questi ultimi avevano già mostrato i loro limiti e la loro precarietà.

Da quando lui ci ha incoraggiati a non avere *paura della tenerezza*, pare che questo sentimento sia riemerso alla luce, apparendo di nuovo bello e importante. Anche se potrebbe sembrare ovvio, si è compreso che la tenerezza fa bene tanto a chi la riceve quanto a chi la dona, divenendone strumento.

## Tenerezza significa ...

Se ci dessimo il tempo di compiere una piccola indagine, chiedendo ad alcune persone che cosa per loro significa tenerezza, credo resteremmo colpiti dalle tante sfumature che ciascuno sarebbe in grado di mettere in luce.

Ho provato a fare questa domanda ad un gruppo di borsisti della Casa del Sole. Ecco cosa è uscito da 22 ragazzi suddivisi in 4 gruppi che si sono confrontati in un'ora di tempo.

Un gruppo ha definito la tenerezza come un sentimento connotato da affetto che permette di cogliere la spontaneità dei gesti nell'altra persona e che si manifesta soprattutto attraverso le espressioni del viso, nel modo di sorridere e di guardare, ma anche del corpo con abbracci, carezze, parole e coccole reciproche. Facciamo *esperienza della tenerezza* sia vivendo ogni giorno accanto al ragazzo disabile, che incontrando per la prima volta qualcuno che è in grado di suscitare in noi tale sentimento. I ragazzi con disabilità fisica o cognitiva con semplicità e naturalezza hanno in modo particolare la capacità di suscitare questo sentimento in chi li avvicina.

Un altro gruppo ha evidenziato che la tenerezza è una energia positiva e creativa innata che si manifesta in modo diverso in ogni persona. È un senti-



mento che si prova quando si riesce ad avvertire la *parte più fragile e indifesa* di qualcuno che abbiamo vicino e si sente il desiderio di prendersene cura. È uno scambio reciproco di emozioni. A volte è l'unico modo per entrare in comunicazione con chi ci sta davanti. Inoltre la tenerezza è connotata da gesti empatici come carezze, sguardi, abbracci ed è un sostegno amorevole sia nelle situazioni positive che nei momenti negativi.

Un terzo gruppo ha sottolineato che è difficile dare una definizione della tenerezza, considerate le caratteristiche soggettive che essa ha rispetto al come, al perché, al quando e al dove si manifesta. È comunque un sentimento positivo che tendenzialmente sorge spontaneo e che è influenzato inevitabilmente dalle proprie esperienze di vita. Non deve essere assolutamente confuso con la pietà e suscita in chi lo prova un *atteggiamento di cura e protezione* verso l'altro, stimolando relazioni positive.

L'ultimo gruppo ha sostenuto che la tenerezza è un sentimento soggettivo, positivo, spontaneo che trova espressione in forme diverse: stupisce, fa sorridere, commuove, *nasce da gesti semplici* come un abbraccio. Spesso si prova nei confronti delle persone in stato di bisogno, difficoltà, oppure nei confronti dei bambini. Fa sentire l'altro una persona importante ed è un sentimento che fa passare in secondo piano rabbia e stanchezza. Scatena emozioni ed espressioni diverse come l'empatia e nell'immaginario comune viene rappresentata attraverso lo sguardo.

Per ciascun gruppo ho evidenziato in corsivo un aspetto della tenerezza. La scelta è arbitraria, ma mi è sembrato che siano aspetti che riescono a definire bene, e in modo sufficientemente completo, il sentimento di cui stiamo parlando. Si può dire che ciascuno di noi fa esperienza della tenerezza quando cogliamo la fragilità dell'altro e siamo indotti ad assumere un



atteggiamento di cura e di protezione che manifestiamo con gesti semplici e diretti.

#### Cos'è la tenerezza

Su questa definizione si trova d'accordo un amico filosofo, Fabrizio Arrigoni, il quale sostiene che la tenerezza è quella emozione che nasce dall'essere consapevoli della propria fragilità di persone.

Nel momento in cui gli anni e le esperienze che abbiamo compiuto, ci fanno constatare quanto siamo fragili e in balia non solo delle nostre scelte, ma anche di quelle degli altri, diven-

**“In tante situazioni ed epoche la storia ci ha mostrato che di fronte alla fragilità le persone si allontanano”**

tiamo più attenti alle fragilità altrui ed è qui che emerge la nostra capacità di tenerezza.

Penso che tutti noi abbiamo conosciuto persone nel pieno della vita che sembravano quasi sfidare il mondo; le abbiamo viste forti, sicure di sé e magari professionalmente affermate. Poi col passare degli anni sono diventate sempre più bisognose degli altri, emotivamente e fisicamente più fragili e sempre meno capaci di resilienza, cioè di elasticità nell'affrontare i cambiamenti che si presentavano nella loro esistenza.

Quegli stessi individui che ci erano sembrati indipendenti dal sostegno degli altri, ad un certo punto ci sono apparsi sotto una luce nuova, diversa, che in parte ci ha lasciato sgomenti perché ci ha fatto intravedere quello che succederà anche a noi in un futuro più o meno lontano.

Questo è accaduto a tanti di noi con i propri genitori, quando dopo un percorso più o meno lungo di malattia li abbiamo accompagnati nell'ultima parte della loro esistenza, o quando

se ne sono andati improvvisamente senza darci alcun preavviso, senza che neppure potessimo dire loro un'ultima volta: “Ti voglio bene”.

Proprio quando una persona ci fa dono della sua fragilità, sperimentiamo la tenerezza, un sentimento di attenzione alla sua situazione, dolce e carico di affetto, cui si uniscono sfumature di commozione e senso di perdita, ma anche di rabbia e incapacità ad accettare quello che sta accadendo. Quando poi dobbiamo congedarci da lei, la nostra tenerezza si vela talvolta del senso di colpa che ci portiamo dentro se abbiamo desiderato che quella persona, per noi tanto importante, potesse chiudere finalmente gli occhi per non soffrire più.

Non è facile accettare la fragilità dell'altro. Pensare che possa rappresentare un dono che ci viene fatto sembra assurdo, al massimo una bella frase che però, tolta la retorica, appare falsa. Credo però che l'essere posti di fronte alla debolezza e alla precarietà, diviene così profondamente parte della nostra esistenza che, in più occasio-

ni, sarà qualcosa a cui torneremo con il pensiero e con il cuore quando la realtà ci mostrerà altri limiti e fragilità nostre o altrui.

#### La negazione della tenerezza

In tante situazioni e in varie epoche la Storia ci ha mostrato che il fatto di essere messi di fronte alla fragilità degli altri, e alla propria, anziché avvicinare le persone può finire con l'allontanarle. Penso ai campi di concentramento nei quali tutto ciò che poteva esaltare la fragilità della persona era ricercato e perseguito consapevolmente e sistematicamente.

Come ha ricordato Primo Levi in *Se questo è un uomo* una persona alla quale vengono tolti gli oggetti che la

**“Secondo Elisabeth Badinter, la maternità come istinto non è un dato di fatto, naturale ed immutabile, ma è un dato culturale”**

legano alla quotidianità degli affetti e della propria esistenza, alla quale è negata la dignità di essere umano in forza della sua appartenenza ad un'entità particolare, non riesce più a suscitare tenerezza.

Concentrato sulla sua umiliazione, sulla sua dipendenza assoluta da chi ha in mano il potere di fare ciò che vuole della sua esistenza, sul suo essere annullato come persona, l'individuo non è più in grado di trovare conforto in un abbraccio o provare tenerezza per coloro che condividono con lui la sua stessa situazione.

L'esaltazione della sua fragilità, fatta vivere e considerata come una colpa, lentamente lo svuota e lo spegne in-

teriormente. Non percepirsi più come persona degna di avere una vita e degli affetti, di essere rispettata e accolta, di poter manifestare il proprio animo, la propria intelligenza e sensibilità, finisce con l'uccidere un'anima.

Quando siamo spenti dentro e quando il nostro dolore è troppo grande, anche se gli altri ci abbracciano non riusciamo a godere di quel gesto e a sentirci meglio. E allo stesso modo non riusciamo neppure più a sentire il desiderio di essere strumenti di tenerezza e affetto.

È come se fossimo svuotati della voglia di vivere e della capacità di provare emozioni. Anche i sentimenti forti che la persona ha provato nei primi momenti, come la rabbia, la ribellione e il non accettare ciò che gli altri vogliono imporci, vengono annullati, spenti.

Per riabituarci alla tenerezza abbiamo bisogno di alleggerire il nostro animo da tutto il carico di sofferenza che ha spento in noi emozioni e sentimenti. Sembra che nessuno possa comprendere il dolore, l'umiliazione, il senso di annullamento che abbiamo dentro: sono solo nostri e di nessun altro e ci sembra che gli altri non possano capire lo strazio interiore che viviamo.

#### L'amore in più

Coltivare la tenerezza, alimentarla, educarla, prendersene cura è perciò profondamente importante. Se e come la manifestiamo dice chi siamo, ma dice anche quanto valore diamo agli altri, alle persone che popolano la nostra quotidianità.

Nel 1981 Elisabeth Badinter, esponente del movimento femminista francese, ha pubblicato il volume *L'amore in più*. Secondo questa studiosa la maternità come istinto naturale non è un dato di fatto, naturale e immutabile che esiste dentro ogni donna, ma è un dato culturale, dettato dall'evoluzione e dalle organizzazioni sociali.

In epoche passate le donne che mettevano al mondo dei figli di solito non consacravano ad essi la loro vita. Attraverso un lavoro di analisi di documenti, E. Badinter racconta dell'abitudine di molte donne di Parigi e di altre città che, una volta diventate madri, non potendo dedicarsi ai figli perché il loro tempo era totalmente assorbito dal lavoro, affidavano i loro piccoli ad un efficiente servizio di caretterieri.

Caricati alla rinfusa su un carro, uno accanto all'altro per poterne fare stare il più possibile, i piccoli venivano portati nelle campagne, da balie che se ne sarebbero prese cura.

Di questa usanza troviamo una descrizione celebre ne *I miserabili* di Victor Hugo: l'evaso Jean Valjean si prende cura della piccola Cosette che la madre Fantine, prostituta, ha mandato a balia in campagna. Cosette viene trascurata dalla famiglia che la tiene a balia e Valjean, per la promessa fatta alla madre, se ne prenderà cura.

E. Badinter trascrive i verbali della polizia là dove annotano che non era infrequente che, a causa delle vibrazioni del mezzo che li trasportava, diversi bambini cadessero dal carro e finissero sotto le sue ruote. Alcuni morivano mentre altri sopravvivevano, ma restavano storpi.

Lo studio di questa filosofa mette in discussione l'esistenza dell'istinto materno come dato di fatto. Mentre negli animali l'istinto materno, proprio perché istinto, è presente come dato biologico, nell'essere umano al dato biologico si sommano anche le componenti culturale e sociale. L'istinto materno, ma anche quello paterno, e il sentimento della tenerezza devono essere coltivati, educati.

Ci rendiamo conto di quanto questo sia vero quando, osservando quello che racconta ogni giorno la cronaca, ci scontriamo con situazioni e persone che sembrano non avere dentro di sé alcuna attenzione agli altri e attente

**“Per Leonardo Boff è la tenerezza a muovere la forza vitale che fa fiorire la nostra esistenza, per renderla realmente umana”**

solo ai propri bisogni. Accade anche il contrario: in talune situazioni ci rendiamo conto di quanto delle persone che sembrano non essere in grado di provare sentimenti di vicinanza e di affetto per gli altri, sono invece capaci di manifestarli quando ce n'è davvero bisogno.

Come restiamo colpiti quando qualcuno fa del male ad un altro essere umano, così gesti di attenzione e disponibilità generano dentro di noi commozione, soprattutto nel momento in cui vengono da persone dalle quali non ce li saremmo aspettati.

**Un'amicizia**

Il teologo Leonardo Boff sostiene che per aiutare le persone servono azioni concrete, ma anzitutto serve la tenerezza, perché è la tenerezza che muove la forza vitale che fa fiorire la nostra esistenza per renderla realmente umana.

Sono alcuni anni che Federico lotta contro una rara malattia del sangue. La sua milza misura ormai poco meno di 40 centimetri e dev'essere tolta: il medico che lo segue è chiaro e non gli nasconde i rischi dell'operazione.

È diventato papà da 20 mesi ed è molto combattuto interiormente. Sa che deve farsi operare, ma ha paura che qualcosa possa andare storto e teme per il futuro della sua famiglia.

Con Nicola da anni condivide l'amore per la montagna. Sul far della sera, nelle notti di luna piena, insieme hanno risalito i fianchi innevati del-

le montagne vicino casa. Arrivati in cima hanno staccato le pelli di foca dagli sci e, mentre sentivano un brivido correre lungo la schiena, si sono lanciati percorrendo a ritroso in pochi minuti la via dalla quale erano venuti. I due amici sono diversissimi tra di loro. Tanto Nicola è taciturno e introverso, quanto Federico comunica con facilità i suoi stati d'animo. Il primo sembra impermeabile a qualsiasi emozione, l'altro le assorbe tutte. Se è vero che gli opposti si attraggono la loro amicizia ne è la testimonianza più evidente.

Si stimano da sempre, hanno condiviso tanti momenti, moltissimi dei quali stupendi e qualcun altro molto duro, come quando il loro amico Michele, travolto da una valanga in un paese lontano dall'Italia, non ha più fatto ritorno a casa.

Federico ha tentato di rinviare il più possibile l'operazione; ora ha davanti

una via molto impegnativa e ne è intorrito. Nicola lo sa e non usa frasi fatte o di circostanza; gli dice semplicemente che deve sottoporsi a quella operazione e che tutto andrà bene ma, se qualcosa dovesse andare storto, la sua famiglia potrà contare su di lui.

L'operazione sembra durare un tempo infinito. Quella milza enorme ha spostato gli organi interni di Federico e il chirurgo, dopo averla rimossa, ha dovuto rimettere in posizione reni e fegato. L'équipe dell'ospedale è soddisfatta del lavoro svolto.

Federico si risveglia il giorno dopo: sembra sereno e comincia a mandare sms ai suoi amici per dire che le cose stanno andando bene. Per sua moglie è come se un macigno si fosse sbriciolato.

Il secondo giorno Nicola manda un sms a Federico per chiedergli come sta, ma non ha risposta. Allora chiama la moglie: Federico si rifiuta di mangiare e di bere, non vuole vedere

nessuno e non parla.

Non sta bene, ma a creargli disagio non sono i dolori fisici che pure si fanno sentire; non sta bene perché ha paura, pensa di non farcela ed è convinto che non rivedrà più la sua bambina. Con sua moglie e gli amici sceglie di non parlare più. Pensa che nessuno possa capire il suo stato d'animo.

Nicola prende allora una decisione: ogni pomeriggio, finito il lavoro, percorre i 96 km che separano casa sua dall'ospedale dove è ricoverato Federico. Una volta arrivato va a sedersi accanto all'amico e gli dice solo che pensa che lui abbia paura di non guarire. Resta con lui due ore poi riprende la macchina, si fa altri 96 km e torna a casa dai suoi figli. Lo fa ogni giorno per una settimana. Ogni giorno la prima reazione di Federico è dire all'amico che poteva starsene a casa e che lui non ha bisogno di nessuno,

ma quando Nicola se ne va accende il cellulare e manda qualche sms con la speranza che chi è dall'altra parte gli risponda.

Ricomincia a sentire il bisogno degli altri e in un sms a un amico digita: “Quando hai tempo scrivimi anche solo una parola”.

**La sintonizzazione affettiva**

Cos'è che nel nostro cervello ci fa provare la tenerezza o, al contrario, ci tiene lontani dai sentimenti e dalle emozioni degli altri? Quelli che entrano in gioco sono dei vecchi conoscenti, i neuroni specchio. Sappiamo che sono i responsabili dell'empatia ed è quest'ultima che ci fa provare commozione, coinvolgimento nella vita degli altri, amicizia e attenzione per loro.

Sono proprio i neuroni specchio ad essere alla base di quella che viene definita *sintonizzazione affettiva*, vale a dire della capacità di comprendere cosa prova una persona anche se non ce lo dice.

È quella che ha permesso a Nicola di comprendere che il suo amico Federico aveva paura di non guarire, ed è sempre la sintonizzazione affettiva che mette qualcuno di noi nella condizione di prendersi cura di chi è in difficoltà, anche solo restando in silenzio, senza dire nulla.

Fare spazio dentro di noi all'altro, ai suoi sentimenti e alle sue emozioni è già prendersi cura di lui e poiché non nasciamo con una capacità di sintonizzazione affettiva già strutturata, la possiamo coltivare fino a farla diventare così significativa da incidere nella vita di chi avviciniamo.

Vedremo come nel prossimo numero.

I libri citati in questo articolo sono:

- Primo Levi, *Se questo è un uomo*, Einaudi 1989
- Elisabeth Badinter, *L'amore in più*, Fandango Libri 2013



# Tu chiamale sei vuoi ... emozioni

DI NICOLAS SACCANI — EDUCATORE PRESSO IL CDD CENTRO ACCOGLIENZA

**M**i trovo a scrivere di emozioni e istintivamente mi metto in cucina, mi cirondo di ciò che mi è più caro, riempio il tavolo delle ultime storie lette e di altre ancora da finire, metto in ordine gli articoli che mi hanno suggerito e sistemo il computer davanti a me. Inconsapevolmente mi sono circondato delle mie sicurezze di sempre.

In realtà, questo, è quello che faccio quotidianamente: creare intorno ai nostri ragazzi un clima di calore e sicurezza, un luogo ben definito in modo che possano gestire al meglio i loro affetti personali, materiali e non. Intorno e dentro questi "luoghi" nascono e si modificano relazioni e storie ricche di emozioni, e i ragazzi sono sensibili all'atmosfera che li circonda: su questo si basa una buona relazione educativa.

Cosa siano le emozioni probabilmente lo sappiamo tutti e ognuno potrebbe dare una propria definizione. Per quanto mi riguarda sono sorrisi, gesti affrettati, pianti, stati di agitazione, arrabbiature, abbracci, bronci, corse, sfoghi, richieste e non richieste, lunghi silenzi e mille parole tutte d'un fiato perché non devi capire il mio disagio, ma io te lo dico lo stesso; qui si parla con il corpo, e le parole e i gesti mutano di significato fino a perderlo per poi ritrovartelo davanti agli occhi. Le emozioni si materializzano in forme diverse, in qualcosa di forte, come il vento capace di spazzare via tutto, ma anche di accarezzarti dolcemente il viso; è qualcosa di invisibile, che non si vede bene se non con il cuore. L'essenziale è invisibile agli occhi, diceva "Il piccolo Principe". Una definizione scientifica dice che l'emozione è un processo interiore suscitato da un evento-stimolo rilevante per gli interessi dell'individuo. La presenza di un'emozione si accompagna a esperienze soggettive (sentimenti), cambiamenti

fisiologici (risposte periferiche regolate dal sistema nervoso autonomo, reazioni ormonali ed elettrocorticali) comportamenti 'espressivi' (postura e movimenti del corpo, emissioni vocali). Ringrazio "L'Enciclopedia Italiana Treccani", lascio la rete e torno al mio tavolo 80x80.

Durante le giornate al Centro Accoglienza di Mantova si lavora con le emozioni costantemente, ma quanto i nostri ragazzi riescono a fare loro queste piccole trasformazioni così potenti? Quanto riescono a riconoscere di quel momento? E quanto gli accorgimenti che prendo possono entrare nei loro meccanismi futuri? Canalizzare ciò che essi provano significa entrare in sintonia con loro, prenderli per mano e dove le parole non arrivano, sfruttare il tono della voce, la mimica, l'esempio. Bisogna sapersi porre in atteggiamento di ascolto fino a rendersi vulnerabili, perché probabilmente i primi a lasciarsi andare dobbiamo essere proprio noi. Per guadagnare la loro fiducia dobbiamo regalare qualcosa di noi. Ognuno di noi vive le emozioni a proprio modo e i nostri ragazzi ricevono e trasmettono ciò che provano nei modi più disparati; a far da contorno a queste nostre "traduzioni" c'è un lungo lavoro di conoscenza delle loro personalità, dei loro modi di vivere e degli ambienti che frequentano. Il tutto con un pizzico di magia.

Questo per farvi capire quanto è importante sapere quello che provano i nostri ragazzi per portarli, a piccoli passi, ad una sempre maggiore consapevolezza dei loro stati d'animo, per insegnare loro a discriminare un'emozione piuttosto che un'altra e a dar loro il termine giusto per esprimerla e quantificarla, dove è possibile, l'intensità.

Attraverso laboratori espressivi mirati alla comunicazione, al contatto e ai vis-

suti personali i nostri ragazzi possono conoscere, ampliare e imparare a gestire le loro emozioni; esercizi strutturati sull'espressione corporea e lavori di gruppo offrono l'occasione di "scavare a fondo" e di far emergere i loro desideri. Le tecniche espressive hanno un significato di sviluppo, di crescita relazionale e di consapevolezza della percezione del sé. Stimolare i ragazzi all'espressione del loro mondo interiore e saperlo condividere con i compagni, dar loro sicurezza per affrontare le piccole difficoltà quotidiane e valorizzare la loro soggettività è l'obiettivo di ogni educatore e terapeuta. Riuscire a vedere l'essenziale con il cuore significa spogliarsi di tutto e arrivare nella parte più nascosta di noi, quella che, in fondo, ci rende tutti uguali.

A settembre viene pensato un progetto educativo per ogni ragazzo, che ci farà da guida per tutto l'anno e ci ricorderà i nostri obiettivi iniziali, soprattutto nei momenti di difficoltà.

Il desiderio di raggiungere al più presto la meta, la voglia di far crescere e acquisire autonomia nelle routines quotidiane non ci deve privare però dell'estemporaneità dei momenti, dell'istintività dei gesti e della spontaneità delle parole: questo vorrebbe dire perdere un pezzo dell'emotività che è essa stessa parte della meta.

*"Qualsiasi passante crederebbe che la mia rosa vi rassomigli, ma lei, lei sola, è più importante di tutte voi. Perché è lei che ho inaffiato. Perché è lei che ho messa sotto la campana di vetro. Perché è lei che ho riparata col paravento. Perché su di lei ho ucciso i bruchi (salvo i due o tre per le farfalle). Perché è lei che ho ascoltato lamentarsi o vantarsi, o anche qualche volta tacere. Perché è la mia rosa. È il tempo che tu hai perduto per la tua rosa che ha fatto la tua rosa così importante".* Da "Il piccolo Principe".

Mario Rossi  
Codice Fiscale  
93003540205

Scelta per la destinazione del 5xmille dell'Irpef 2013

## Dona il tuo 5xmille con il CUD 2014 anche se non fai il 730 o Unico

Hai ricevuto il CUD 2014, ma non presenti la dichiarazione dei redditi? vuoi aiutare lo stesso i bambini della Casa del Sole? Ecco come fare!

Per tutte le persone che ricevono il modello CUD 2014 e non sono tenute a presentare la dichiarazione dei redditi, ricordiamo che per donare il 5xmille è necessario recarsi presso gli uffici postali o da un Caf e consegnare la Scheda relativa alla destinazione del 5xmille allegata al modello CUD, debitamente compilata e firmata entro il 31 maggio 2014 per i CAF ed entro il 30 giugno 2014 per gli uffici postali.

La Scheda dovrà essere consegnata in una busta bianca, chiusa, su cui apporre il proprio Cognome, Nome e Codice Fiscale e la dicitura "scelta per la destinazione del 5xmille dell'Irpef 2013". Ricordiamo che il servizio di spedizione è gratuito.



## Bomboniere Solidali X realizzare i loro sogni



## Il mondo Delle Bomboniere e Dei Doni Solidali

In ogni bomboniera e dono solidale c'è un aiuto concreto ai bambini e ai ragazzi cerebropatici della Casa del Sole Onlus.



www.casadelsole.org  
GRAZIE!

Associazione Casa del Sole Onlus