

STUDI ZANCAN

Politiche e servizi alle persone

novembre/dicembre n. 6 - 2005

Radici culturali ed etiche
di una socialità in evoluzione:
il contributo di Alfredo Carlo Moro

Il pronto intervento sociale

Strumenti di valutazione
del bisogno sociale

monografia

Convivere attivamente con la cronicità



La «profezia che si auto-avvera»: come un banale trucco cognitivo influenza la cronicità

Elisa Pajusco

Una persona cresce, si sviluppa nel corpo e nella mente grazie a relazioni finalizzate alla condivisione della conoscenza.

In una relazione educativa, l'educatore è l'esperto e l'educando è il novizio che apprende appunto qualcosa di nuovo.

L'apprendimento, poi, inteso come acquisizione di conoscenza/competenza, è sempre bi-direzionale, nel senso che il comportamento dell'allievo influenza quello del maestro, e viceversa.

La ricerca applicata alla vita quotidiana – in psicologia cognitiva – cerca di dimostrare che ogni relazione umana si occupa di educazione nel senso cibernetico di passaggio bi-direzionale della conoscenza. Per esempio, in un'interazione di tipo economico con il fruttivendolo possiamo imparare che non ci conviene acquistare frutti di bosco a capodanno e insegnare al commerciante quali siano gli ordini corretti, nel senso di cosa gli convenga acquistare per il suo negozio se vuole avere buoni guadagni. In un'interazione di tipo clinico con il fisioterapista possiamo apprendere una nuova postura più corretta da tenere alla guida dell'au-

**Allievo e maestro
nel processo
di apprendimento**

Personalizzare
la relazione
educativa

to, insegnando al sanitario nuove insidie dell'individualità, nel senso che il medesimo sintomo può avere un'eziologia del tutto diversa in ciascun paziente trattato. Già il neonato sta acquisendo nuove conoscenze quando coglie la differenza fra l'abbraccio della mamma e quello del papà, mentre educa ciascun genitore a tenerlo bene.

La ricerca nel sociale e nel sociosanitario che impegna da più di quarant'anni la Fondazione Zancan è focalizzata sul «tenersi bene fra persone», ovvero sulla personalizzazione dell'educazione alla salute.

Personalizzare la relazione educativa significa, per l'esperto, una costante e critica attenzione al novizio, al fine di comprendere quali risorse e potenzialità egli abbia, pur se nascoste da gravi handicap o da lievi limiti.

La ricerca quotidiana ed ecologica sulle migliori qualità dell'apprendista richiede una formazione continua del maestro, che dovrebbe essere sempre motivato a migliorare la sua capacità di ascolto, ossia di osservazione, riflessione, progettazione, valutazione.

Don Lorenzo Milani riassunse con humour, per un'amica madre di parecchi figli, la filosofia alla base della scuola di Barbiana: «fino a un mese fa [1960] ero convinto di essere un grande educatore di ragazzi difficili. O meglio, pensavo che l'ambiente di Barbiana fosse di per se stesso il più grande educatore di ragazzi difficili ... nel giro di un'ora a Barbiana sono diventati tutti ragazzi facili ... ogni giorno più cari, più sereni, più studiosi, più obbedienti, meno nervosi». Il segreto dell'autore della *Lettera a una professoressa* era creare per i ragazzi un ambiente valorizzante nella scuola, ma soprattutto a casa, educando i genitori a essere veri maestri. Sono infatti i genitori, educatori per eccellenza, a determinare le capacità di realizzazione personale dei figli, il loro ben-essere a lungo termine.

Nella sua lotta alla cronicizzazione dell'analfabetismo intesa come interruzione della trasmissione ereditaria dello svantaggio socioculturale, don Lorenzo Milani fu senz'altro contagiato dalle innovative conoscenze psicologiche del fratello, famoso neuropsichiatra infantile. Adriano Milani Comparetti – uno dei po-

L'effetto
pigmali

La zona
di svilup
prossim

chi studiosi italiani dell'età evolutiva a essere notevolmente stimato all'estero – si occupò di integrazione scolastica dell'handicap psico-fisico e condivise con il priore di Barbiana l'idea che il *deficit*, per quanto grave, può essere occultato grazie allo sviluppo e alla continua valorizzazione delle abilità «residue», ovvero delle risorse che anche la persona con handicap ha in sé.

L'effetto pigmalione

Su questa scia, nel 1966 un famoso studio di psicologia sociale di Rosenthal e Jacobson ha dato il via alle ricerche sull'«effetto pigmalione» o «profezia che si auto-avvera».

In una scuola elementare della California – Oak Primary School – furono selezionati in modo casuale il 20 per cento dei nuovi iscritti, e a ciascuno di questi bambini venne assegnato un punteggio di Q.I. (quoziente di intelligenza) «eccezionale». Sulla curva a campana della distribuzione normale dei punteggi di un test standardizzato quale, ad esempio, il Wisc (*Wechsler Intelligence Scale for Children*), i due estremi della curva rappresentano le persone stra-ordinarie per handicap (*ipo*) o per genialità (*iper*). Per restrizioni etiche, in questa ricerca venne scelto di «usare» solo i bambini stra-ordinari in senso *iper*; agli insegnanti fu segnalato che avevano in classe un 20 per cento di piccoli geni, chiaramente non anonimi. A sei, dodici, ventiquattro mesi dall'inizio della prima classe, la rivalutazione al test dimostrò che il Q.I. di questi bambini era quello casualmente loro assegnato all'inizio della scuola. Anche il rendimento scolastico e il profitto stavano a indicare motivazione e prestazioni superiori alla media.

La zona di sviluppo prossimale

Un secolo fa, il pedagogista russo Lev Vygotskij aveva già ragionato su questa sorprendente interazione tra educatore ed educando. Studiando il bambino in modo ecologico, Vygotskij aveva notato che, con il giusto aiuto, ogni bambino può fare di più di quanto saprebbe fare da solo. Vygotskij definì quindi «zona di sviluppo prossimale» il divario tra l'età mentale effettiva di un bambino e il livello che egli raggiunge risolvendo certi problemi con un po' di aiuto. La zona di sviluppo prossimale è la distanza tra lo sviluppo reale e quello potenziale, distanza che si percorre con la guida

di un maestro adulto o grazie alla collaborazione con coetanei più esperti.

Le *aspettative orientate al futuro*, ossia quello che l'educatore conta di suscitare nell'educando, nascono in un clima di dipendenza o di affidamento/accudimento. Secondo la psicologia cognitiva, desideriamo imparare perché siamo nati con il movente tacito – ossia super-appreso nel corso dell'evoluzione della specie – di esplorare il nostro ambiente di vita fisico e sociale. L'esplorazione avviene se e solo se c'è la fiducia che siamo protetti da qualcuno più esperto di noi sullo stesso ambiente di vita che ci interessa conoscere. La *base sicura* – l'esperto che ci fa sentire al sicuro mentre esploriamo – offre all'esploratore critiche sempre costruttive.

La base sicura possiede l'intrinseco ruolo di contagiare fiducia alla persona a lei affidata, insegnandole a scoprire i suoi talenti, a valorizzarli, a concretizzare i suoi sogni, dando all'io-ideale la forma di piano d'azione.

L'io-reale è come la persona si sente dato il suo presente; l'io-ideale è invece il sogno a occhi aperti di come ciascuno di noi desidera essere nel prossimo futuro. È chiaro che tutti gli esseri umani hanno diritto a un io-ideale che sia profezia che si auto-avvera in senso *iper*. Ma ciò non è poi così semplice!

Infatti, ricevuto il lutto, che è una diagnosi che non lascia speranza di guarigione, la persona malata diventa per i suoi principali *caregiver* qualcuno da ri-pensare e ri-conoscere. Il *caregiver* è chi dà cura perché più esperto di chi necessita di essere curato; è *caregiver* un familiare, un operatore, un coetaneo che sta meglio ecc.

Le aspettative orientate al futuro – premessa dell'effetto pigmalione in senso *iper* – si sviluppano nel clima affettivo creato dal *caregiver* che non assegna al *deficit/handicap*, proprio e altrui, nessun significato di colpa: la malattia non è un nemico da combattere con ferocia, ma un dolore da risolvere con creatività grazie alla capacità di sognare un futuro diverso da quello apparentemente certo.

La malattia non è un nemico da combattere, ma un dolore da risolvere con la capacità di sognare un futuro diverso

La scoperta di nuove modalità di convivenza con un «qui e ora» carico di sfide e insidie, a volte assai traumatiche, permette di progettare un futuro diverso da quello previsto dal lutto, che è la diagnosi di una malattia inguaribile.

Le aspettative orientate al futuro come efficace alternativa alla cronicità

Le aspettative orientate al futuro sono appunto l'efficace alternativa alla cronicità, il sogno di un superamento del presente grazie alla speranza che esiste una via di uscita anche al dolore peggiore.

L'autismo è una malattia grave e cronica che presenta il tipico problema dell'interazione fra eziologia organica/genetica e ricaduta relazionale/emotiva.

In realtà, tutte le patologie croniche – anche il cancro o la sclerosi laterale amiotrofica – hanno un'eziologia organica e producono poi grandi effetti emotivi sulle relazioni fra il malato e i suoi *caregiver*. Le malattie rapidamente mortali sono però purtroppo poco utili per un'indagine sul ruolo che ha, nel loro decorso, la profezia che si auto-avvera.

Il caso dell'autismo

L'Angsa (Associazione nazionale genitori soggetti autistici) è impegnata a togliere significati di colpa dalle coscienze dei *caregiver* delle persone affette da autismo. È infatti esperienza comune trovare l'effetto pigmalione in senso *ipo* nelle relazioni educative fra la persona autistica e le sue basi sicure, arrese ormai da tempo alla misteriosa complessità di questa patologia polisintomatica.

La condivisione della ricerca scientifica più recente sull'autismo, abbinata alla lotta civile per garantire ai propri figli una dignitosa integrazione sociale, rende i genitori dell'Angsa un ottimo esempio di come funziona l'effetto pigmalione in senso *iper*.

A questo punto è inevitabile chiedersi: quali aspettative orientate al futuro può nutrire la base sicura di un ragazzino autistico? Quale io-ideale può concretizzare un adulto che è autistico da 46 anni?

Una risposta possibile arriva dalla psicologia positiva, ovvero da un innovativo filone scientifico cognitivista che studia come le persone possano migliorarsi al fine di sentirsi in salute. La necessità di tali indagini scientifiche è sorta negli anni novanta, quando ricerca-

tori di psiconeuroimmunologia hanno dimostrato l'interdipendenza fra il buon/cattivo funzionamento del sistema immunitario dei mammiferi (non solo dell'uomo!) e la qualità dell'esperienza soggettiva di ben-essere.

L'Icf dell'Organizzazione mondiale della sanità e l'Sp della Fondazione Zancan spiegano e valutano questa nuova concettualizzazione multidimensionale della salute¹.

Nella tabella 1 è presentato il compendio di una ricerca transculturale svolta consultando i libri sacri e le tradizioni orali religiose e mitologiche, al fine di stabilire quali elementi abbiano creato e mantenuto il benessere personale e comunitario nel corso dell'evoluzione della specie umana.

Tale elenco di risorse e virtù rappresenta una lista di trucchi da applicare alla quotidianità come contenuti dell'effetto pigmalione in senso *iper*, perché ne siamo beneficiati noi stessi e le persone a noi prossime.

Sappiamo tutti che nelle occasioni importanti il trucco ci renderà migliori di quando ci trascuriamo per la fretta degli impegni quotidiani... Scoprire e valorizzare in sé anche solo una delle qualità riportate in tabella è attuare una profezia che si auto-avvera in senso *iper*.

Se siamo vittime di una malattia cronica e di *caregiver* che coltivano l'effetto pigmalione in senso *iper*, il nostro presente ci permette di ricordare un passato non troppo angosciante e di progettare un futuro un po' meno doloroso del «qui e ora».

Lo studio della memoria umana ha già dimostrato che il ricordo del dolore passato dipende dalla sofferenza presente. Un malato cronico ricorda le sofferenze passate come tremende se nel «qui e ora» la sua condizione si mantiene immutata; se invece la stessa malattia ha avuto un lievissimo miglioramento, il malato cronico ricorda le sofferenze passate come tollerabili.

È preferibile avere vicini dei caregiver che coltivano l'effetto pigmalione in senso iper

¹ Who (2002), *Icf, Classificazione internazionale del funzionamento, della disabilità e della salute*, Erickson, Trento; Vergani C., Corsi M., Bezze M., Bavazzano A., Vecchiato T. (2004), *A polar diagram for comprehensive geriatric assessment*, in «Archives of Gerontology and Geriatrics», Volume 38, Issue 2, March-April.

Chiunque
può im
a coltiva
la prop

Tab. 1

Sagge
conosc
Risorse
lettive
cano l'a
sizione
l'uso de
conosc
creativi
curiosità
curezza
giudizio
siderio
appren
profezi

**Chiunque
può imparare
a coltivare
la propria salute**

Cosicché, sembra dirci la psicologia positiva, ogni persona, a qualsiasi età, con qualsivoglia svantaggio, può insegnare e può imparare a coltivare la propria salute; cioè può tenersi sempre un po' più bene, in virtù dello sviluppo dell'armonia in sé e nell'ambiente di vita.

Tab. 1 - Risorse e virtù del carattere²

<i>Saggezza e conoscenza</i>	<i>Coraggio</i>	<i>Humanitas</i>	<i>Giustizia</i>	<i>Temperanza</i>	<i>Trascendenza</i>
Risorse intellettive (implicano l'acquisizione e l'uso della conoscenza): creatività, curiosità, acutezza di giudizio, desiderio di apprendere, profezia.	Risorse affettive (esercitano la volontà per raggiungere obiettivi difficili): audacia, tenacia, integrità, vitalità.	Risorse interpersonali (richiedono di andare verso gli altri e accompagnarli): amore, gentilezza, sensibilità.	Risorse civili (fondano una sana vita comunitaria): cittadinanza, equità, <i>leadership</i> .	Risorse interiori (proteggono dall'esagerazione): perdono e grazia, umiltà/modestia, prudenza, calma.	Risorse spirituali (creano connessioni con la realtà vivente circostante, dando significato alla complessità): apprezzamento della bellezza e dell'eccellenza, gratitudine, speranza, humour, spiritualità.

² Traduzione e libero adattamento dell'autrice da: Peterson C., Seligman M. (2004), *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*, Oxford University Press.