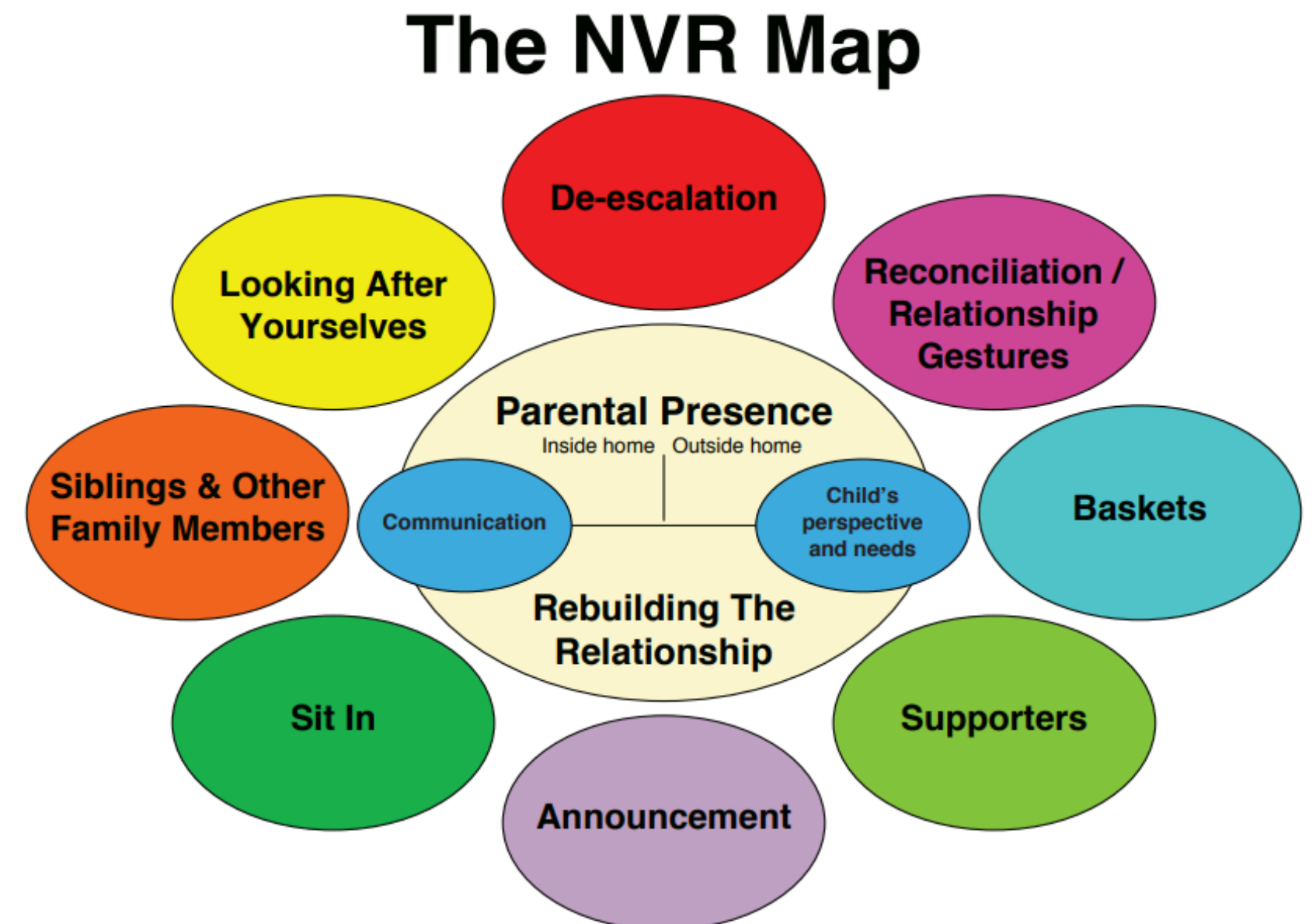


La Non-Violent Resistance (NVR): un approccio innovativo per sostenere la genitorialità plurale

Francesco Vacirca

4 giugno 2024



Haim Omer e il modello della Resistenza Non Violenta

Haim Omer è uno psicoterapeuta familiare israeliano che ha dedicato il suo impegno professionale nell'aiutare genitori ed educatori ad affrontare le difficoltà di crescita dei bambini e dei ragazzi, con particolare attenzione ai comportamenti aggressivi, violenti e pericolosi.

Ha adattato il metodo della «resistenza non violenta» in ambito politico ai sistemi familiari ed educativi (famiglia, scuola, comunità).

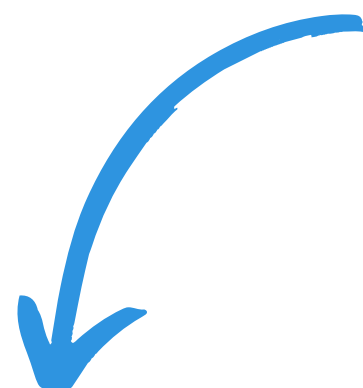
Tra i suoi libri editi in Italia:

- La Nuova Autorità, editrice Ermes
- Genitori Coraggiosi, Franco Angeli Editore
- La resistenza non violenta, Alpes Italia
- Parent training per i disturbi d'ansia di bambini e adolescenti, Erickson
- Il mancato passaggio all'età adulta, Alpes Italia
- Insegnanti Coraggiosi, Alpes Italia



Dalla vecchia autorità alla nuova autorità

Haim Omer ipotizza una **nuova autorità** non più basata sull'obbedienza, sul controllo, sulla distanza, sulle punizioni, sulla forza, sulla risposta immediata, sull'autorità del singolo,



ma basata sull'autocontrollo, sulla cura vigile, sul supporto reciproco, sulla perseveranza, sulla risposta differita, sulla riparazione.



Il modello mira a rafforzare i genitori e gli educatori con mezzi rigorosamente non violenti

**PRESENZA
E CURA VIGILE**

**AUTO
CONTROLLO**

SUPPORTO

Quando un bambino/ragazzo va in difficoltà è necessario che l'adulto aumenti la sua presenza e la sua cura, quando il minore sta meglio si può progressivamente dare spazio.

Il genitore trasmette il messaggio:

**“Io sono il tuo genitore, sarò sempre il tuo genitore, non mi arrenderò.
Sarò sempre con te e sono qui, in questo momento”**

Quando il genitore aumenta la sua presenza rafforza la propria autorità.
La connessione emotiva deve precedere ogni tentativo di correzione dei comportamenti indesiderati

AUTOCONTROLLO

Non ci si concentra sul sintomo del bambino,
ma sullo stile relazionale ed educativo del genitore.

E' difficile controllare il comportamento dei figli,
è possibile l'autocontrollo dell'adulto.

Il cambiamento delle reazioni dei genitori rappresenta il principale strumento
di successo della relazione genitore-figlio.

Il genitore adotta un approccio calmo. Non reagisce a caldo.

Usa il mantra NVR: "Batto il ferro quando è freddo!"

Impara che "non bisogna vincere ma resistere!"

**"Perseveranza" e "Resistenza": la capacità dell'adulto di resistere
nelle situazioni che innescano escalation/conflicti.**

Alcune tecniche NVR

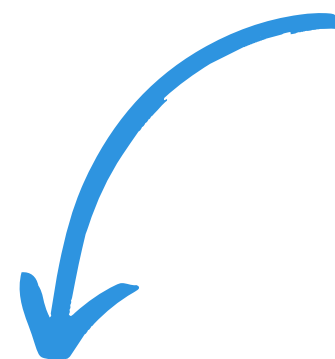
ANNUNCIO: i genitori comunicano al figlio la loro intenzione, in molto chiaro ed in forma scritta.

SIT-IN: è una tecnica che serve a manifestare una presenza decisa senza aumentare o perdere il controllo. Lo scopo è quello di trasmettere la perseveranza al comportamento individuato come problematico.

RONDA TELEFONICA: contattare una lista di persone con cui il ragazzo è in contatto.

VISITE SUL POSTO: mira a ristabilire un contatto diretto nel momento in cui nostro figlio sta evitando la nostra presenza.

Passaggio dall'IO al NOI



LA RETE DI SUPPORTO

La rete consente ai genitori di uscire dall'isolamento,
sentirsi meno soli e maggiormente legittimati nel loro agire.

NVR incoraggia i genitori a condividere le loro esperienze, preoccupazioni e paure, così come le loro speranze con altre persone, per invitarle ad aiutare e sostenerli.

Rompere il silenzio su ciò che accade in casa e chiedere supporto non è segno di debolezza! Usare il supporto non significa cedere la responsabilità dei figli ad altre persone. Può invece aiutare i genitori a sentirsi meno isolati. Chiedere supporto è un passaggio cruciale per iniziare il percorso di riconquista di relazioni positive e recuperare la propria efficacia genitoriale.

I sostenitori (supporter) possono aiutare a rendere più trasparenti i comportamenti problematici del bambino che sono spesso avvolti nel segreto.

L'obiettivo è quello di implementare la presenza dei genitori per gestire le situazioni di rischio.



“Sono cresciuto a San Paolo (Brasile) da una coppia di sopravvissuti all'Olocausto. L'atmosfera a casa era cupa. Mia madre era depressa e il rapporto tra mio padre e mia madre era problematico. La situazione peggiorò quando i rapporti con la famiglia di mio zio furono interrotti quando ero piccolo a causa di una lite familiare. In assenza di nonni (che morirono nell'Olocausto), l'isolamento della famiglia era particolarmente accentuato. San Paolo era ormai una grande metropoli e la famiglia di mio zio viveva dall'altra parte della città: due ore di viaggio cambiando due autobus.”

“Ma io avevo un forte bisogno di avere relazioni familiari oltre alla mia famiglia nucleare perciò, quando avevo solo 11 anni, imparai a fare il lungo viaggio in autonomia. Iniziai a trascorrere del tempo a casa di mio zio e mia zia, Jechiel e Marta, e andavo da loro ogni venerdì sera. Andai in vacanza con loro e i miei tre cugini.

Alla fine non fui il solo a guadagnarci da quella relazione ma ne trasse beneficio l'intera famiglia perché feci da ponte nel ristabilire la relazione interrotta.”

LA RETE DI HAIM OMER

“Credo di aver acquisito un modello di solide relazioni familiari dalla famiglia di mio zio e che, se non fosse stato per quell'esperienza con la famiglia di mio zio, non avrei potuto creare a mia volta una buona famiglia per i miei figli.”



INCONTRO CON LA RETE

Chiedere aiuto non è facile.

Ecco gli ostacoli più comuni alla richiesta di aiuto e le ragioni per cui invece potremmo farlo:

- Il desiderio di non gravare gli altri con problemi che non sono loro. Di solito ad altre persone piace essere d'aiuto e possono anche sentirsi onorati di essere interpellati.
- La paura di essere giudicati. Spesso altre persone hanno situazioni simili e sono felici di dividerli anche con gli altri.
- La vergogna di essere giudicati cattivi genitori. Le persone possono essere impressionate da come i genitori sono riusciti a farcela da soli per così tanto tempo senza aiuto.
- La paura del rifiuto. I sostenitori di solito fanno sapere ai genitori come e in che modo possono contribuire, anche se possono solo offrire un sostegno morale.



INCONTRO CON LA RETE

- La paura di danneggiare la relazione esistente con il sostenitore. Spesso il rapporto diventa ancora più stretto e si trasforma in sostegno reciproco e amicizia duratura.
- I genitori possono sentire di non conoscere nessuno che potrebbe aiutare. In questo caso gli operatori possono aiutare i genitori a identificare i potenziali sostenitori nelle reti più ampie delle conoscenze dei genitori.
- La paura per come reagirà il figlio: più rabbia, delusione, dolore o disprezzo. Questa reazione è prevedibile ed è prevista. I genitori e i loro sostenitori sono incoraggiati a ripetere ai giovani che i genitori hanno chiesto aiuto perchè si prendono cura di loro e vogliono che interrompano il comportamento violento o problematico.
- La sensazione di essere sleale nei confronti del bambino o del giovane. Chiamare gli altri per aiuto e sostegno permette ai genitori di svolgere il loro ruolo educativo in modo più efficace e sicuro. Dimostrano il loro obbligo morale di proteggere se stessi e i propri figli dall'effetto dannoso della violenza (o di qualsiasi comportamento non adeguato) sulla loro vita familiare.

COSA FANNO I SOSTENITORI?

Proviamo a capire meglio le cose che i sostenitori possono fare:

visitare il bambino o l'adolescente o contattarlo per telefono, SMS, e-mail o lettera; mediare tra il giovane e i suoi genitori; proteggere i fratelli o le sorelle del giovane se attua comportamenti violenti; visitare la famiglia quando le cose sfuggono di mano; controllare dove si trova il giovane; assistere a ciò che accade in casa; sostenere i genitori nella loro determinazione a fermare la violenza o il comportamento problematico, a sviluppare autocontrollo e diventare meno reattivi; fare qualcosa di attivo e positivo con il giovane, i loro fratelli e sorelle o i genitori; ascoltare le storie dei genitori...

I sostenitori possono essere testimoni, mediatori o protettori

Il caso di Maya

Stefania e Marco contattano il nostro centro perché sono preoccupati per Maya, la loro figlia di 15 anni. La situazione a casa è diventata ingestibile: Maya sta avendo problemi a scuola da più di un anno, è stata bocciata ed esce quasi tutte le sere senza dire loro dove va. Hanno provato vari modi per gestirla, cercano di farla ragionare, le fanno lunghe prediche, prendono accordi, minacciano sanzioni, in alcune occasioni hanno perso il controllo e sono volati anche degli schiaffi.

Maya alterna atteggiamenti accondiscendenti ad atteggiamenti polemici contro di loro, atteggiamenti apertamente sfidanti. Ma di fatto nulla si modifica.

Inoltre, i genitori stanno affrontando difficoltà personali: il papà ha perso il lavoro e la nonna materna di Maya è malata. Vogliono aiuto per gestire la situazione con la figlia.

Per uscire da questa situazione di stallo e impotenza, oltre alle varie tecniche e strategie NVR immaginate insieme ai genitori, è stata determinante la **costruzione di una rete di sostegno.**

Dopo i primi timori di uscire dalla dimensione di segretezza in cui si trovava la famiglia (nessuno è a conoscenza del comportamento di Maya) e alcuni tentativi andati a vuoto con gli zii che si sono rivelati falsi sostenitori (i fratelli della mamma sono da sempre molto critici e non riescono a dare un reale supporto a Stefania e Marco), i genitori riescono a condividere le problematiche con una rete formata da persone significative per Maya: lo zio paterno, una cugina della mamma, una coppia di amici di Stefania e Marco a cui è molto affezionata, una professoressa delle medie. Tutti accettano di dare una mano.

In seguito all'incontro con la rete di sostegno, la cugina della mamma le fa una telefonata dicendo che ha saputo da mamma e papà cosa sta succedendo, che ne ha parlato anche con suo marito e che sono convinti che, con le risorse che ha sempre messo in campo, sarà in grado di risolvere e affrontare questo problema. Aggiunge che a breve la verranno a trovare.

Riceve la visita della sua insegnante delle medie che si mette in linea con i genitori. E' un momento particolarmente significativo, Maya è molto legata a questa professoressa, e a quel periodo più sereno in cui le cose andavano meglio. La maestra è una testimone delle risorse della ragazza.

Tutti gli altri componenti della rete o le telefonano o le mandano messaggi: lo zio paterno, la coppia di amici,... Maya non risponde a tutti, ma non può fare a meno di vedere che tutti le scrivono e la cercano. E che soprattutto le rimandano che sono sicuri che sarà in grado di risolvere anche questo problema.

Maya propone quindi ai genitori un accordo sulle uscite: le proposte che fa appaiono accettabili. Accetta infatti di limitare le sue uscite al venerdì e al sabato sera. Maya riceve l'approvazione da mamma e papà e da tutta la rete di sostegno.

Il problema dunque si risolve o comunque si ridimensiona. Segnala con chi va, dove va, i genitori conoscono gli amici di Maya e si tranquillizzano.

La situazione relazionale con mamma e papà è migliorata. Emerge un tema doloroso: Maya racconta di essere preoccupata per il papà che ha perso il lavoro e che l'atmosfera in casa, anche a causa della malattia della nonna materna, è troppo triste; in un certo senso per questo Maya ha iniziato a preferire stare fuori e "vitalizzare" il clima familiare.

La costruzione della rete di sostegno ha permesso ai genitori di sentirsi meno soli e di poter condividere dubbi, fatica, difficoltà, ma anche di progettare insieme interventi e risposte: **suddivisione del peso e della responsabilità.**

La presenza della rete di sostegno per Maya ha avuto due effetti: uno di **dover rispondere a livello sociale delle azioni problematiche** che metteva in atto (una sorta di deterrente ai comportamenti più inadeguati), ma anche e soprattutto di **sentirsi meno sola** (uno dei vissuti che presumibilmente guidavano i suoi agiti).

Da un intervento basato sul tentativo di controllo e di ridimensionamento delle problematiche del minore ad un intervento di una rete più ampia – di cui hanno fatto parte anche i familiari della ragazza – che ha lavorato sulle proprie emozioni, ha messo in atto azioni sotto il proprio controllo e la propria responsabilità, ha valorizzato le proprie risorse e le risorse di Maya.

L'effetto è stato il passaggio ad un dimensione plurale e di cooperazione.

Esistono diversi tipi di sostenitori:

- **sostenitori emotivi:** offrono supporto premuroso tramite l'ascolto e possono essere lì per la famiglia, dedicando tempo e attenzione.
- **sostenitori pratici:** danno supporto pratico (vanno a prendere i bambini a scuola, stanno con loro quando i genitori non ci sono...), ma potrebbero non essere in grado di connettersi emotivamente con i genitori.



Esistono diversi tipi di sostenitori:

- **sostenitori del bel tempo** (quando le cose vanno bene): possono essere presenti a volte, ma non disponibili, o incoerenti, nei momenti di bisogno o crisi
- **falsi sostenitori**: dicono di sostenere la famiglia, ma lo fanno mostrando un atteggiamento di critica o rimprovero. A volte, possono essere incoraggiati a fornire un miglior supporto se sono in grado di adottare idee NVR.



“Un porto sicuro non si limita a un atteggiamento avvolgente, accettante e incoraggiante. Il porto è sicuro solo se la nave è ancorata. L’ancoraggio dei genitori stabilizza e protegge il bambino in via di sviluppo dall’essere trascinato via dalle correnti, tentato dal canto delle sirene o danneggiato dagli impulsi interiori. Senza un’ancora, non esiste un attaccamento sicuro.” HAIM OMER

La rete di supporto stabilizza i genitori nella loro funzione di ancoraggio: le punte dell’ancora rappresentano la rete.

Un’ancora con una sola punta non sarebbe in grado di trattenere una nave alla deriva.