

IL PUNTO

Esperienza con le terze classi : alunni e professionisti della salute si confrontano sul tema amore e dintorni

Il punto di partenza : l'interesse

Invitati da una professoressa un po' più sensibile e curiosa o per un episodio che in classe può allarmare o per una domanda che lascia trasparire un mondo diverso da quello che appare ... siamo arrivate alla scuola Pestalozzi nel mese di maggio e abbiamo incontrato i ragazzi delle terze classi per coinvolgerli in un percorso tra emozioni e seduzione, affettività e sesso.

Chi siamo noi? una pedagoga e una psicologa...ma presentiamo prima loro, i ragazzi, i protagonisti di questo giornale.

Quello dei ragazzi è un mondo colorato, in movimento che inizialmente ti studia, ti soppesa e solo se insisti e li interessi, ti lascia entrare.

Loro entrano disordinatamente nello spazio dedicato agli incontri. Chiaccherano, si abbracciano, si spingono, si prendono un po' in giro...questa lezione "sul sesso", è una occasione di incontro con le altre classi, è sedersi nella stessa aula, un po' più liberamente, è cercare di capire che cosa avverrà adesso.

C'è la professoressa che li doma, l'ondata delle chiacchiere si placa e quel gruppetto di ragazze dai primi banchi ti presta un po' di attenzione. STEFANIA sorride, MARIA si sporge in avanti, FLAVIA è con le antenne tese pronta a captare i nuovi stimoli, e anche ANDREA e SAMUELE dagli ultimi banchi si sintonizzano.

Si inizia a parlare in generale: chi siamo, cosa facciamo, perché parliamo di argomenti come l'innamoramento e le differenze sessuali. Temi che suscitano un riso forzato, una battuta, imbarazzo, ma anche curiosità.

C'è ANGELO che preferisce giocare con il telefonino, come se a lui non interessasse o potesse prestarti attenzione solo così, con quel paravento di mezzo. ANGELO che deve sedere da solo "perché altrimenti disturba", ma è proprio l'angelo che punteggerà a più riprese questi incontri, dimostrando con la propria partecipazione e arguzia che c'è molta stoffa in lui. È ANGELO che dobbiamo ringraziare per il titolo di questa pubblicazione, per un sunto organizzato e preciso, per spunti originali e un'attenzione costante!! e grazie a tutti quelli che hanno collaborato: gli esperti del computer, VINCENZO e VALERIO, i professori, gli attori improvvisati ALAIN, ALESSANDRO e ALESSIO.

da uno spunto di Angelo



Rossy e Debby

Un punto di riflessione : incertezza, imbarazzo, vergogna, curiosità ma..

Parlare d'amore...attrazione, emozioni, un corpo che cambia, sentimenti che spuntano improvvisi!!?

E' ALESSANDRA che con il suo sorriso delicato ci fa riflettere sull'imbarazzo, sulla difficoltà nell'affrontare temi spinosi come questi. Quello che si sente come può diventare parola? Quello che rimane spesso all'ombra, per pudore o impaccio induce a volte i ragazzi a provare vergogna o distacco. Il compagno dell'ultimo banco

con le braccia conserte strette attorno al giubbotto come a difendersi, le ragazze del gruppetto di angolo pronte a nascondersi l'una con l'altra, o la risposta più azzeccata rallentata da labbra incerte (LEANDRO).

Tutti hanno dato il loro contributo, non solo con le parole, ma molto di più con l'atteggiamento, la postura, gli interventi, la capacità di partire da una posizione di distacco per occupare in soli tre incontri uno spazio di partecipazione.

da un'idea di Alessandra

INTERAGIRE

Un punto di avvio : la stretta di mano

Lo scambio tra le persone inizia con la comunicazione. Anche il silenzio comunica. Così abbiamo mosso i primi passi tra coccole, allattamento, parole, atteggiamenti, segnali. Ci sono momenti e rapporti importanti che rendono "forte" e sicura una persona, insegnandole a comprendere ciò che sente e a trasmettere ciò che vuole.

Il pianto è un segnale nel neonato, poi arriva il sorriso e la parola, il corpo e la mimica si complicano e maturano negli anni consentendo una comunicazione sempre più complessa con l'altro,

Il corpo comunica senza filtri e in modo molto diretto le emozioni che prova,.



La mano di STEFANIA risponde gentilmente alla stretta della psicologa, precedendo e accompagnando il gesto con un atteggiamento sorridente e accogliente che ha permesso di infrangere un tabù: il contatto. LETIZIA ha gli occhi che sembrano parlare, sostiene l'interlocutore con lo sguardo e impara in fretta ad unire al sorriso una timida stretta di mano. Quanti messaggi in un gesto così comune da essere spesso considerato scontato.

Firma



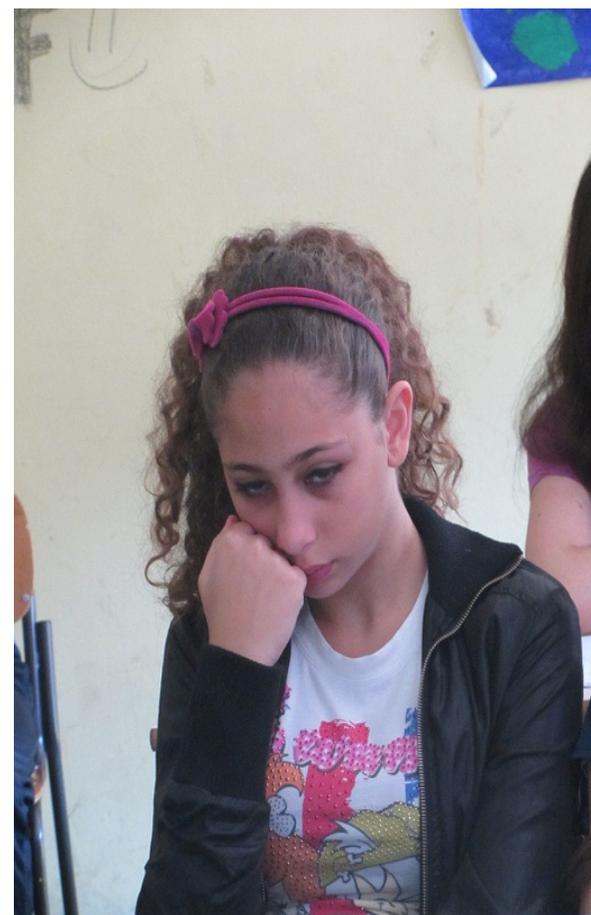
Punto interrogativo

Domande poste in modo anonimo dai ragazzi hanno focalizzato i temi: corpo, paure, sviluppo, sensazioni, differenze.



Punto e virgola

Non basta conoscere il nome di una persona, bisogna iniziare conoscendo se stessi e le cose che ci piace fare.



Punto esclamativo

I gesti d'affetto non sono casuali, trasmettono un messaggio che non è per tutti, che suscita e restituisce emozioni.

Tutti i messaggi che rendono più veritiera la comunicazione : il linguaggio del corpo, alleato o maschera

IL CORPO COMUNICA

La comunicazione umana si è evoluta prevalentemente attraverso il linguaggio verbale, costituito per convenzione tra gli esseri umani da un insieme di suoni e di segni che, organizzati tra loro permettono di trasmettere dei messaggi. La comunicazione umana però si attua anche attraverso un altro linguaggio (non verbale), più primitivo e insintivo e forse per questo più veritiero, che è il movimento, il linguaggio del corpo. Esso è meno preciso di quello verbale, ma è quello che ci permette di creare veramente le relazioni, perché evidenzia alcune sfumature emozionali che solo il corpo è in grado di mostrare e che rendono più veritiera la comunicazione stessa.

Il nostro corpo quindi, comunica attraverso un linguaggio specifico, parallelo a quello verbale. Attraverso il corpo allacciamo e stringiamo relazioni, inviamo e riceviamo messaggi e sensazioni che permettono, favoriscono od ostacolano la comunicazione con l'altro. Attraverso il nostro corpo assumiamo atteggiamenti e orientamenti; lasciamo trasparire rigidità o disponibilità. Qualche volta questa comunicazione è cosciente altre volte è inconsapevole e, forse, più veritiera, perché il nostro corpo difficilmente riesce a nascondere i nostri sentimenti e stati d'animo. Infatti il tono di voce, il modo di respirare, la ri-

gidezza di certi atteggiamenti, il rossore delle guance tradiscono il nostro reale stato d'animo ben al di là di ciò che esprimiamo con le parole. Il linguaggio del corpo è un linguaggio che nasce con noi ed è stato probabilmente la prima forma di comunicazione tra i nostri antenati ma in tutte le civiltà anche in quelle più avanzate tecnologicamente, molti segni ancora sopravvivono; basti pensare alle varie forme di saluto, tra cui l'universale stretta di mano, che esprime la disponibilità alla relazione e il desiderio di collaborare. Il bacio è una forma di contatto fisico che ha origine dall'antica usanza di nutrire il proprio piccolo col cibo già masticato attraverso la bocca. Il bacio e la stretta di mano fanno parte del saluto, e stanno ad indicare il desiderio di stringere in futuro nuovi rapporti con la persona da cui ci si separa. Quindi la stretta di mano e il bacio sono degli esempi di linguaggio non verbale, ma volontario, che affianca e completa la nostra relazione con gli altri.

Punto di equilibrio

Quando la natura completa la maturazione sessuale con i conseguenti cambiamenti, nascono pressanti richieste psicologiche: un'identità più precisa, nuove relazioni con il proprio corpo e con gli altri. Se un soggetto non è ben radicato nel corpo, a causa di cattiva gestione o blocco delle emozioni può prendere il sopravvento l'attività mentale e la massima capacità di astrazione che rende insicuri. Per questo, spesso, gli adolescenti danno molta importanza a come appaiono... E' essenziale, che i ragazzi abbiano già coscienza di sé e non si affidino ad altri per sapere chi sono o, nei casi peggiori a sostanze tanto ingannevoli quanto dannose... Poi prenderanno in mano "le redini" della loro vita per fare le loro esperienze.

Facciamo il punto su "A...come amicizia"

In un amico cercano la sincerità, e la comprensione (FLAVIA),...la disponibilità ed il sostegno nei problemi di tutti i giorni (CHIARA)... il rispetto e lo scherzo (LETIZIA)... la possibilità di stare a proprio agio, e anche litigare, continuando a volersi molto bene (FEDERICO)...deve saperti tirare su di morale e capace d inseguire i suoi sogni(GABRIELE)



Dall'amicizia all'amore

Facciamo il punto su "A...come amore"

Ti puoi avvicinare all'altro scherzando, parlando, ridendo non è detto che debba essere simile a te, rischieresti di annoiarti (LUISA)...e quando stai a contatto con uno che ti piace spesso capita di essere agitati, vergognati, sudati, ma soprattutto contenti (GIADA)... ti deve attrarre e poi cerchi di capire cosa gli piace (LUISA) ... e niente vantarsi con gli amici, non è amore(GIADA)

Cosa provi, cosa senti, puoi far fronte alla rabbia, al dispiacere? A cosa servono e dove vanno le emozioni

PUNTO SU "E..COME EMOZIONI"

La parola "emozione" viene dal latino, EX MOTUS cioè portare verso l'esterno

Vuole ricordarci che le emozioni portano verso l'esterno le cose che hanno agitato dentro. Il percorso non è facile per cui possiamo far affiorare un rossore, un tremito, il sudore o un'eccitazione strana.

Controllare un'emozione non è soffocarla. E' ascoltarla, sentirla crescere a volte con imbarazzo senza poterla dirigere con la mente. La mente arriva dopo, si allea con le emozioni, può dare loro una chiave di lettura, una strada alternativa più accettabile di un pugno o di una fuga. L'emozione può travolgere un argine impreparato o troppo debole, può arricchire una conquista (mi emoziono quando prendo dieci in italiano afferma ANGELO) o non trovare le parole per dire quello che si prova (come conferma la canzone scelta da MIRIANA) generando paure e lasciando desideri sospesi,

Le canzoni sono un forte veicolo emotivo, come i colori e i gesti. Scavalcano le difese vanno dritte al centro del sentire, non sono solo le parole, sono ritmi che muovono dentro una nuova consapevolezza "a volte un uomo è solo perchè ha in testa strani tarli, perchè ha paura del sesso o per smania di successo...l'amore è un'ombra che non mi lascia mai"(ci fa notare MICHAEL che in tre righe c'è tutto). C'è la vergogna che ti coglie impreparato e ti mette in difficoltà, ti fa sentire "sfigato e umiliato" costringendoti a ricostruire con gli altri la tua immagine e il rispetto. (ANGELO).

Gli ingorghi nelle vie della comunicazione per gli "stop" alle emozioni potrebbero bloccare la conoscenza di sé, la socializzazione e quindi la crescita e l'autostima. dipendente dal benessere emozionale e non dalla perfezione

Non c'è bisogno della "maschera", perché se diminuiamo la rigidità difensiva, che ci permette una sola possibilità il nostro corpo e la nostra mente avranno mille modi di mostrarsi adattandosi alle varie situazioni.

Dr Cristina La Rosa



didascalìa

Cinque video senza sonoro per comprendere cosa avviene dentro

I ragazzi hanno provato a leggere le emozioni

una scena al ristorante
una visita, una proposta
incontrarsi sul cornicione
mostrare i propri disegni
un bacio troppo in fretta

Ai ragazzi della succursale sono stati presentati alcuni brani tratti da film per loro poco noti. Le scene da banali a intriganti o insolite sono state visionate senza l'audio. I personaggi hanno recitato i loro ruoli senza che i ragazzi sentissero gli scambi verbali...eppure via via con sempre maggiore sicurezza, hanno individuato i caratteri della scena, i sentimenti in corso, le caratteristiche delle emozioni vissute dai protagonisti, i segnali che precedono un avvicinamento o un allontanamento. Invitati a riflettere su aspetti meno scontati del dialogo hanno colt-

o sfumature e circostanze capaci di anticipare gli eventi, di spiegarne i precedenti, di prevederne l'evoluzione.

Dalla rabbia trattenuta alla stanchezza, dall'ascolto più attento al ricordo, dall'imbarazzo al coinvolgimento...tutto è diventato comprensibile anche senza le parole. I baci non hanno tutti lo stesso significato e una proposta di matrimonio può nascondere altro se non è accompagnata da gesti coerenti. GABRIELE è molto sottile nel leggere le emozioni, ANDREA attentissimo ai dettagli,

LUCA è un ottimo regista e nel momento in cui SAMUELE deve improvvisarsi attore ed inginocchiarsi di fronte a LETIZIA per convincerla dei propri sentimenti..sa che è necessario un piccolo gesto in più. Le parole non bastano senza un gesto sentito.

Firma

il punto di vista dei ragazzi: come piacere agli altri e come piacersi

Conoscersi è indispensabile per piacere

Leggete, non c'è bisogno di alcun commento: le espressioni dei ragazzi sono più belle delle riflessioni degli adulti

"ero timida da piccola..ma adesso a scuola ho molti amici..sono una sognatrice, ma anche permalosa e nervosa, so ascoltare... ma mi piace chi mi fa ridere"(F:A)

"non posso definire cosa conosco di me, è un mondo ancora tutto da scoprire...ho alcune cose che so per certo, divertirsi non deve mancare e poi devi farti degli amici, loro sapranno come aiutarti, sempre"(F.S.)

"sono strana ma simpatica, scherzosa, suscettibile, arrogante, imbranata forse ma divertente ..mi dicono che sono una bambina, a volte, ..ma mi piaccio così come sono, sono semplicemente me stessa!!...mi piace chi sa dire la sua, chi non giudica, chi sa stare con una persona per quello che è"(L.D)

"non è facile parlare di se stessi...meglio parlare degli altri, ad esempio dei miei compagni che mi hanno reso più forte con il loro affetto e coraggio, quando ho passato i miei momenti difficili"(C.L.)

"ci sono pregi in me che hanno dei pro e dei contro: essere generosi, essere "intelligenti" o essere considerati un "ragazzo modello"...sono cose che ti rendono esigente,

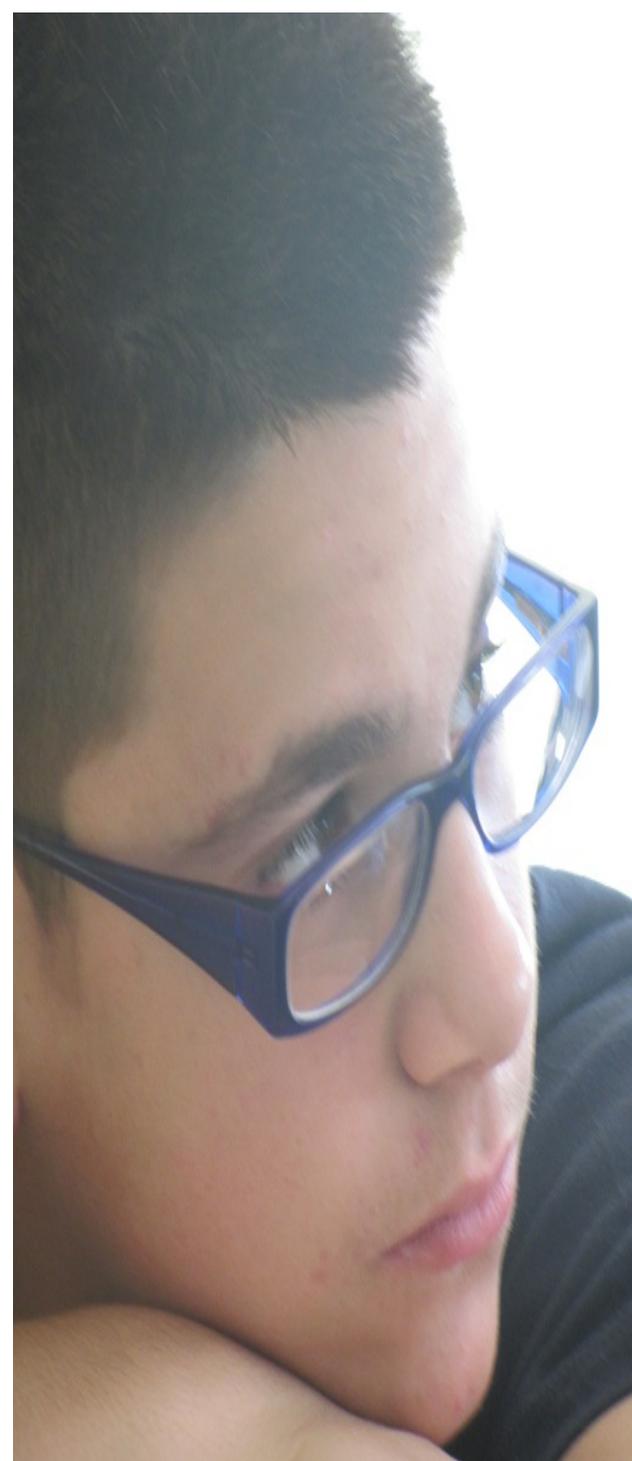
finisci per cercare negli altri le stesse caratteristiche!(G.G.)-

"mi emoziona prendere 10 in italiano, se una ragazza mi dice di sì, un appuntamento,...ma più di tutto mi emoziona quando finisce la scuola e si va tutti al mare"(A.V.)

"a volte non mi conosco, come se non potessi controllare alcune cose di me... mi piace cambiare look, vedere cosa ne pensano gli altri, non prestare attenzione alle cose che non fanno piacere, penso positivo, sono la persona più felice del mondo...ho scoperto che anche quando una persona ti piace ma solo da fuori, l'apparenza ti può ingannare, bisogna conoscerla, darsi un pò di tempo"(G.R.)

"per corteggiare bisogna accettarsi e poi accettare l'altro...gli elementi sono nel carattere e nell'aspetto: non stare troppo attaccati, risulta fastidioso; niente trucco eccessivo, spaventa; farsi notare con discrezione, essere disponibile ma non troppo o penseranno che ci provi con tutti; offrire qualcosa che rappresenti i tuoi sentimenti: ascoltare, osservare i suoi gesti, suscitare interesse e lasciare la voglia di rivederti...ma la prima uscita è meglio farla in gruppo e darsi tempo!!(L.D.)

"l'amore è come una farfalla si sciupa se lo tieni troppo stretto, vola via se troppo largo



Gli allievi delle terze classi profondità di uno sguardo

Il punto di vista del corpo e della mente *Trasformazioni e dubbi nella pubertà e nell'adolescenza*



Scuola Pestalozzi succursale

Con grande rispetto ma senza più attendere è iniziato con i ragazzi, uno scambio di informazioni per prendere coscienza dei propri comportamenti e delle risorse. Conoscere è il primo passo per muoversi, per poter scegliere, per decidere se affrontare, fuggire o a evitare una situazione.

Si è parlato di quello spazio fisico e psicologico che ci separa dagli altri e che va gestito sia che si voglia aprire, sia che non lo si voglia.

Ci sono i sorrisi così diversi di MARIALUISA, MICHAEL, NOEMI ANDREA, AGATA, la camminata "per attirare l'attenzione" improvvisata da ALAIN, ALESSANDRO e ALESSIO. le domande chiare di VALERIA.

Poi, la crescita del corpo e le nuove esigenze del pensiero, le curiosità, gli schieramenti tra mondo di lui e di lei. Nel feto, primo abbozzo di vita, maschile e femminile si sviluppano e differenziano dalla stessa base. Importantissima la conoscenza delle emozi-

oni che, uniscono mente e corpo, per trarne serenità e profitto nella vita relazionale così intensa in questi anni.

E si è giunti alla parola "regole" per mettere l'aggettivo, "necessarie", quando servono a migliorare la nostra vita e quella sociale.

Dr Cristina La Rosa

Inevitabile Eros Ramazotti e Giorgia

L'amore poi cos'è,
dammi una definizione:
combinazione chimica
o fisica attrazione.

se ti innamorarai sarà un incrocio di emozioni...inevitabile!!

Si dice amore quando si accende,
e tutto prende e fa cambiare...



Il Consultorio
Lo spazio giovani
Il corpo
Le curiosità
Le emozioni
L'attrazione



Scuola Pestalozzi succursale



La Salute
Le scelte
La prevenzione
Amare in
sicurezza
Il piacere
L'equilibrio

Abbiamo iniziato un percorso che ha bisogno di nuovi apporti e interlocutori: genitori e professori

Punto a capo : adesso la parola passa a tutti voi, per continuare il dialogo

Il sesso fa parte integrante di noi non trattiamolo come "ALTRO!" E' la prima provocazione/riflessione/precisazione che offriamo ai ragazzi.

"Effettivamente è come mangiare , bere, dormire; il sesso fa parte di noi e del nostro essere!" Per questo è importante sapere, per saper essere ! "A questa età spesso non sappiamo chi siamo!" Ribadiscono ancora i ragazzi. Per questo è importante ritagliarsi uno spazio per conoscere e per conoscersi. Cari genitori ed insegnanti una parola d'ordine dalla pedagista: S.V.S. = Semplicità, Verità Serenità non la lezione strettamente scientifica, dunque, non necessariamente: "Adesso parliamo di..." Ma a qualunque età, in qualunque momento della vita, in qualsiasi contesto (se ne avete occasione) parlate con i vostri "ragazzi" di sesso, amore, emozioni, coinvolgimenti e "SCONVOLGIMENTI" Ogni occasione è quella giusta per riflettere sulle proprie paure, insicurezze e per conoscere le proprie emozioni perchè solo riconoscendole possiamo domarle! Non vergognamoci dunque di parlare di sesso in maniera naturale e pulita affinchè sia praticata con consapevolezza e spontaneità la prevenzione attraverso l'uso di tutti i mezzi che oggi esistono. Che le nostre figlie pretendano il preservativo e facciamo comprendere agli uomini che indossarlo è un atto d'amore e di rispetto! Lo stesso rispetto che dobbiamo riconoscere a chi pur INDOSSANDO un corpo maschile dentro si sente donna o viceversa, così come una domanda segreta ci confidava: "Sono donna ma mi sento maschio, cosa faccio?!" "RISPETTO" Parola d'ordine rispetto, per se stessi e per gli altri, per come ci si sente e per come si sentono gli



altri, non vergogna non colpe, iin una parola conoscersi profondamente per accettarsi con consapevolezza, Essere sempre se stessi non per compiacere agli altri ma per PIACERSI. Parlare, chiarirsi perchè "Se riesci a tradurre in parole ciò che senti ti appartiene". Spesso parlare ci aiuta a capire meglio ciò che proviamo e tutto ci appare meno confuso. Ragazzi cercate sempre un adulto di cui vi fidiate, meglio se anche competente, per sfogarvi, confidarvi, chiarirvi o semplicemente parlare di tutti i dubbi ...avete visto quante BUFALE quanti falsi miti e quante informazioni deformate abbiamo smascherato insieme, rispondendo nel contempo alle vostre domande. Le più frequenti quelle sul "dolore " per la donna e sulla "lunghezza" per l'uomo ed a queste domande abbiamo chiarito insieme che basta la A di amore,,la B di beatitudine, la C di coinvolgimento, la D di dolcezza e...non ci sarà dolore, non sarà importante la lunghezza,

UNA SOMMA?

Antonino e Francesca ci ricordano che l'incontro tra il maschile e il femminile non è una semplice somma, non è un calcolo matematico, ma una svolta, un'opportunità con mille soluzioni e nessuna risposta preconfezionata. Ascoltiamoli!!

CHI SIAMO

La pedagista, dottoressa Gabriella Barrica, e la psicologa dottoressa Cristina La Rosa, vi hanno accompagnato in questo percorso. Lavorano presso il poliambulatorio dell'Azienda Sanitaria sito in Stradale San Giorgio 105, CATANIA, presso l'Ufficio di Educazione alla Salute e presso il Consultorio Familiare.

VI ASPETTIAMO

Gli incontri a scuola sono solo l'inizio di una conoscenza che può continuare nel tempo e arricchirsi.

Basta una telefonata al 095 09389759 per parlare con la psicologa e fissare un appuntamento o al 09509389787 per contattare la pedagista.

Il Mercoledì pomeriggio presso il Consultorio Familiare c'è il pomeriggio dedicato ai ragazzi (dalle 15 alle 18,30)