La misura nelle relazioni: una riflessione

Data: Invalid Date | Autore: Dott Antonio Calamonici - Psicologo



CATANZARO, 19 OTTOBRE - A riguardo il concreto, il tangibile, abbiamo creato vari sistemi di misura, per aiutarci a soddisfare i vari bisogni di controllo, gestione, creatività, desiderio. Il metro per esempio, unità base del sistema internazionale della misura lunghezza, è stato coniato nel suo termine, dal matematico Tito Livio Burattini nel 1675, partendo da un pendolo come esempio per arrivare, nel corso del progresso scientifico, nel 1983, alla distanza percorsa dalla luce nel vuoto in un intervallo di tempo specifico rispetto al secondo. Grazie a questa misura siamo capaci di avere una stima delle lunghezze e di tracciare percorsi, perimetri, aree, orientarci, costruire case ecc. Lo stesso vale per le altre tantissime unità di misura create. Tutte utili.

Ma qual è l'unità di misura per definire noi stessi? Cosa usiamo per stabilire in che posizione ci troviamo in un segmento tra due precisi estremi, rispetto ad un'altra persona o comunità o società o ricordo o fantasticheria o sogno ecc? Fin da piccoli, quando le esperienze sono nulle o poche, cerchiamo un significato da attribuire attraverso l'uso dei sensi nell'esplorazione passiva o attiva dell'intorno e tramite le interpretazioni fornite dalle espressioni reattive degli adulti di riferimento, costruendo così dentro di noi, un bagaglio di significati da ripescare in futuro (utili per una maggiore comprensione: "la teoria dell'attaccamento" diJohn Bowlby e la "teoria dell'apprendimento sociale" di Albert Bandura). Mettiamo il caso che, nell'odierno, stiamo osservando una persona nel suo comportamento mentre si rapporta con noi e ci appare ostile, come facciamo a misurare tale ostilità? Se la consideriamo ostile è perché stiamo misurando la sua aggressività (aggressività intesa come istinto o emozione o atteggiamento alla base del comportamento ostile) con un nostro standard, ovvero con una misura che noi abbiamo dell'aggressività maturata lungo il nostro percorso di vita,

per cui al di sotto di una soglia ci risulta accettabile, entro la soglia risulta tollerabile, oltre tale soglia inaccettabile. Tutto questo va considerato sempre in sfumatura da accettabile a non accettabile, in cui il comportamento considerato ostile inizia a presentarsi nel nostro pensiero a partire dal superamento della soglia di tolleranza, dell'aggressività in questo caso specifico. Ecco questo segmento tra due poli, pacato/violento, è la nostra misura di tale espressione. Altra domanda da porsi è: qual è quella altrui? Le varie soglie che determinano il passaggio da un giudizio ad un altro sullo stesso segmento sono altamente soggettive, ovvero differenti per ognuno di noi. Tali differenze sono dettate sia da fattori personali, indi biologici, genetici e ambientali (ovvero dati dall'educazione ricevuta e dalle esperienze vissute), sia da fattori sociali e culturali, quindi dal credo comune, dalle influenze religiose, dai pareri degli amici, parenti, scuola, istituzioni, politica ecc, come dai contesti in cui è avvenuto l'evento posto a giudizio, in cui si sta giudicando (può essere differente dal primo) e le persone facenti parte dei contesti e il loro mondo personale(a tal proposito per i più curiosi, rimando ai concetti di sistema di Kurt Lewin e al modello ecologico dello sviluppo di Urie Brofenbrenner). La biologia, come la genetica, è ereditata in parte da altri due esseri umani, i genitori biologici, e si trasforma in altra (almeno in piccola parte) durante la crescita, per cui tutto ciò che siamo, come pensiamo, cosa proviamo, cosa sentiamo, cosa percepiamo, è dovuto a tutto ciò che è stato prima di noi e a tutto ciò che è durante noi e, tutto ciò che siamo noi influenzerà, sempre in misura differente, per ognuno rispetto alla capacità di influenzare e di farsi influenzare, della vicinanza fisica o virtuale come della lontananza, ciò che sarà dopo per noi e per gli altri.

Nasce quindi spontanea una domanda: se fossimo soli avremmo la necessità di misurarci? Probabilmente sì come probabilmente no. Consideriamo sempre che se siamo vuol dire che qualcuno ci ha creato: che siano umani o meno (per alcuni religiosi la creazione è un atto divino, per gli atei è un processo evolutivo) poco importa in questa sede. In ogni caso vi sarà un'influenza ereditata. Anche nel caso in cui saremmo completamente soli dopo la nascita, ci portiamo comunque un corredo di indicazioni genetiche, che ci guida in forme istintuali all'inizio, per progredire in parte in forma cosciente poi. Probabilmente l'idea della misura e non mi riferisco all'invenzione dello strumento, ma alla necessità di avere una stima della distanza tra noi e l'intorno, che sia nel mondo fisico o psichico, non è nata con l'uomo ma si è evoluta successivamente; probabilmente è nata proprio nel mentre avveniva la metamorfosi da scimmia a uomo se scientisti, o creati da un Dio se religiosi; probabilmente già le scimmie dell'epoca avevano un metro di misura astratto. Sicuramente sappiamo che tutto ciò che è informazione sensoriale, quale vista, udito, olfatto, gusto, tatto, è associata ad un orientamento ed ad una misura, che sia di distanza, di profondità, di ampiezza, di intensità e come tale, questo schema di catalogazione influenza anche la necessità di misurare le emozioni, i pensieri, i sentimenti, quindi le relazioni intrapersonali, ovvero con noi stessi, per esempio attraverso la comparazione di un'esperienza odierna con una passata, che interpersonali, ovvero con gli altri.

Quindi, al giorno d'oggi, tralasciando l'evoluzione filogenetica, è normale (definizione di normale: Conforme alla consuetudine e alla generalità, regolare, usuale, abituale; accettato, usato, attuato dai più), compararsi a se stessi e agli altri per avere una definizione di sé e degli altri, per definire ciò che per noi risulta accettabile o meno. Fondamentale quindi conoscerne il pensiero comune al fine di adattarsi all'ambiente nella mediazione con il proprio, entrambi in ogni caso vicendevolmente influenzabili e ripeto, in misure differenti ovviamente, in base al potere d'influenza esercitante e all'influenza subita o comunque integrata. Per cui ogni volta che giudichiamo noi stessi o gli altri, teniamo ben presente che stiamo effettuano una misura di qualcosa e che tale misura dipende tanto da noi quanto dagli altri, tanto dal presente quanto dal passato e dall'immagine del futuro, tanto dal contesto fisico quanto da quello storico temporale, tanto dalla cultura quanto dalla società, tanto

dall'esperienza quanto dall'inesperienza, al fine di avere una stima di noi e degli altri che cade all'interno e non nei suoi estremi, del segmento bipolare onnipotenza/impotenza, al fine di mitigarne la rigidità del giudizio con l'umiltà di sapere di non sapere (cit. Socrate) e di "essere" anche "non-essere" (influenza cit. Shakespeare) e staccarci dalla dicotomia dell'uno o dell'altro, al fine di integrare nell'immagine dell'essere vivente, la consapevolezza di essere sfumatura. Ogni persona è differente da noi ed ognuna porta un bagaglio simile al nostro, fatto di pensieri comuni; ognuno ha il suo metro di giudizio, ha il suo modo di essere, d'esistere, mostrarsi, nascondersi, relazionarsi e la bellezza è proprio tutto questo, la somiglianza quanto la differenza, la vicinanza quanto la distanza, l'essere singoli quanto società: è l'essenza di ognuno, la specialità di emettere luce propria dalla differenza e luce riflessa dalla comunanza, essere sole e luna allo stesso tempo! Per cui invito alla riflessione, a ricercare con curiosità l'insegnamento e quindi l'apprendimento del significato, del perché e del come rispettare noi stessi e gli altri, nelle proprie differenze e comunanze, del godere di tale bellezza, del godere della bellezza!

Dott Antonio Calamonici - Psicologo

""Sii plurale come l'universo"

scriveva un poeta di nome Pessoa

Io dico che sono universo

e di per me, plurimo

nel mio essere

singolo"

Ermes Kalhòs

"Oggi, ho voglia di bellezza!

Bellezza, voglio

il primo raggio al mattino e l'ultimo alla sera

Voglio un caldo abbraccio materno da Vita:

Vita abbracciami con bellezza!

Voglio quella bellezza della luce

delicata calda avvolgente

Voglio scrivere di bellezza

voglio leggere della bellezza

Voglio comprendere cercare e trovare la bellezza

oggi, voglio conoscere più a fondo la bellezza

Ho bisogno di nutrirmi in bellezza

necessito di bellezza accudente sognante concreta

oggi voglio voglio e voglio volere di volere la bellezza

Perché oggi senza la bellezza mi sentirei affamato

perché oggi senza la bellezza mi sentirei stanco

perché oggi senza la bellezza mi sentirei triste

Io amo la tristezza, la stanchezza, la fame, ma con

bellezza:

"Bellezza, oggi ti voglio!"

(...intanto, respiro)”

Ermes Kalhòs

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/la-misura-nelle-relazioni-una-riflessione/109027