



# Sei di Sesto

N. 5 anno XI, giugno 2019

*Ed eccoci ancora una volta alla fine di un anno scolastico, cari Lettori.*

*Troverete in questo numero di giugno gli ultimi articoli scritti dai giovani redattori della nostra scuola: piace rilevare che si tratta di contributi assai ricchi di humanitas, di sensibilità e di profondità, adattissimi ad una riflessione conclusiva su questo anno che si sta per chiudere e di cui siamo invitati a fare un bilancio.*

*In attesa di risentirci presto, Vi auguriamo una bella e felice estate!*

*La Redazione*

## La mia esperienza e la scuola in ospedale

Ciao, sono Gaia. Ho 14 anni e abito a Somma Lombardo. Sono una ragazza solare ed è proprio il mio carattere da 'leoncina' che mi ha aiutato a superare i momenti difficili, come l'esperienza che sto per raccontare.

### 1. La mia storia

La mia storia inizia nel luglio 2016, quando sono iniziati i sintomi della prima malattia. Dopo vari esami al Regina Margherita di Torino mi è stato diagnosticato il Linfoma di Hodcking, una forma di tumore che colpisce il sistema linfatico e quindi i linfonodi. Per curarlo ho dovuto fare 6 cicli di chemioterapia e 15 sedute di radioterapia. In questo periodo di cure, essendo l'ospedale lontano da casa, mi è stato proposto un alloggio insieme a mamma a 1 km dall'ospedale: Casa UGI. Ero in seconda media e dovevo tenere il passo con la mia scuola, la quale ha mandato il programma alla SIO, cioè la scuola in ospedale. È un'organizzazione efficiente di insegnanti delle scuole elementari, medie e superiori.

Dopo aver finito le cure, ormai a giugno nel 2017, sono tornata a casa e finalmente ho ricominciato a vivere più o meno come prima; facevo i controlli una volta al mese, poi una volta ogni due mesi... e sembrava che andasse tutto bene, finché ad agosto, in un controllo, hanno verificato la presenza di un'altra massa tumorale benigna nel polmone sinistro. Dopo la seconda biopsia, sempre a settembre, hanno diagnosticato l'Iperplasia Linfoide Nodulare. Purtroppo non c'è una cura per questa malattia, ma fortunatamente essa si è dissolta con il tempo. Ora non ho più nulla e sto bene, ma devo comunque fare i controlli ogni 3-4 mesi.

## 2. La SIO

La Scuola In Ospedale mi ha aiutato molto; gli insegnanti sono comprensivi e mi hanno aiutata nelle difficoltà, un po' come in una scuola 'normale'. C'è però una sostanziale differenza; le lezioni si svolgono individualmente in 3 diversi modi, in base a dove ci si trova:

- In auletta, quando non si è né ricoverati né c'è da fare un controllo
- In reparto se si è ricoverati o in day hospital
- In ambulatorio se si ha un controllo da fare

Per la maggior parte delle volte io facevo lezione in reparto o in day hospital e una volta finite le cure sono passata in auletta; ma la SIO non è presente solo in ospedale, bensì è anche un servizio domiciliare. Questo di solito si verifica se si ha la residenza vicino all'ospedale dove il bimbo/ragazzo è in cura. Gli insegnanti venivano anche a casa UGI, però solo il pomeriggio, perché al mattino lavoravano in ospedale. I materiali vengono presi dalla scuola collegata all'ospedale, nel mio caso l'Istituto Comprensivo Peyron.

## 3. La conferenza a Roma e l'incontro con il ministro Bussetti

Il 15 maggio 2019 sono andata a Roma per la conferenza sulla presentazione del nuovo portale nazionale per la scuola in ospedale e domiciliare. Sono stata chiamata a testimoniare, presentando la mia storia e parlando di come la SIO è entrata nella mia esperienza, un po' come ho fatto per questo articolo.

Alla conferenza erano presenti la dirigente dell'istituto Peyron di Torino, Tiziana Catenazzo, il ministro dell'istruzione, Marco Bussetti, il pediatra Alberto Villani e la mamma di una ragazza, che non era riuscita a essere presente, per testimoniare, come me. La conferenza è durata circa un'ora ed è stato presentato il portale nazionale sul sito della Miur (Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca) e le linee guida per chi volesse iscriversi.

Ecco, ci siamo: ora sapete la mia storia. Per me è stata un'esperienza insolita e la riassumerei in due parole: **forza e unità**. Sono gli stessi valori che si dovrebbero applicare nella vita di tutti i giorni ed è proprio dopo certe esperienze che si capisce quanto esse siano importanti.

*Gaia Di Netto Tempesta, IAL*

## Psicologia, comunicazione e vita quotidiana

In psicologia non ci sono solo autori da studiare, dati da imparare, conoscenze da ricordare per l'interrogazione. Non studiamo solo dati e teorie astratte o lontane dalla realtà.

C'è una parte dello studio della psicologia che riguarda la vita di tutti i giorni e ci permette di accorgerci di comportamenti che attuiamo senza neanche renderci conto perché fatti automaticamente. La psicologia in sostanza spiega come funziona la nostra mente, come cataloga le molteplici informazioni che ogni giorno inglobiamo e - cosa più importante- ci aiuta a comprendere gli altri e noi stessi.

Una parte importante della psicologia è dedicata allo studio della **comunicazione**.

Nel 1967 Paul Watzlawick, in uno dei suoi più noti testi *La pragmatica della comunicazione umana*, individua **cinque assiomi**, cioè cinque principi che sono presenti in ogni scambio comunicativo. Ci fa piacere farli conoscere proprio perché hanno a che fare con le esperienze di vita di ciascuno.

Analizziamo il primo assioma: vi è mai capitato di trovarvi su un aereo, stanchi e affaticati dopo un lungo viaggio, e di dover fare i conti con un vicino di posto invadente che vuole a tutti i costi attaccare bottone? Come vi siete comportati? O come vi comportereste? Watzlawick con il primo assioma dice che **non si può non comunicare in quanto non si può non assumere un comportamento**. Quindi, il passeggero dell'aereo che vorrebbe semplicemente essere lasciato in pace, di fatto non può non comunicare, perché anche il semplice dire che non si ha voglia di parlare o che si è stanchi, il fingere di aver sonno o di non star bene implica una comunicazione: **comunico che non voglio comunicare**.

Il secondo assioma afferma che **ogni comunicazione ha un aspetto di contenuto e un aspetto di relazione** in modo che il secondo classifica (cioè consente di decodificare) il primo. Questo significa ad esempio che se faccio una battuta che però viene presa sul serio, potrò dire che stavo solo scherzando per spiegare il modo in cui la mia frase andava intesa. Quante volte ci capita di dire o sentir dire "stavo solo scherzando", "era solo una battuta" e sentire la tensione allentarsi?

Il terzo assioma afferma che **la natura di una relazione dipende dalla "punteggiatura"**, cioè dalle sequenze di scambi comunicativi tra i comunicanti. Un esempio di quanto la punteggiatura sia importante è stato riprodotto in classe con il *role playing*: due ruoli sono stati affidati a due alunni, uno svolgeva la parte del marito e l'altro della moglie. La moglie gridava al marito dicendo "urlo perché non porti mai fuori la spazzatura", mentre lui rispondeva dicendo "io non porto fuori la spazzatura perché tu stai urlando": entrambi credevano di rispondere agli atteggiamenti dell'altro e di non provarli.

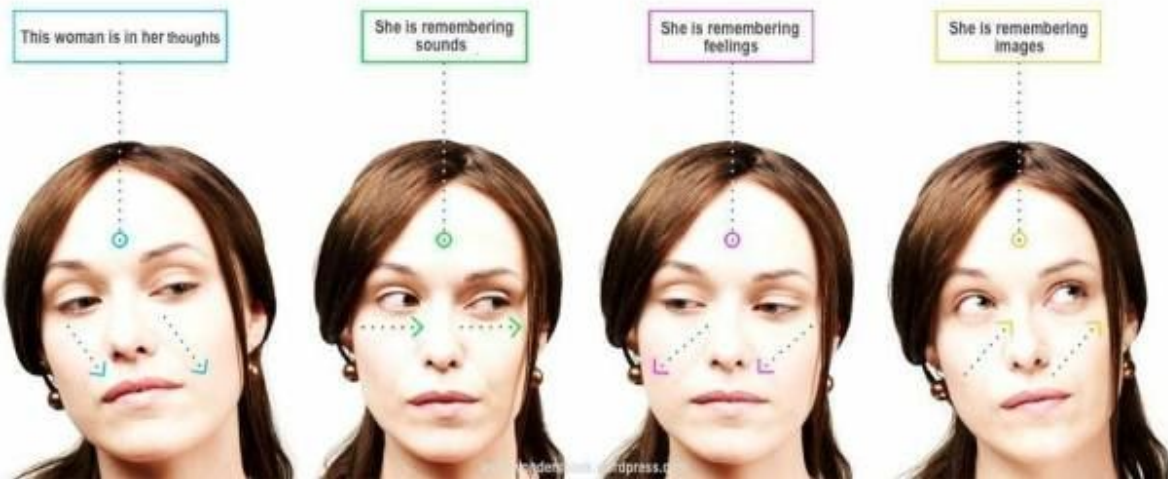


La punteggiatura spiega bene la cosiddetta *Profezia che si autodetermina*, teoria in base alla quale siamo in grado di trasformare in realtà i nostri pensieri semplicemente perché i comportamenti che mettiamo in atto sono in linea con tali pensieri. Facciamo un esempio: nella comitiva di Giulia entra a far parte Martina. Dalla prima volta che l'ha vista e senza un motivo particolare, Giulia pensa che Martina sia inaffidabile e malvagia. Non le piace. Nella sua mente c'è l'idea che Martina sia odiosa e si aspetta che prima si manifesterà per quella che "realmente" è. In linea con tali pensieri, Giulia mette in atto comportamenti nei confronti di Martina caratterizzati da diffidenza e antipatia (potrebbe ad esempio non invitarla alla sua festa di compleanno, parlare male di lei con gli altri ed evitarla in generale durante le uscite in gruppo). Martina in effetti ad un certo punto potrebbe comportarsi in maniera odiosa nei confronti di Giulia così come Giulia aveva da sempre pensato (e "profetizzato"), ma siamo sicuri che ciò sarebbe in linea con la "vera natura" di Martina o piuttosto potremmo pensare che Martina starebbe semplicemente adeguandosi o rispondendo ai comportamenti che Giulia per prima ha messo in atto?

Il quarto assioma afferma che **gli scambi comunicativi sono simmetrici o complementari**. Sono simmetrici quando riguardano due persone che si trovano su uno stesso livello di relazione (ad esempio due amiche o due fratelli), mentre sono complementari quando riguardano due persone che si collocano su livelli diversi per il ruolo che ricoprono (ad esempio genitore e figlio, medico e paziente, insegnante ed alunno). Pensiamo alla differenza tra il dover raccontare un episodio particolare, come ad esempio aver fumato una sigaretta, alla propria amica del cuore (che probabilmente capirà), al medico (che potrà illustrare gli effetti del fumo sulla salute) e alla mamma (che rimprovererà). L'unica persona da cui si sentiremmo veramente ascoltati sarà probabilmente la nostra amica, perché con il medico non c'è una relazione affettiva profonda, mentre con la mamma ci sarà una comunicazione molto tesa in quanto lei probabilmente si infurierà e noi ribatteremo con le nostre motivazioni.

Il quinto ed ultimo assioma afferma che **gli esseri umani comunicano sia con il linguaggio analogico (verbale) sia con il numerico (non verbale)** in particolare utilizzando gesti, segni, espressioni e anche diversi movimenti del corpo. Quando, ad esempio, siamo attraversati da un'emozione forte, è difficile non manifestarla. Magari è più facile dissimulare l'emozione se ci limitiamo a scriverla perché per utilizzare il linguaggio verbale è sufficiente conoscere le regole della grammatica. Ma, quando abbiamo una relazione diretta con qualcuno, diventa difficile mentire perché **il nostro corpo parla anche se noi non lo vorremmo**.

*Gloria Balzarini e Greta Guaralda, 2BS*





## Pillole di “consapevolezza” a scuola

*“A volte mi capita di fare Mindfulness anche a casa, mi aiuta a rilassarmi e a concentrarmi nello studio”. (Daniele, 2AS)*

*“La facoltà di richiamare volontariamente l'attenzione che divaga, più e più volte, è la radice stessa della capacità di giudizio, del carattere e della volontà. Un'istruzione che potenzia questa facoltà dovrebbe essere considerata l'istruzione per eccellenza” (William James)*



La *Mindfulness* proviene da un'antica pratica indiana detta “sati” che in lingua Pali significa consapevolezza, attenzione e ricordo: attraverso la respirazione e l'attenzione agli stati interiori ed esteriori, è possibile concentrarsi sul presente ed allontanare pregiudizi e preoccupazioni.

Oggi anche il mondo Occidentale sta rivolgendo attenzione alla *Mindfulness*. Alcuni ricercatori delle università americane si stanno occupando di rilevare in modo più scientifico gli effetti di questa pratica sulla psiche umana e hanno scoperto che, ad esempio, ha effetti benefici per il trattamento di depressione, disturbi d'ansia, traumi, disturbo da deficit di attenzione e iperattività. Pare inoltre che la meditazione, favorendo la concentrazione, abbia degli effetti positivi sullo studio e sull'approccio alle conoscenze. Come afferma Wax, *“sembra che la meditazione di consapevolezza ridisegni i percorsi neurali, accrescendo la densità e la complessità delle connessioni, nelle aree associate alle abilità emotive (come attenzione, autoconsapevolezza e introspezione) e in quelle legate alle competenze delle aree correlate all'ansia, all'ostilità, alla preoccupazione e all'impulsività”*<sup>1</sup>

La mia classe ha avuto occasione di sperimentare la *Mindfulness* con la Dott.ssa Policastro e di seguito descriverò alcuni aspetti del percorso\*. La pratica ha inizio dalla posizione seduta su tre punti di appoggio (bacino e piante dei due piedi), si chiudono gli occhi e l'attenzione viene concentrata sul flusso della respirazione. Successivamente vengono proposte attività esplorative e movimenti nello spazio: oggetti di uso comune vengono toccati e conosciuti come se fosse la prima volta. Durante un incontro l'attenzione è stata focalizzata su una sequenza di dieci cose di cui essere grati in quel preciso momento. In alcune occasioni è stato possibile assaporare dei cibi (*Mindfuleating*) e scoprire ad esempio come un chicco d'uva può essere inteso non come semplice nutrimento ma occasione per fare esperienze con tutti i cinque sensi. Il progetto *Mindfulness* è stato quindi l'opportunità di approcciarsi alle esperienze quotidiane con la stessa curiosità che, come ci ha suggerito la dottoressa, avrebbe un alieno alle prese con la vita terrestre.

Questo percorso esperienziale è stato per me molto importante e profondo. Sono molto affascinata dagli studi sulla percezione e sulle esperienze che stimolano a vivere con la consapevolezza che quello che conosciamo con i sensi non è una verità assoluta ma è in parte mediata dai nostri pensieri, dalle nostre conoscenze ed esperienze.

*Maria Di Pietro, 2 AS*

---

<sup>1</sup> *1 Cfr. R. Wax, Mindfulness per chi è a pezzi, Mondadori, Milano, pag. 88.*

\* Il percorso di cui parla la studentessa è stato proposto alla classe 1AS (oggi 2AS) nell'a.s. 2017/2018

## Lo Straniero



*Dopo l'11 settembre il dialogo è più che necessario: per svuotare i giacimenti di odio e di diffidenza che rischiano di avvelenare gli animi, di alimentare il terrorismo.” (Andrea Riccardi)*

.....e affinché si possa dar luogo e voce a questo dialogo è necessaria una vita d'esperienze vissute, un gruppetto di persone (ne basterebbero, tutto sommato, due) e, fondamentale per la comunicazione, il rispetto reciproco delle parti.

Queste le regole, e per i contenuti?

Quali temi, se non la politica ed i grandi cambiamenti globali, si offrono quotidianamente ad un discorso in continua evoluzione?

Anche a causa delle trasformazioni sociali ed economiche, nella nostra vita si stravolgono le abitudini, ci si rende conto che il mondo è molto più interconnesso di quanto appaia e che non si è mai, dopotutto, completamente soli.

Eppure, capita di imbattersi in discorsi lontani dal buon senso comune, in pensieri restrittivi e d'isolamento, generalizzazioni e astrazioni non sempre veritiere.

'Aria fritta', insomma.

Per questa e per altre preoccupazioni quotidiane, io, **Alessandro Silvestri** e 'lui', 'lo straniero', **Youssef Ben Tabhet**, entrambi **alumni della 5BS**, abbiamo voluto tenere un incontro con il resto della nostra classe per discutere, o meglio dialogare, su uno fra i temi più fortemente e tristemente sulla bocca di molti: il terrorismo, l'immigrazione e la cultura islamica.

Per usare un'altra parola: la **Diversità**.

Una volta che i ragazzi hanno preso posto a sedere, ho iniziato io, Alessandro, presentando il dramma moderno del terrorismo islamico.

Innanzitutto, grafici e mappe d'aree geografiche riguardanti i territori d'azione militare di Daesh, per molti denominato ISIS, il nome dell'organizzazione jihadista salafita attiva in Siria e Iraq con al vertice la figura (e l'ombra) del califfo Al-Baghdadi, con capitale Raqqa.

Una breve ricerca storica delle origini e delle caratteristiche principali di questa organizzazione militare, come la *radicalizzazione estremista* e l'uso della *violenza* come mezzo per esercitare il controllo, per poi passare nel dettaglio alla situazione odierna

Trattandosi d'un fenomeno non solo locale ma transnazionale, la "lezione" s'è focalizzata sulla *silhouette* e sull'identità del terrorista presente sul suolo europeo e non: riconoscendo come dato comune e significativo il fatto che nessun attentatore era incensurato per le autorità, abbiamo presentato il volto e il profilo di questo individuo.

Situazioni di emarginazione sociale causano sfiducia e comportamenti *borderline* che poi sfociano in atti d'illegalità, in equilibrio precario; una volta smarriti i valori concreti della propria cultura d'origine ed estranei ai valori della società occidentale, ha luogo la radicalizzazione estremista del terrorista.

Attraverso la presunzione d'essere gli unici portatori della Verità, la violenza diviene così legittimata, anche se si traduce non in atti di conversione bensì in odio e paura, morti e stragi.

Secondo la visione della costruzione sociale dello Straniero esposta da Dal Lago, i pregiudizi e gli stereotipi **confondono questa realtà con la condizione di profugo**, si tende a orientare il senso comune verso una generalizzazione di immigrato legata indissolubilmente allo *status* di criminale, i cui crimini diventano più rilevanti, favorendo il processo di espansione del terrore. La paura ed il clima di tensione rischiano di aumentare, così come le operazioni di esclusione, la chiusura dei confini.

Daesh guadagna notorietà e comunica attraverso la rete ogni sua rivendicazione.

La voce si diffonde, la diffidenza dell'estraneo si concretizza in uno scontro culturale.

Ci vorrebbe invece un confronto aperto fra un ipotetico "Noi" e "Loro".

L'esperienza del vero dialogo si vive ogni giorno, nel modo di pensare e di porsi all'altro come esseri umani, liberi di scegliere se ascoltare chi non parla la nostra stessa lingua. Il vero dialogo è di chi ascolta e di chi parla, di chi conosce e di chi si apre, rivolgendosi la parola, al di là dell'indifferenza.

La parola è passata poi a Ben, che ha accompagnato la classe narrando di come l'immigrazione sia un fenomeno talmente umano da non potersi definire esclusivamente recente, visto che la storia del Mediterraneo ci narra di continuo di persone che giungono via mare, da Ulisse fino ai nostri giorni.

Ha deciso di proseguire il dialogo 'verticalmente', spezzando la tradizione del punto di vista esclusivamente occidentale e introducendo il suo personale punto di vista, oggettivo per i dati storici, soggettivo per le esperienze personali.

Il suo sentimento di nostalgia della sua terra, la Tunisia, s'è prestato come la più sincera e intima testimonianza del suo essere straniero.

Il fenomeno della violenza terrorista è stato poi analizzato come un fenomeno comune a tutti gli schieramenti in un clima di tensione: Brenton Tarrant uccide 49 fedeli mussulmani in una moschea



della Nuova Zelanda; ci sono difficoltà di coesione sociale e punti critici nei sistemi di Regno Unito e Francia; si notano difficoltà dei sistemi istituzionali d'inclusione sociale, alternati da fenomeni di esclusione e di integrazione spesso connessi a questioni di religione: in alcuni Stati, nei luoghi pubblici è vietata l'affissione di qualsiasi simbolo sacro, mentre in altri è permessa e tutelata la libertà di indossare il velo senza restrizioni.

Attraverso un video di YouTube di due ragazze mussulmane che discutono sulla libera scelta di portare il velo, Ben ha chiuso il confronto verticale e si è aperto ad un discorso 'orizzontale' dove qualsiasi domanda o curiosità dei suoi compagni sulla sua cultura avrebbe ricevuto una risposta sincera.

Abbiamo così terminato l'incontro creando uno spazio condiviso dove poterci parlare e conoscerci meglio. Penso e sono convinto che in tutti noi c'era la consapevolezza del rispetto reciproco oltre alla naturale curiosità.

Ho constatato che il tema dell'immigrazione viene trattato sempre da un'unica parte (dalla società di accoglienza) senza dare spazio alla controparte, così ho voluto presentare un altro punto di vista, quello dell'immigrato. Io stesso ho espresso alcune mie opinioni riguardanti queste tematiche. Secondo me, l'integrazione dipende in gran parte dalla politica di accoglienza che le istituzioni attuano: intendo dire che, se una società riserverà un'accoglienza fredda al nuovo arrivato, anche il suo inserimento nel nuovo Paese sarà più complicato e ciò avrà come conseguenza diffidenza e incomprensioni.

Un altro tema spinoso è quello dei media che con la loro abile propaganda influenzano la loro opinione, le menti. I media, insieme agli emergenti partiti "populisti", stanno attuando energicamente una politica di demonizzazione e di diffamazione nei confronti degli immigrati e delle religioni, raccontando spesso vicende sgradevoli che riguardano però una sola piccola parte di essi, cercando di estenderle a tutto l'insieme. Spesso sono anche poco sinceri sui dati reali dell'immigrazione.

Grazie all'aiuto della **professoressa Cintorino**, pensiamo di aver affrontato il tema nel migliore dei modi, facendo un'esposizione semplice e diretta, tramite uso anche di materiale audiovisivo per facilitare la comprensione. Abbiamo anche modificato, durante e dopo la discussione, la nostra opinione sul tema del velo. All'inizio, ogni persona presente in aula pensava che il velo, il tipico copricapo mussulmano, fosse un'imposizione alla donna da parte di "poteri superiori", come la famiglia o il marito, ma ci è stato spiegato che la questione del velo è un tema che deve affrontare individualmente e liberamente la donna senza nessuna influenza esterna. Inoltre, abbiamo scoperto che la religione consiglia di portarlo, ma mai imporlo forzatamente all'individuo in questione.

Infine, abbiamo analizzato la questione del velo nelle scuole francesi. Il modello di laicità francese, tramite la rimozione di ogni simbolo religioso dalla scuola, è in grado di garantire l'uguaglianza di tutte le religioni e degli individui davanti allo Stato.

Siamo rimasti molto sorpresi dalla grandissima attenzione della classe nei confronti del progetto. Non ci aspettavamo un'attenzione così elevata e una grandissima partecipazione.

Vogliamo ringraziare calorosamente la classe e la Professoressa Cintorino per la loro disponibilità e per il loro sostegno al nostro progetto.

*Alessandro Silvestri e Youssef Ben Tabhet, 5BS*

### Toska

Non aver paura di mostrarti per come sei.  
Per come Dio ti vedrebbe,  
per come la parola amore  
ti significa ancora un brivido lungo il corpo  
se è la corona che vesti per la vita.  
Non avere paura di perderti da dove sei,  
il tuo tempo è una sola via,  
è una ricerca d'un nuovo giorno  
e l'amore sono le orme dei tuoi passi  
che sono stati percorsi.  
Non aver paura di nascondere le tue ferite  
agli occhi del mondo,  
i tuoi toska,  
la tua pelle le ricopre e solo tu puoi vederle  
quante volte ti capita di sentirti intrappolata  
dietro una maschera,  
in un aspetto che cambia,  
in un corpo che appassisce e sboccia  
quando sai che stai per perdere il fiato,  
il respiro,  
il fragile e gravido calore del tuo cuore.  
Ascolta: l'amore sarà banalmente volersi  
uno di fronte all'altro nudi  
e, seppur stanchi, riuscire a toccarsi le labbra,  
entrare dalla gola  
e, baciando una sfumatura del silenzio,  
dimenticare  
di non aver mai avuto paura della sincerità.

*(poesia di Alessandro Silvestri, 5BS)*

Arrivederci all'anno prossimo!  
La redazione