

Incontro con il dottor Alberto Pellai

## Vivere nella realtà per affrontare i rischi



Tra le tante occasioni di incontro che la scuola ha offerto nel corso del corrente anno scolastico, quella forse più significativa e che ha riscosso più successo in termini di pubblico è stata sicuramente la serata con il professor Alberto Pellai dal titolo "Pre-adolescenza e nuove sfide evolutive. Riflessioni per i genitori dei nativi digitali". Il professor Pellai è uno psicoterapeuta e scrittore di fama nazionale che è venuto nel nostro Istituto per incontrare i genitori nell'ambito di un progetto di continuità che ha visto coinvolte le classi prime della Secondaria di 1° grado e le quinte della Primaria.

Il professore ha invitato i genitori a riflettere sulle problematiche dei figli pre-

adolescenti di oggi, sottolineando come è fondamentale dare loro una "cornice" entro cui loro possano muoversi, esplorare e crescere. In questa fascia d'età il livello emotivo del cervello è sfasato rispetto a quello cognitivo, su cui ha il sopravvento, tanto è vero che il tempo del piacere è diverso da quello del dovere (quante volte i nostri figli ci dicono che il tempo davanti ai cartoni animati/videogiochi scorre velocemente mentre quello davanti ai libri sembra non passare mai!). In questa età la mente dei ragazzi è un vero e proprio cantiere ed essi devono essere "allenati". Il genitore deve fare da lobo frontale per i propri figli.

Il professor Pellai ha sot-

tolineato come, a volte, i genitori siano più preoccupati per l'incolumità fisica dei propri figli e meno per il loro sviluppo emotivo-cognitivo. Guai andare in bicicletta da soli in giro per la città: preferisco che stia davanti alla televisione o al computer, perché mi sembra un luogo più sicuro: lo è veramente? Vivere nella realtà, invece, aiuta il ragazzo ad affrontare rischi, a dover pensare alle conseguenze delle proprie azioni.

Non sempre far sentir bene il proprio figlio concedendogli quello che, magari, hanno già gli altri compagni sia in termini di libertà, significa anche fargli del bene, mentre è proprio questo lo scopo, la missione di noi genitori. Dobbiamo essere noi per primi che recuperiamo i significati delle cose: solo in questo modo saremo in grado di dare dei confini sicuri ai nostri figli e soprattutto di rimanere per loro dei punti di riferimento.

Queste ed altre riflessioni sono state alla base dell'intervento del professor Pellai, che ha tenuto "sul filo" la numerosa platea per tutta la durata dell'incontro, suscitando al termine anche molteplici domande.

Il giorno seguente, il professore ha incontrato gli alunni che hanno letto il suo libro, ma lasciamo a loro la parola.

F. Caraccio

Intervista

## La storia di una ragazzina che non si accetta



Giovedì 16 aprile, abbiamo incontrato il dottor Alberto Pellai autore, insieme a Barbara Tamborini, del libro "Il Diario di Miss...Ione" che nei mesi scorsi abbiamo letto e, traendo spunto da questa lettura, gli abbiamo rivolto alcune domande relative ai principali problemi dell'adolescenza.

**Dott. Pellai "Il Diario di Miss...Ione" è la storia di una ragazzina di dodici anni che non si accetta e che alla fine di un lungo percorso, riesce a trovarse stessa; fragili ed insicuri si nasce o lo si diventa?**

Ognuno di noi nasce con il suo carattere (timido, estroverso, determinato o insicuro) poi lo si può anche diventare in base agli incontri della vita, per esempio quando incontriamo un bullo o un prepotente che ci tratta male oppure anche a causa di tutti i messaggi che ci pervengono dalla televisione o dai giornali che ci propongono sempre immagini di persone bellissime, perfette e noi, pur essendo molto carini, non ci sentiamo all'altezza, ci sentiamo

inadeguati e non ci accettiamo.

**Per scrivere questo libro si è ispirato alla sua adolescenza?**

In parte sì perché l'ho scritto con mia moglie e Miss...Ione contiene quindi alcune domande relative ai principali problemi dell'adolescenza e in parte sono ispirati a racconti che fanno i ragazzi nei miei incontri come psicoterapeuta.

**Come spesso i nostri genitori ci ripetono, noi otteniamo tutto troppo in fretta e spesso non siamo soddisfatti di ciò che abbiamo; lottare per raggiungere degli obiettivi o conquistare delle cose, secondo lei, fortifica il carattere?**

Credo proprio di sì, quando si è bambini o preadolescenti fare un po' di fatica serve sempre, trovare tutto pronto non ci permette di allenarci e la crescita è proprio un allenamento per la vita. E' bello essere protetti, coccolati, avere tante comodità però a volte è molto importante fare fatica e cercare di acquisire competenze.

**Nel libro si capisce che Ione anche se all'inizio fa un po' fatica a parlare dei suoi problemi è comunque una ragazza molto attaccata alla sua famiglia. Quanto è importante il dialogo fra genitori e figli?**

Tantissimo, i genitori sono le persone più importanti della nostra vita, a loro dobbiamo dire tutto, come ci sentiamo e anche se si hanno genitori separati bisogna sempre tenere un dialogo attivo e molto vivo con mamma e papà.

**Ione, alla fine, fa delle sue imperfezioni il suo punto di forza; per piacersi bisogna avere anche una buona dose di ironia?**

Sì molto, ridere e sorridere ci aiuta ad accettarsi per ciò che siamo e ad affrontare la vita con maggior serenità, sicuramente chi sorride vive meglio di chi è sempre imbronciato.

**Che ruolo ha la scuola nel raggiungimento dell'autostima?**

Importantissimo perché nella scuola si incontrano amici, amiche e ci mettiamo continuamente alla prova per cui ottenere buoni risultati durante il nostro

percorso scolastico, inserirsi bene con i nostri compagni e professori ci permette di crescere e diventare persone migliori.

**Dott. Pellai, essendo lei uno psicoterapeuta, quali sono i principali problemi e pericoli dell'età evolutiva?**

Credo che il principale problema sia proprio quello di non accettarsi per come si è e quindi pensare di dover cambiare la propria programmazione genetica e naturale; altri problemi nascono quando in famiglia non si va d'accordo, ci sono conflitti tra i genitori e allora i ragazzi ne risentono e incominciano a stare male perché la crescita ha proprio bisogno di punti stabili e solidi.

**Nel libro importanti per Ione sono anche le amiche con le quali si confida e trova conforto nei momenti più difficili. I rapporti di amicizia quindi aiutano a crescere? E anche le delusioni degli amici?**

Come dice il proverbio chi trova un amico trova un tesoro ed è proprio vero perché gli amici ci rendono più bella la vita ma avere problemi con gli amici è inevitabile, in tutte le relazioni possono nascere delle discussioni però è molto importante, invece di litigare, cercare di trovare un accordo e uscire dalla crisi.

**Nel libro viene affrontato anche il problema del bullismo che purtroppo sembra un fenomeno in crescita nelle nostre scuole. Come mai si parla così spesso di bullismo e qual è il confine tra un semplice scherzo e il bullismo vero e proprio?**

Il bullismo è un fenomeno in crescita perché tutti vogliono essere potenti, le persone potenti hanno molto successo a volte senza aver fatto niente di più che essersi preso il potere. Il confine tra uno scherzo e qualcosa di più o il bullismo è che chi riceve lo scherzo deve divertirsi come chi lo fa, in pratica, se è divertente, si ride insieme in caso contrario se chi lo riceve ci rimane male o si sente mortificato, non si parla più di semplice presa in giro ma si rientra nel bullismo.

Michele Cacciabue  
Greta Boccadifuoco

L'incontro con il dottor Pellai

## Preadolescenza e nuove sfide educative

### Riflessioni per i genitori dei nativi digitali



peuta) e di due dei suoi quattro figli.

All'inizio come accoglienza c'è stata una mini recita tratta da un suo libro che va molto di moda tra noi rappresentanti della gioventù: il nome del libro è "Miss... Ione", il classico esempio di bullismo femminile (la recita però non era un granché).

Abbiamo poi letto una filastrocca definita da Pellai "antibullo" e poi l'abbiamo commentata insieme. Una cosa che mi ha davvero colpito il cuore è quando ha parlato di suo figlio Pietro; ci ha raccontato che un suo compagno (un certo Davide) gli diceva sempre che era grasso e che non valeva niente. Gli diceva anche che non doveva mangiare sennò ingrassava ancora. Un giorno, la maestra ha lanciato in classe un gioco e ha chiesto ad ognuno di immaginarsi come un animale: Davide è andato subito

da Pietro e gli ha detto che, se fosse stato un animale, sarebbe stato un maiale. Ora penso: che problemi affliggono Davide per portarlo a dire una cosa del genere?

L'altra cosa di cui abbiamo parlato riguardava sua figlia Alice, quando frequentava la prima elementare. In quel periodo aveva deciso di tagliarsi i capelli corti ed un bel giorno una "simpatica bimbetta" di nome Aurora le disse che con quei capelli corti faceva davvero schifo. Quindi, per tutte le elementari, Alice non si è mai più tagliata i capelli: l'ha fatto solo ora che è in prima media! Anche questa cosa mi ha molto colpito e mi ha fatto riflettere.

Pellai ha inoltre spiegato che se si è sotto bullismo non si riesce a raccontarlo perché si ha vergogna o perché si ha paura perfino di essere inadeguati vicini ai genitori. La parte fi-

nale è stata carina perché tutti noi potevamo fare delle domande riguardo al libro "Miss... Ione" che avevamo già letto in classe. La mia domanda è stata un po' quella che ogni scrittore vorrebbe o non vorrebbe sentirsi fare: ho chiesto se ci sarà mai un seguito di Miss... Ione e lui mi ha risposto che il libro ha avuto successo e che l'editore ci sta pensando.

Il bullismo sta diventando la "moda" del nuovo millennio; in alcuni casi molti ragazzi si accaniscono su altri ragazzi solo per sentirsi più forti o per apparire migliori agli occhi degli altri. A volte, i genitori dei bulli hanno le loro colpe: se vengono convocati a scuola per le azioni dei loro figli molto spesso chiudono gli occhi e li difendono sempre e comunque.

Questo è sbagliato e non aiuta i ragazzi a cambiare.

Francesco Gastini  
classe 5°B