

4.2

LA DIMENSIONE NARRATIVA DELLA MENTE: LE INTERVISTE NARRATIVE ONLINE COME STRUMENTO DI PREVENZIONE DEL DISAGIO ADOLESCENZIALE

Barbara B.* [1], Asaro M. [2]

[1] ASP Trapani SerD Alcamo - Alcamo - Italy, [2] Italy

Sottotitolo: Durante la pandemia da Covid 19, non essendo possibile lavorare con gli adolescenti nei C.I.C. in presenza, è stato necessario organizzare un lavoro in remoto, sia individuale che di gruppo, attraverso metodiche creative e coinvolgenti che permettessero di superare le difficoltà dovute al distanziamento

Immagino che la mente sia fondata non sulle microstrutture del cervello o del linguaggio, ma su quelle storie supreme, che costituiscono i modelli fondamentali del nostro agire, credere, conoscere, sentire e soffrire... La nostra mente è fondata nella sua stessa attività narrativa nel suo fare fantasia.
(Hillman 1984)

“La catastrofe pandemica ripropone prepotentemente condizioni incontrollabili di impotenza e di stress che favoriscono la lievitazione di risposte ansiose che, in accordo al modello di impotenza appresa, possono attivare un eccessivo rilascio di glucocorticoidi ed un’alterazione dei normali livelli di cortisolo che nel tempo aumentano la vulnerabilità a patologie stress-correlate. Sulla base delle evidenze emerse – rilevano gli autori - un valido piano di interventi per il controllo degli effetti della pandemia non può limitarsi alle problematiche della popolazione anziana o ai danni subiti dal mondo dell’economia e dell’occupazione, ma deve tener conto delle reazioni emotive ed affettive degli adolescenti! (2)

Dai dati raccolti in una indagine IPSOS, si stima che circa 34mila studenti delle scuole superiori, a causa delle assenze prolungate, rischiano di alimentare il fenomeno dell’abbandono scolastico. Con l’impoveri-

mento delle famiglie, poi, per molti lasciare la scuola significa divenire facile preda di sfruttamento lavorativo. Il 28% degli intervistati afferma che dal lockdown di primavera c’è almeno un proprio compagno di classe che ha smesso completamente di frequentare le lezioni. Il 7% afferma che i compagni di scuola “dispersi” a partire dal lockdown sono tre o più di tre. Il 35% ritiene che la propria preparazione scolastica sia peggiorata. Uno su 4 deve recuperare diverse materie. Per il 38% degli adolescenti la didattica a distanza è un’esperienza negativa. In generale la principale difficoltà è rappresentata dalla fatica a concentrarsi per seguire le lezioni online e dai problemi tecnici dovuti alla connessione internet/copertura di rete propria o dei docenti. Guardando alle dotazioni dei ragazzi, quasi il 18% dichiara di aver a disposizione un dispositivo condiviso con altri e l’8% si trova a frequentare le lezioni in una stanza con altre persone. Quello passato sembra sia stato un “anno sprecato” per il 46% degli adolescenti che, però, costretti a vivere in un mondo di incontri solo virtuali, hanno riscoperto il valore della relazione “dal vivo” con i coetanei. L’85% dei ragazzi intervistati afferma di aver capito quanto sia importante uscire con gli amici, andare fuori e relazionarsi “in presenza”. In un’età di cambiamento come quella dell’adolescenza, il tema delle relazioni personali è fondamentale e tra le “privazioni” che i ragazzi hanno sofferto di più, anche quella di non aver potuto vivere esperienze sentimentali importanti per la loro. Sembra che gli adolescenti si sentano esclusi dalle scelte per il contrasto alla diffusione del Covid, che li hanno visti penalizzati nell’interruzione delle attività scolastiche in presenza: il 65% è convinto di star pagando in prima persona per l’incapacità degli adulti di gestire la pandemia, mentre il 42% ritiene ingiusto che agli adulti sia permesso di andare al lavoro, mentre ai giovani non è permesso di andare a scuola. Stanchezza, incertezza e preoccupazione sono i principali stati d’animo che ragazze e ragazzi hanno dichiarato di vivere in questo periodo. E guardando al futuro, solo il 26% pensa che “tornerà tutto come prima” e la stessa percentuale ritiene che “continueremo ad avere paura”, mentre il 43% ritiene che anche dopo il vaccino, “staremo insieme in modo diverso, più online”. Quello che emerge a livello nazionale sembra essere un quadro desolante e preoccupante; per questo motivo abbiamo voluto vedere cosa pensano i nostri ragazzi del momento che stanno vivendo e dare loro voce attraverso lo strumento delle interviste narrative dove possono raccontarsi in maniera indiretta ed esprimere le loro paure e le loro emozioni. Le interviste narrative vengono intese come un “colloquio finalizzato alla raccolta

di storie". In quest'ambito vediamo l'operatore nel ruolo dell'intervistatore ed il soggetto nel ruolo di intervistato. Rispetto alle consuete tecniche di osservazione dell'individuo, le interviste narrative evidenziano delle particolari peculiarità: "sfuggono alla tradizionale classificazione delle modalità di conduzione dei colloqui" (3), che pone una distinzione tra intervista strutturata, semistrutturata e non strutturata ed inoltre sono caratterizzate dal ruolo attivo dell'intervistatore, che sceglie quando e come intervenire a sostegno del racconto con sollecitazioni che mirano di volta in volta a focalizzare, approfondire, amplificare il discorso. "L'intervistatore non ha un ruolo neutro ma partecipa alla costruzione del materiale di ricerca in modo consapevole per migliorarne la qualità e non stravolgere allo stesso tempo il contenuto" (3). L'etimo narrare (affine a gnarus che conosce, che è esperto) suggerisce la nozione di conoscere e di far conoscere le vicende che riguardano il narratore in rapporto agli altri, la sua vita nel mondo. La ragione per la quale narrare produce conoscenza, dipende dal fatto che narrare è una attività umana straordinariamente trasformatrice. Essa permette di trasformare il pensiero (ricordi, percezioni ed altri processi cognitivi) in parole, cioè in onde sonore, facendo diventare ciò che non è materiale in qualcosa di fisico che deve essere costruito apposta ogni volta dall'apparato fonatorio. Inoltre i suoni formano le parole che, a loro volta, sono inserite in un linguaggio, cioè in un sistema convenzionale di segni. Infine queste parole sono rivolte ad un interlocutore. Bruner (4) ha sottolineato come il pensiero narrativo riguardi le modalità con cui gli individui sviluppano una comprensione delle vicissitudini della propria esistenza. Il pensiero interiore, che per sua natura si presenta nella nostra mente in modo sincretico e ancora confuso, nel momento in cui diventa parola, si articola in una successione di suoni e di significati, si espone a dei vincoli culturali e dialogici che lo spingono a divenire più esplicito ed ordinato e ad assumere una forma riconoscibile, ispezionabile, comunicabile, interscambiabile. Tutto questo produce una nuova consapevolezza su ciò che intendiamo dire, cioè sul nostro pensiero e i nostri ricordi. Ecco perché raccontare aiuta a capire se stesso e gli altri. La co-costruzione del sapere e l'ascolto attivo sono strumenti fondamentali per fare emergere il vissuto personale, la comprensione narrativa di sé e la comprensione delle esperienze personali. Di seguito sono riportati alcuni spezzoni rilevanti rispetto all'esperienza dell'intervista narrativa e all'emergere di aspetti significativi delle emozioni e del disagio dei ragazzi. Alla domanda "In questo momento di pandemia si possono provare emozioni contrastanti. Puoi raccontarmi cosa vive secondo te un ragazzo della

tua età a causa del Covid?" Silvia di 13 anni narra: "in questo momento noi ragazzi stiamo vivendo un periodo di emozioni e sentimenti contrastanti. Passiamo da momenti di euforia, spensieratezza a momenti di infelicità e angoscia. Io quando ero a casa, i primi giorni, mi sentivo sola, oppressa dal fatto di non poter uscire. Poi però con il passare dei giorni e delle settimane iniziavo a sentirmi sfiduciata, sempre più sola, come se anche le persone a me care non mi capissero, come se parlassi un'altra lingua. Certo non erano loro il problema, ma ero io che cambiavo dentro di me, che stavo diventando sempre più arrabbiata, più arida. I miei compagni di solitudine sono stati tv e computer". Claudio allo stesso stimolo racconta: "a causa della pandemia ci sono normative molto severe e io penso che siano utili, ma costruiscono un muro per noi ragazzi. Non si può uscire, non si può giocare, ma soprattutto non ci si può vedere in faccia come una volta. È tutto più strano come se un macigno ci cadesse sopra. Alcune cose essenziali però le ho avvertite; la bellezza di incontrare i miei cugini e i nonni, la natura che sta meglio perché essendo tutti fermi nessuno la rovina. Il telegiornale non fa che parlare di morti che salgono e che scendono, di ricoveri, di posti letto mancanti, di assembramenti e di controlli". Infine per brevità riporto le parole di Laura che si esprime così: "una ragazza della mia età vive tante emozioni difficili che non capisce più nemmeno lei...anche se quella che prevale di più è la tristezza. Non è possibile fare tante cose che prima facevamo con spensieratezza. Tutte queste regole potrebbero portare anche ad un dolore immenso, un esaurimento nervoso, un'ansia assurda di ammalarsi e di trasmettere il Covid in famiglia. Io faccio preghiere, come penso tutti i ragazzi, per uscire da questa situazione, per potere di nuovo abbracciare i miei amici..." gli stimoli dati nell'intervista riguardavano molti aspetti della vita dei ragazzi, la scuola e la DAD, i loro sogni e i progetti futuri, l'amore e l'amicizia. Attraverso questa metodica abbiamo potuto constatare che l'intervistato, sentendosi ascoltato, accettato e compreso, può aprirsi ad una narrazione libera e ricca di connessioni. Questa modalità di intervista comporta anche un potenziamento dello sguardo autocritico, poiché avendo coscienza di sé, il soggetto è in grado di valutarsi, di mettersi in gioco nelle diverse situazioni, mantenendo la consapevolezza della propria specificità, ricchezza interiore, abilità, qualità, oltre che delle sue competenze e delle sue esigenze personali. Possiamo concludere che le narrazioni, come suggerisce Giuseppe Mantovani, allargano i confini del nostro mondo e permettono alle persone di collocare le proprie esperienze su uno sfondo più ampio e significativo. Come ci racconta una adolescente in una lettera

alla sua quarantena: “il Coronavirus ci ha tolto tanto e ci ha sconvolto in maniera permanente, ma mi chiedo se veramente abbia portato solo ‘distruzione nelle nostre vite. Perché se devo essere sincera, il tempo ‘in più’che la pandemia ci ha donato mi ha permesso di scoprire lati di me stessa che prima ignoravo... ho dis-seppellito la mia parte solitaria, scoprendo che a volte il silenzio può esserti amico.”(5)

Bibliografia

- 1) J. Hilman *Le storie che curano* Raffaello Cortina Milano 1984
- 2) P. Smirni, G. Lavanco, D. Smirni, “Anxiety in older adolescents at the time of Covid-19” Dipartimento di Scienze dell’Educazione, Università di Catania, Dipartimento di Psicologia, Scienze dell’Educazione e Movimento Umano
- 3) R. Atkinson *L’intervista narrativa*, Raffaello Cortina Editore, Milano 2002
- 4) J. Bruner *Actual minds, possible worlds* Cambridge, MA:Harward University Press 1986
- 5) Mari Albanese *Lettera di un’adolescente dalla sua quarantena in il Sicilia.it*, 2/6/2020