

EMOZIONI

Una lettera dal Nido Vaciglio

Mentre sto pensando alle parole da usare per descrivere questo difficile momento mi rendo conto che non ce ne sono di sufficientemente adeguate, probabilmente perché la situazione è così nuova, senza precedenti, che facciamo anche fatica a descriverla.

Mi sono detta che forse l'assenza di parole deriva anche da un altro problema: quello di non aver ancora accettato e rielaborato l'evento.

È da qui che forse bisogna partire, dall'accettare quello che ci sta succedendo, un'accettazione da non confondere con la rassegnazione, piuttosto come una presa in carico di un problema, al fine di trovare tutte le soluzioni possibili per affrontarlo.

Se non accettiamo, rischiamo di rimanere intrappolati in meccanismi di rabbia, disperazione, stordimento, negazione perdendo energie e pensieri che potremmo invece impiegare per mettere in atto azioni costruttive. Scrivere può essere una di queste azioni. Mentre lo sto facendo, già mi sembra di far più chiarezza in me, di prendere la giusta distanza dalla situazione, condizione indispensabile per poterla affrontare con lucidità, un esercizio che ci tornerà sempre utile nella vita. Pian piano prendo contatto con le emozioni che stanno predominando in me in questi giorni: paura, frustrazione, inquietudine.

La paura riguarda più la mia sfera personale: la paura che questo virus si porti via i miei affetti più cari mi prende anche diverse volte al giorno; l'inquietudine è invece legata al non sapere quando tutto questo terminerà.

La frustrazione, invece, è una sensazione che investe me come persona ma anche come educatrice. Deriva, io credo, da questa limitazione della libertà che è stata imposta a tutti noi e, professionalmente, dall'aver dovuto interrompere un percorso bellissimo con la collega, con le famiglie e coi bambini, proprio quando tutto questo stava dando meravigliosi frutti.

Rimanendo sul tema "outdoor", a noi molto caro, mi sento un po' come quelle gemme sui rami in una giornata gelida e ventosa, come quella di oggi, ma proprio come accade a qualcuna di quelle gemme, sento anche l'energia positiva del sole che per fortuna caratterizza la maggior parte di queste giornate, a ricordarci che, dopo l'inverno, tutto rinasce. E allora mi sforzo di mettere a tacere le paure, dicendomi che per ora i miei cari stanno bene e che ho solo da ringraziare per questo, l'inquietudine legata al tempo la placò vivendo alla giornata, cogliendo tutto il buono che mi offre, cosa che ho imparato a fare stando con i bambini.

Così i pensieri e le emozioni si colorano di positività un po' di più e inizio a pensare che la limitazione della mia libertà è sì frustrante, ma sta servendo a salvare la vita di altre persone, oltre che a farmene riscoprire il valore e a darmi più tempo da vivere.

Penso che una educatrice frustrata non serva ai bambini che, all'opposto, hanno bisogno di avere adulti positivi intorno, che sforzandosi un po', potrebbero riuscire a vedere questo periodo come un'occasione: quella di insegnare loro la capacità di far fronte alle situazioni difficili, allenando e facendosi esempio di spirito di adattamento, creatività e problem-solving, abilità che li renderanno sempre vincenti nella vita. Quindi, invece di pensare a quello che non abbiamo potuto dare o fare coi bambini in questo periodo, cerco di vedere tutto il positivo che potrebbero trarre da questa esperienza... fare ciò richiede un grosso sforzo, lo so, a volte sembra molto difficile, ma credo che sia questo che ci chiedano i bambini.

Una educatrice del Nido Vaciglio