

# IL DIALOGO APERTO COME ESPERIENZA FORMATIVA

Di Giovanni Ruviero

## **Dalla Finlandia l'esperienza psichiatrica del Dialogo Aperto**

Nell'ambito della crescita personale è stata definita una modalità con cui si possono affrontare situazioni di difficoltà e delusioni. Essa dimostra che si può imparare attraverso il dialogo con altre persone. Varie esperienze che provengono da correnti di studio come psicologia, psichiatria, pedagogia, filosofia portano avanti una teoria e una ricerca applicata sulla efficacia della comunicazione con il metodo del “**dialogo aperto**”. In Finlandia è stato sperimentato come una nuova terapia psichiatrica, psicologica e sociale rivolta alla famiglia allargata alla rete degli amici e conoscenti. Si tratta di organizzare incontri con la famiglia allargata ad altri partecipanti che formano così un gruppo di approfondimento diretto da due terapeuti. Il gruppo si costituisce e dialoga in modo che ognuno possa esprimersi in base al tipo di relazioni che sono presenti, in questo modo si può far emergere il diverso peso di aspetti che legano la vita delle persone, ma ciascuna con le proprie diversità. Si potrà comprendere la complessità dei significati diversi che ci sono all'interno degli scambi tra le persone che possono generare fraintendimenti, incomprensioni, difficoltà, conflitti.

Nel 1987 viene avviata una sperimentazione in Finlandia su persone che presentano la prima crisi psicotica acuta con un nuovo metodo chiamato "Dialogo Aperto". I due operatori coinvolgono la famiglia che viene allargata alla partecipazione di amici e di altre figure di riferimento direttamente a casa. La sperimentazione ha prodotto risultati molto positivi per le persone e le famiglie, inoltre si sono ridotti i Trattamenti sanitari obbligatori, si sono usate dosi basse di psicofarmaci, i ricoveri sono diventati molto più brevi. Dal 2011 questo metodo è stato adottato anche in altre nazioni, Norvegia, Germania, Danimarca, Inghilterra. Nel 2014 è stato introdotto negli Stati Uniti d'America e in Italia. Il Ministero della Salute ha finanziato la formazione di operatori di alcuni Dipartimenti di Salute Mentale, uno per ogni regione, tra quelle che hanno deciso di aderire al metodo. Nella regione Emilia Romagna si sono formati alcuni psichiatri del DSM di Modena che hanno iniziato gli interventi e sono in grado di diventare docenti per gli operatori di altri DSM. Nella pratica dei servizi psichiatrici viene accolta la telefonata di un familiare che riferisce i problemi di un componente in crisi acuta. Si stabilisce al telefono un appuntamento a casa della famiglia entro 24 o 48 ore in cui siano presenti oltre ai familiari anche altre persone che possono essere coinvolte per una serie di incontri. Si informa che vi saranno due operatori per avviare l'intervento di Dialogo Aperto. Nel momento dell'incontro inizia una comunicazione nel gruppo familiare allargato in cui al primo posto viene posto l'Ascolto. Esso va sviluppato affinché diventi via, via più profondo, partecipato, con l'immedesimazione con l'altro, con empatia, senza giudicare, senza pregiudizi. Infatti da questo atteggiamento rivolto a comprendere si crea una sintonia che può aprire a domande che aiutano tutti a chiarire, a non tralasciare aspetti che possono essere fraintesi, a comprendere e dare un significato condiviso. In questo modo acquista un senso sia il modo in cui la persona in crisi parla e agisce. Il Dialogo Aperto poi prosegue col decidere insieme anche la scelta delle soluzioni ai problemi proposta dai due operatori.

**A - II DIALOGO APERTO ESPERIENZA RELAZIONALE DI GRUPPO.\***

Si può crescere, imparare, cambiare attraverso una relazione che attiva le conoscenze, forma nuovi punti di vista e genera cambiamenti, così si crea un aiuto reciproco verso prospettive nuove e una maggiore autonomia. Infatti l'apprendimento avviene con la partecipazione diretta, con il coinvolgimento in una esperienza complessiva con il corpo, le emozioni, i desideri, il ragionamento. Si usano tutti gli elementi della relazione e delle potenzialità personali di ogni partecipante. Ognuno può attivare la sua riflessione su se stesso, sugli altri, sulla situazione. Poi con il contributo degli altri può ascoltare altri punti di vista, fare verifiche per sentire il senso del controllo dell'esperienza che si sta facendo. È importante all'inizio che ognuno si esprima su quale sia l'obiettivo da raggiungere cioè la ricerca di prospettive su un problema. Poi vi è una seconda condizione di partenza, condividere i principi che definiscono le persone e la vita. Può essere utile discutere e condividere una visione che afferma, "...la vita umana autentica è dialogo a risposta libera. La vita è di per se stessa dialogica: vivere vuol dire partecipare al dialogo, fare domande, ascoltare con attenzione, rispondere, concordare, agire, e così via. In questo dialogo la persona partecipa appieno e per tutta la vita: con gli occhi, le labbra, le mani, il pensiero, le emozioni, con tutto il corpo e con azioni. Investe l'intero suo Sé nel discorso e questo discorso attraversa il tessuto della vita umana e del mondo" (M.Bachtin, in Seikkula J.,14).

Nel dialogo aperto è fondamentale ascoltare l'altro. Perciò vanno evitate quelle modalità di ascolto che sono inadeguate, per esempio ascoltare soprattutto se stesso per dare in fretta una risposta, oppure ascoltare per riuscire a bloccare il discorso dell'altro perché non si è d'accordo. Invece vi sono modi costruttivi di ascolto:

- a) ascoltare apertamente per capire con chiarezza e non fraintendere i significati,
- b) ascoltare profondamente osservando il linguaggio del corpo, del viso e dei gesti, infine
- c) ascoltare con immedesimazione, empatia e vicinanza per capire come essere di aiuto all'altro.

Ogni persona è presente con il corpo, le emozioni, i desideri, il ragionamento, i principi di vita che ha scelto e va accolta interamente nella sua complessità e unicità vivente. Come individui umani siamo esseri relazionali, nasciamo nelle relazioni e tutte le altre esperienze in cui viviamo si concretizzano nel contatto, nella vicinanza, nel cercare di farsi capire, nel parlare. Nulla è più necessario di essere accolti e sostenuti senza pregiudizi. Si può dire in modo essenziale che le persone sono "*corpi dialoganti*". Quando vogliamo comunicare in modo profondo siamo aperti ad ascoltare con molta attenzione. Mentre ascoltiamo le parole pensiamo che esse comunicano il mondo interiore dell'altro, che si manifesta anche con le espressioni del viso, con i gesti, il tono della voce, il respiro. Siamo presenti con corpo e pensiero, esprimiamo emozioni di paura, rabbia, tristezza in modo spontaneo, continuo, automatico. Gli altri osservano questi movimenti e li possono confrontare con le proprie esperienze emotive. Quando una persona chiede di essere ascoltata e cerca un sostegno nelle difficoltà che incontra può iniziare una relazione di vicinanza, di accoglimento, di ascolto e di dialogo. Fin dall'inizio il dialogo aperto ha bisogno di un obiettivo esplicito, condiviso e di una visione del valore della singola persona. Sono le basi di avvio per concentrarsi e aiutarsi a chiarire i problemi. Infatti nello scambio di domande e risposte emergono punti di vista diversi che possono illuminare una nuova prospettiva. Chi vuol offrire una risposta

deve saper ascoltare e accogliere il modo di vedere la vita della persona, il suo linguaggio, cogliere alcune sue parole significative, il suo modo di raccontare. Poi può offrire i suoi punti di vista come contributo, come ipotesi di altri possibili significati. Allora questo scambio può diventare un momento di crescita di consapevolezza, di collegamenti con altri aspetti che prima non si riuscivano a vedere, di altri significati che danno la possibilità di nuove prospettive e cambiamenti. Il dialogo aperto è la possibilità di esprimere ad altri il proprio pensiero con parole, discorsi, discussioni, confronti, racconti, storie, scambio di punti di vista per crescere nella partecipazione. Nel dialogo ognuno si esprime in modo non consapevole con il corpo, le espressioni del viso e i gesti, parla in modo consapevole con l'altro per conoscere il suo punto di vista, le sue argomentazioni, così partecipa dei contenuti di cui si parla che possono essere interpretati in modi diversi. E' importante capire come evitare di chiudere il dialogo in contrapposizioni dogmatiche e inconciliabili, perchè anche i conflitti sono occasioni preziose che richiedono un impegno ad avvicinarsi per capire le differenze personali. Infine il dialogo interiore che ogni persona fa dentro di se stessa, sui contenuti, sia su emozioni, desideri, conoscenze, principi come voci della coscienza, attive voci interiori che possono presentarsi come conoscenze chiuse per un bisogno di difesa e sicurezza che hanno bisogno di venir espresse apertamente, per non incorrere nel rischio di un monologo solo con se stessi. In un dialogo che può essere a più voci, queste voci interiori possono essere offerte alla conoscenza dell'altro.

Affinchè il dialogo sia attivo è importante che ogni persona trovi un modo di sentirsi coinvolta intensamente. Quando si comunicano le diverse esperienze utilizzando nuove parole che ognuno porta, crescono l'interazione e la condivisione. Allora si possono accogliere e attraversare anche fasi di silenzio, in cui si ripensa alle esperienze che fino ad ora non si riuscivano ad esprimere. Adesso la condivisione e le emozioni rivissute di paura, rabbia, tristezza, pianto permettono di diventare più consapevoli e scoprire le parole adeguate ad esprimere quello che prima non si era capaci di dire neppure a se stessi, come in un blocco con afasia. Diventa possibile capire meglio e dare un significato alle difficoltà che si avevano e non si riuscivano ad esprimere, rivalutando la situazione. Per fare questo è necessario un ascolto profondo e incondizionato della persona che sta parlando. Chi parla sta ricreando il suo mondo interiore e le sue emozioni, che ci introducono ad entrare nella sua esperienza di vita. Nel monologo ciascuno parla del suo passato con l'obiettivo di porre se stesso al centro. Invece nel dialogo aperto sono importanti il presente e i linguaggi delle parole e del corpo di ognuno. Si tratta di una comunicazione all'interno di una relazione di coinvolgimento diretto e attivo di ognuno. Si condivide un percorso per comprendere, per poter dare significati diversi, per scoprire nuove prospettive, per immaginare cambiamenti. Ascoltare una persona che presenta le sue difficoltà, i suoi problemi è anche un ascoltare se stessi perchè si possono ricordare le proprie esperienze simili. Infatti si possono sentire anche con il corpo le emozioni e i sentimenti che ci rendono più consapevoli di ciò che si sta ascoltando. Questi aspetti emergono continuamente ed è importante che vengano condivisi e rielaborati da ognuno: si può dire che *si attiva una co-evoluzione*, una complicità per cercare prospettive. Questo aspetto viene prima di una razionale e precisa definizione delle difficoltà, dei problemi, che avverrà successivamente. Infatti è necessario prima superare il rischio di un punto di vista consolatorio e chiuso a ripetere il passato. Nel pensiero interiore vi è una prima fase ego-centrata con la convinzione che quella che si sta pensando sia la verità assoluta e che perciò tutte le altre ipotesi debbano essere necessariamente false. Si può anche parlare da soli per cercare di convincersi. Segue una seconda fase del pensiero interiore aperta alla ricerca di altre ipotesi, col

pensiero lento e molteplice e aperta al dialogo. Si passa cioè dal monologo ego-centrato chiuso al monologo aperto, per poi arrivare al dialogo creando una “polifonia”. Infatti si tratta di una condivisione, di una collaborazione perchè le domande e le risposte sono aperte alla ricerca di significati diversi. Lo scambio di idee tra persone diverse che cercano insieme può prendere in considerazione anche idee contraddittorie, strane, frammentate, fantasiose, improbabili che vanno rifiutate ma ascoltate ed elaborate perchè da esse possono nascere altre prospettive. Infatti le parole che prima erano chiuse poi possono essere collegate con altre parole. La ricerca di altri significati si può avviare con domande fatte in diverse direzioni, perchè ad esse seguono risposte che possono contenere altre parole, nuovi collegamenti. Quando si scopre una nuova prospettiva si sentono col corpo, emozioni di meraviglia e attimi di felicità vissuti insieme. Anche la consapevolezza di Se Stessi è fatta da immagini e voci interiori che parlano tra loro con domande e risposte. Perciò **nel dialogo aperto vi sono due narrazioni** che si svolgono insieme, una è quella dei contenuti che riguardano la situazione del passato e le emozioni che si ricordano, l'altra è quella delle domande e delle emozioni nel tempo presente. Allora è importante dare voce alle emozioni, quelle del passato e quelle del presente, e coglierne le differenze. Le emozioni condizionano il linguaggio non verbale che accompagna le parole e permette di comprendersi in modo più approfondito. Inoltre nel dialogo vi è la necessità di farsi capire da chi ascolta e quindi di adeguare le parole alla comprensione dell'altro. Si tratta di riferire gli avvenimenti con un linguaggio via, via più comprensibile. Esso sarà costruito insieme con il contributo di tutti affinché la comunicazione sia chiara e compresa. Perciò chi racconta cambia, cioè usa sia parole proprie sia parole dell'altro che vengono scelte in modo condiviso, altrimenti c'è il rischio di rimanere in un monologo ego-centrato chiuso e ripetitivo. Inoltre, se ci si aspetta una risposta di aiuto alle proprie difficoltà, si può parlare senza pensare a chi ascolta ed alle parole che vanno condivise per farsi comprendere. Quello che va posto in primo piano sono le ipotesi di significato che ognuno dà al racconto in modo tale che possano essere collegate ad altre osservazioni in modo attivo e creativo. Però non ci si deve fermare soltanto ai dati oggettivi ma freddi, distanti come diagnosi e farmaci che rischiano di chiudere il discorso e fanno sentire passivi. In questi casi il dialogo va riattivato utilizzando domande che richiedono risposte personali. In tal modo ognuno partecipa con le sue emozioni e i suoi sentimenti in un tempo vivo, aperto alla condivisione delle idee. Il dialogo è una collaborazione costruttiva, un percorso di scoperta vissuto insieme tra persone che stanno una davanti all'altra per poter riflettere e contribuire con risposte di ricerca di significati, di idee, di prospettive. Nel **dialogo aperto** ognuno può imparare dall'altro, le parole dell'altro possono essere trasformative. Allora si possono chiedere chiarimenti all'altro, in uno scambio di punti di vista e di necessità di capire profondamente. Quando si crea una sintonia aumentano i collegamenti tra idee diverse e anche il corpo esprime le emozioni con una gestualità che si avvicina a quella dell'altro. Nella sua essenza il dialogo aperto è **una co-evoluzione** in presa diretta e una pratica nella quale i contributi di ognuno vanno valorizzati in quanto aumentano i punti di vista costruttivi. Inoltre esso è anche un metodo per valorizzare le inclinazioni, le potenzialità per accogliere e sostenere i limiti, le imperfezioni di ognuno per raggiungere l'obiettivo di aprire nuove prospettive. Si applicano per cui *le parole di ciascuno hanno uguale valore, non si giudica, non si ferisce, non si danno colpe e non si disprezza*. Ognuno è libero di parlare di ciò che vuole, può mettere a nudo il suo pensiero per andare oltre le sue difficoltà, problemi, sbagli, compiti da realizzare. Si applica inoltre la regola per cui il dialogo va avanti perchè ognuno tiene conto di quanto è stato detto prima e osserva quanto di importante è stato espresso da ognuno. Infatti, ogni tanto viene effettuato un resoconto di quanti aspetti si

sono toccati affinché venga facilitata la riflessione sul percorso fatto. Può essere molto importante fare un riassunto con parole di sintesi, perché è come una lettura degli avvenimenti che seleziona e propone i punti che si considerano essenziali e fa capire con quanta attenzione e coinvolgimento si è operato l'ascolto. Si crea così un clima in cui si vuol comprendere bene prima di dare una risposta che si desidera possa essere aperta a collegamenti con altre immagini e altri significati. Infatti si è alla ricerca di nuove prospettive, nuove parole che esprimano una maggiore comprensione di se stessi, delle relazioni con gli altri, delle situazioni di vita. Il dialogo aperto è un metodo di aiuto ad affrontare le difficoltà, in una collaborazione in cui si fa esperienza di essere ascoltati profondamente, essere riconosciuti così come si è, liberi di potersi esprimere, poter essere in accordo su una cosa e in disaccordo su un'altra senza essere giudicati, sentendosi presenti e vivi nella propria interezza: corpo, emozioni, desideri, ragionamenti in divenire...

\*Appunti del dott. Giovanni Ruviero, già primario di psichiatria, desunti dalla sua esperienza di conduzione-facilitazione dei gruppi di auto-mutuo-aiuto. Settembre 2018

## **B - DIALOGARE E' UN'OPPORTUNITA' PER CRESCERE**

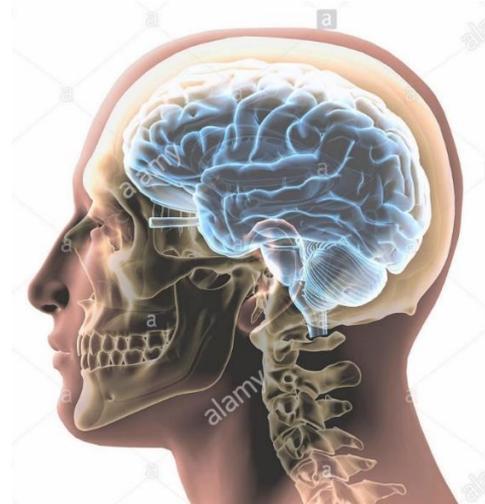
Le relazioni sono un incontro in un luogo e in un tempo definiti di persone con molti aspetti diversi nel corpo e nel pensiero. Tuttavia esse possono avere in comune desideri, obiettivi da condividere, bisogni, regole di rapporto. Nel dialogo ci saranno momenti sia di avvicinamento che di allontanamento, ci saranno pre-giudizi, giudizi di colpa o giudizi di ammirazione. Ci possono essere diversità di ruoli: chi ha più potere e chi ha meno potere, chi ha più capacità e chi ha meno capacità nello svolgere azioni per raggiungere un obiettivo. Per questo l'ascolto, l'accoglienza, l'attenzione, l'ammirazione aprono alla possibilità di conoscersi, di vedere dove si è simili o dove si è diversi, per non allontanarsi, accogliendosi così come si è realmente.

Il modo di pensare, *il punto di vista*, si forma ed è condizionato anche dalle esperienze significative del passato, che sono entrate a far parte delle conoscenze presenti nella memoria, specialmente nella memoria biografica. In particolare quando vi è stata una esperienza con una relazione traumatica di perdita o di violenza che non è poi stata elaborata, alcuni pensieri si ripetono in modo automatico. Si diventa consapevoli che essi ripetono momenti passati e che non sono adeguati alla situazione attuale. Perciò è necessario *un dialogo aperto*, è necessario avvicinarsi per ascoltarsi, accogliersi, così diversi come si è, non dare giudizi di valore o di disprezzo. E' importante condividere obiettivi comuni, cioè i desideri, le aspettative sul futuro. Essi attivano emozioni e sentimenti che ci avvicinano empaticamente, per andare avanti insieme.

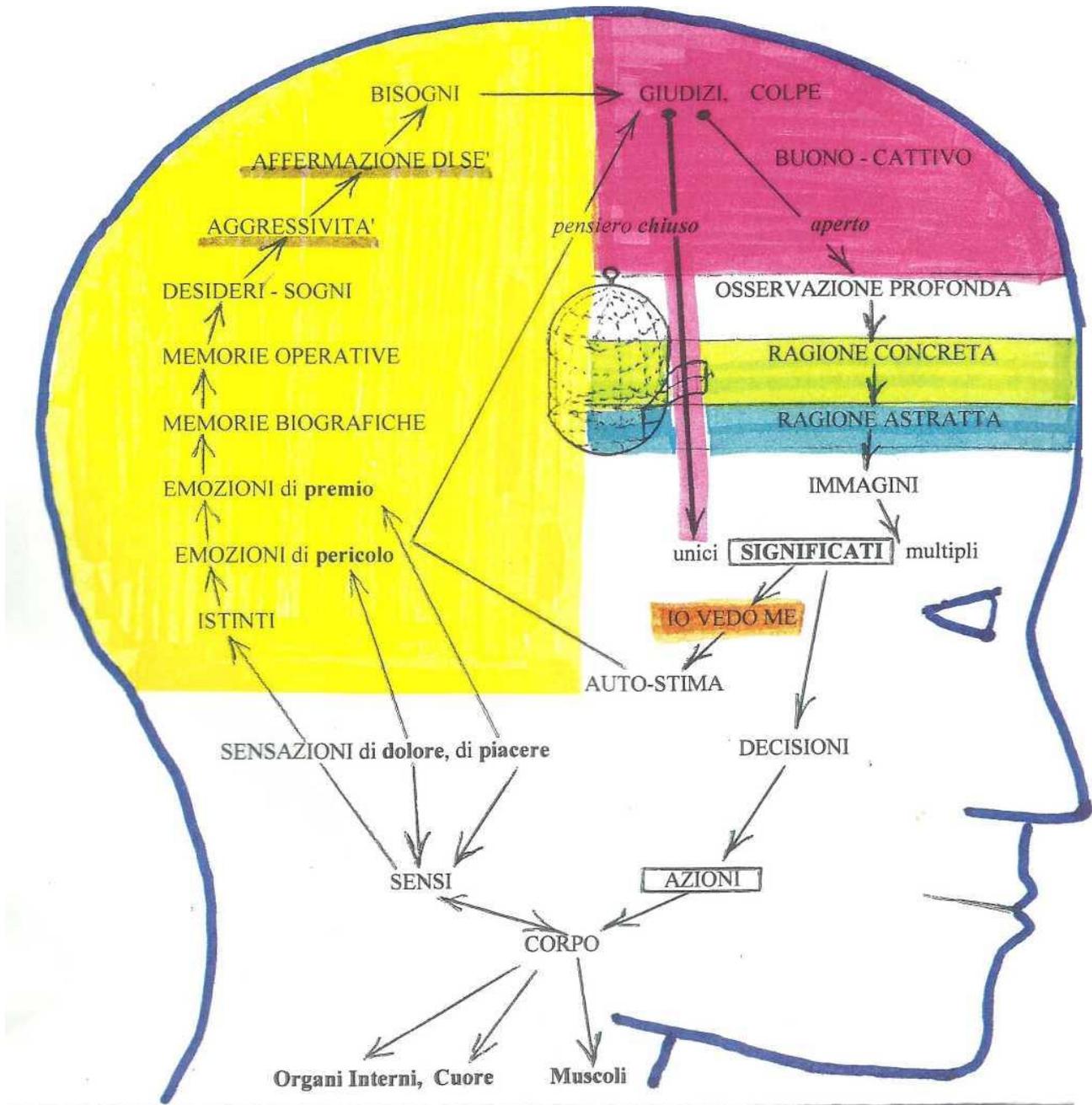
E' importante **imparare a dialogare**. Per fare questo diventa fondamentale essere consapevoli delle divergenze nella comunicazione e sopportare le tensioni che ci possono essere tra Punti di Vista diversi nel pensare. Le emozioni sono sempre in azione come attività di protezione dai pericoli, dai rischi, sono segnali del corpo da interpretare. Ad esempio è importante non farsi condizionare subito dalla rabbia spingendoci verso reazioni che attivano una sfida, uno scontro per voler avere ragione. Al contrario *va tenuto aperto il dialogo proprio sui punti di vista differenti* in quanto l'altro ha una diversa visione in base alla sua Storia personale, alle esperienze fatte, per questo egli attribuisce ad un fatto un diverso significato. Ad esempio un

gesto come un piccolo regalo può prendere per chi lo riceve significati che risultano inattesi per chi ha fatto il regalo. Infatti chi riceve il regalo può pensare in vari modi: a) è un regalo sbagliato per i gusti della persona; b) è la premessa per richieste non ancora dette; c) è segno di attenzione, vicinanza, tenerezza; d) è una richiesta di vicinanza e di sostegno per una fase di stress ecc. I comportamenti, così, saranno diversi a seconda del significato attribuito dalla persona che lo riceve. Perciò a seconda della situazione vi potrà essere: uno scontro verbale, il silenzio per evitare il conflitto, una sospensione del giudizio, in attesa di chiarire, oppure vi potrà essere l'accoglimento del dono con apprezzamento e gratitudine.

Nel caso ci sia subito uno scontro verbale con giudizi, disprezzo o colpa, la persona che ha donato subisce una amara delusione delle sue previsioni sul comportamento dell'altra. Infatti si aspettava il riconoscimento del suo gesto di attenzione, perciò pensa di subire accuse ingiuste non meritate, sente l'emozione di rabbia (il corpo teso, il cuore che batte, lo stomaco che si contrae,...) o anche di disgusto. Il sentimento di delusione è un dolore, una ferita. Inoltre il gesto poteva anche contenere il bisogno di vicinanza, di attenzione, di sostegno in un momento di difficoltà e di solitudine incontrate. In questa situazione il donatore può attivare **il pensiero rapido** ritenendo di essere diventato vittima di una ingiusta incomprensione, di un travisamento e sentire rabbia a sua volta. La sua rabbia si scontra con il Punto di Vista della persona che riceve il regalo che può essere quello di subire una intromissione, che crea obbligo di dipendenza. Ciò può far sorgere paura o risentimento perchè ci si sente manipolati e non riconosciuti nel proprio valore, attivando una reazione ostile. **Aspettative e bisogni**, quando vengono delusi aprono ferite che possono attivare lo scontro. Nel pensiero si sente il dolore e si collega il giudizio rapido di colpa, di disprezzo. Essi possono venire ulteriormente ingranditi, amplificati dalle attività ultra-rapide chiuse, come in una gabbia (secondo la visione cognitivo-funzionale). Il pensiero si blocca nella rabbia, nella protesta, nello scontro e non si riesce a esprimere invece il grande bisogno di ricevere riconoscimento per quelli che siamo. Nel dialogo che diventa conflitto si può osservare che vi è alla base il bisogno di entrambi i protagonisti di riconoscimento. Ogni persona ha bisogno di sentirsi capita, accolta così come è: amata e ascoltata con attenzione. Nell'educarsi al dialogo aperto si può diventare più esperti delle differenze tra le persone, cioè consapevoli dei Punti di Vista divergenti. Alla prima impressione (propria del *pensiero rapido*) è più facile che si crei lo scontro. Le aspettative possono rivelarsi eccessive, non reali e si rompe l'attesa del ringraziamento e della soddisfazione: spesso si pensa con la presunzione di conoscere già il punto di vista dell'altro.



## ATTIVITA' AUTOMATICHE CONSAPEVOLI



Riguardo alla relazione si può dire che **l'immagine di se stessi** si attiva più intensamente quando ci si trova di fronte all'altro. Allora è necessario andare oltre gli schemi dei ruoli di chi ha più potere e di chi deve obbedire. Si entra nel bisogno di validità e sicurezza. Cioè nel bisogno di vivere l'esperienza di essere accolto, ascoltato con attenzione, considerato con stima, autonomo, amato, confermato dagli altri. Anche il bisogno di appartenere ad una cultura, ad un Mondo Simbolico può entrare in gioco: ricercando la condivisione di Principi, Significati e Obiettivi di vita. Si può però attivare anche il bisogno di sapere imparare con piacere, accrescere le conoscenze, imparare dagli sbagli fatti, superare le delusioni.

Ciascuno porta in sé: aspettative, ambizioni, desideri di successo, di carriera, di potere, di ricchezza, di essere ammirato e considerato con attenzione.

Di fronte alla sconfitta, agli sbagli, abbiamo paura di provare dolore, senso di inferiorità, senso di fallimento, paura del giudizio degli altri, scarsa fiducia di farcela, amarezza, avvilitamento, fino alla disperazione, fino a “vedere tutto nero”... Il valore di sé viene percepito con senso di inferiorità. Ora il Punto di Vista si è spostato su noi stessi e ci vede rimpiccioliti, fragili, si provano: tristezza, rabbia, paura, disgusto. Si sentono sentimenti di dubbio e di insicurezza. Si attivano pensieri di vittimismo nei confronti degli altri. Allora si sente il bisogno di ritornare ad avere un valore, per poter essere amati, accolti. Vorremmo avere più capacità di affrontare i problemi, avere più controllo, potere. Questo può portare a voler avere sempre ragione, a fare sempre gli stessi gesti, ripetendo schemi di comportamento schematizzati in precedenza. (Waltlavizc, 98)

E' importante non fermarsi solo alle attività del giudizio rapido, alla prima impressione, al pensiero unico e chiuso come succede quando ci sentiamo vittime: “E’ Colpa dell'altro: ingiusto e prepotente. Ci sta prendendo in giro, non riconosce le nostre qualità...”.



## **C – UN EDUCATORE COINVOLTO E MEDIATORE**

Nell’ambito scolastico le persone sono attive, protagoniste in quello che avviene influenzandone il divenire. Si può partire dalla auto-valutazione delle proprie capacità, possibilità, inclinazioni e dai propri limiti, difficoltà, lentezze e poi imparare a collegarli con le aspettative e gli obiettivi concreti da affrontare. Si tratta di *saper fare un programma*. Esso è la previsione del cammino suddiviso nello spazio e nel tempo che si dovrà fare: un percorso di marcia in tappe successive. Perciò è apertura a vedere se l'obiettivo scelto è eccessivo, irraggiungibile. Vedere se, con impegno e costanza, si può raggiungere l’obiettivo con le possibilità e i limiti che si hanno. E' fondamentale pianificare le tappe del percorso, passo dopo passo fino ad arrivare alla meta. Perciò ogni passaggio va regolato con l'aiuto dell'educatore. Egli seleziona alcune attività da fare prima e suggerisce di tralasciare momentaneamente alcuni compiti. Inoltre modifica le attività da fare, le adatta alla persona, le fa ripetere fino al momento in cui sono state acquisite. In questo modo ha la capacità di fare previsioni e può stabilire nei compiti la durata, l'intensità, l'ordine di apparizione, i significati parziali da raggiungere, somiglianze, differenze, cambiamenti da introdurre per migliorare. Aiuta la persona ad imparare questa competenza, allena alla auto-valutazione dei risultati, per poter decidere come proseguire da un passo a quello successivo.

Molto chiare e importanti sono le frasi del dialogo educativo del **metodo Feuerstein**, perché aiutano a capire quello che è *il compito dell'educatore* di sostenere sempre la relazione sviluppando la capacità di avvicinarsi, ascoltare, coinvolgersi con empatia nelle difficoltà dell'altro per creare un legame intenso di complicità e coinvolgimento reciproco che è possibile potenziare con le seguenti affermazioni:

I - “Ci tengo a te e ti rendo partecipe delle mie intenzioni”

II - “Se andiamo avanti insieme raggiungeremo importanti obiettivi”

III - “Imparando a dosare i ritmi dell'impegno, lo potrai utilizzare anche in altre occasioni”

IV - “Impara a fare sia da solo, sia nel gruppo, libero di dare il tuo contributo insieme agli altri”

V - “Nel cammino è possibile

SBAGLIARE senza venirne sminuito”

VI - “Si può rimediare, cambiare, ripetere più volte seguendo una nuova via”

VII - “Ognuno può andare avanti con i suoi modi, i suoi tempi, le sue osservazioni personali”

VIII - “Conoscere meglio le proprie EMOZIONI, consentirà di collaborare meglio, perciò è importante leggere agli altri i propri appunti, far vedere i propri lavori...”

IX - “Tu sei unico e irripetibile! Perciò accogliti come sei! Con le tue qualità, i tuoi limiti e i tuoi desideri”

X - “E' importante imparare a descrivere come si è, in vari modi e nelle diverse situazioni perché questo fa aumentare la FIDUCIA in se stessi di farcela nel proprio modo personale”

XI - “Appartenere ad un gruppo è bello ! Infatti si sente di essere accolti con attenzione, ascolto, rispetto, piacere di stare fianco a fianco”

XII - “Nel gruppo è importante costruire il giusto clima, con un linguaggio aperto, anche quello non verbale dei gesti, delle espressioni del viso perché aumentano gli scambi, il dialogo costruttivo che rafforza la collaborazione”

XIII - “Nel gruppo vanno accolte le differenze, utilizzandole in modo che le azioni diverse si completino a vicenda”

XIV - “Nel gruppo vanno confermate le regole con cui si è presenti, l'obiettivo è la conoscenza, con empatia, pari dignità, regole giuste condivise, senza prepotenze, sopraffazioni, insulti, costrizioni, minacce, ricatti, violenza”

XV - “Ognuno ha bisogno della FIDUCIA di poterla fare quando è di fronte ad un compito che appare impegnativo e richiede l'assunzione di una decisione responsabile”

XVI - “E' importante suddividere l'impegno in parti, programmando passi adeguati, accessibili, in modo che si possa raggiungere l'obiettivo. Ogni passo fatto offre la misura dei progressi che si stanno effettuando, con una cadenza di tempo appropriata”

XVII - “In questo modo si evita la paura di non poterla fare, di essere in competizione, la paura dei giudizi e delle svalutazioni”

XVIII- "E' utile imparare a dare significati aperti a quelle emozioni che segnalano pericoli che sono da governare"

XIX - "Le difficoltà ci sono, però si possono affrontare e superare !"

XX - "Dopo il superamento della prima difficoltà, se ne potranno affrontare anche di più impegnative"

XXI - "Non avere fretta, non essere precipitoso, fai le cose bene e rivedi il percorso che hai effettuato, così comprenderai il modo migliore di procedere, rispondendo alle richieste del compito da svolgere"

XXII - "In questo modo sviluppi un Metodo di Lavoro! Cioè sai suddividere le tappe, le fasi da programmare: questa è una capacità di prevedere il lavoro FUTURO. E' immaginare come usare i tuoi tempi, i tuoi mezzi, il tuo impegno".