



Confederazione Mondiale Mornese Exallieve ed Exallievi delle Figlie di Maria Ausiliatrice

Via Gregorio VII, 133 int.4/sc.B 00165 Roma

Tel. 06/39.37.51.31 C.F. 97070250580 www.exallievefma.org

L'educazione dell'affettività e sessualità dei giovani in contesti di complessità e fluidità

Pina Del Core, fma

3. Istanze educative e pastorali

Perché i percorsi di *educazione all'affettività e alla sessualità* siano efficaci e ben progettati è indispensabile inquadrarli nel quadro di un'*educazione integrale*, che chiama in causa tutte le dimensioni della persona, dalla corporeità, al sentimento e al mondo emozionale, dalla sessualità all'identità psicosessuale, dalla conoscenza alle motivazioni e ai valori, dalla prospettiva temporale alla progettualità, dalle scelte alle decisioni, ecc. La maturazione affettiva, infatti, non può essere distinta o staccata dai processi maturativi globali, che riguardano tutte le altre sfere della personalità, dall'autonomia all'intelligenza, alla volontà.

Per poter coniugare insieme le dimensioni dell'affetto e della sessualità nelle relazioni e nei legami affettivi o di amicizia o nel rapporto di coppia, la persona umana deve possedere *competenze relazionali ed emotive* più generali, come la capacità di identificare e valutare le conseguenze del proprio comportamento, la capacità di decisione e di scelta, il saper negoziare negli scambi interpersonali, la capacità di autodeterminazione ed autocontrollo emotivo, la capacità di prendere le giuste distanze e di creare legami affettivi sufficientemente liberi e appaganti.

Nel percorso di crescita personale verso la costruzione di un'identità di vita liberamente scelta la maturazione e l'integrazione affettiva occupa un posto centrale. Ogni scelta di vita trova la sua solidità e, nello stesso tempo, la sua realizzazione piena sulla base di una personalità sufficientemente autonoma, che abbia costruito un concetto di sé abbastanza armonico e unitario tale da costituire il nucleo centrale dell'identità personale, culturale e vocazionale. In tal senso, è lecito interrogarsi se potrà essere autentica l'educazione che trascuri la consapevolezza di sé, l'autostima, l'empatia e la relazionalità che si correla con la solidarietà.

Imparare a rimanere in *contatto con il proprio mondo emozionale* e con esso saper interagire con la realtà in certe situazioni della vita è un traguardo di salute mentale che sostiene uomini e donne durante tutto l'arco della vita. La mancanza di educazione degli affetti impedisce una crescita corretta e fissa su oggetti inadeguati o sbagliati una quantità di energie che invece dovrebbero trovare, specie nell'adulto, oggetti più specifici, più "umani". Se a livello educativo si curasse di più l'*educazione del cuore* e la capacità di rimanere a contatto con le proprie emozioni, molte difficoltà e crisi si potrebbero prevenire e le persone sarebbero più disponibili e aperte ad andare incontro all'altro, sia nelle relazioni quotidiane, sia nella missione educativa e pastorale. Le conseguenze di tale mancanza di educazione affettiva si visualizzano spesso nella vita familiare o nelle interazioni sociali: bambini che non imparano a leggere il proprio codice emotivo e rimangono "fissati" sui bisogni infantili, adolescenti che leggono la realtà secondo un *codice emotivo* interiorizzato nella relazione arcaica con la madre, donne scontente perché non sempre possono esprimersi in modo adulto e uomini che si induriscono nel tentativo di dimostrarsi "razionali" in ogni situazione, incapaci di esprimere il loro mondo interiore o qualsiasi emozione, sia essa positiva che negativa, nelle relazioni con gli altri, soprattutto coloro con cui hanno stabilito un legame affettivo.

L'educazione del 'cuore' trova la sua efficacia inequivocabile nella *centralità della relazione*, in particolare nella *relazione educativa*, che si attua sia nell'accompagnamento personale che di gruppo: la messa in moto dei dinamismi affettivi attraverso la relazione interpersonale permette una più realistica conoscenza di sé e del proprio mondo emozionale (conoscere 'dentro' l'esperienza).

La capacità di sperimentare *affetto*, di esprimere la propria *affettività*, attraverso un'emozione armonica, è indispensabile per la formazione di una personalità sana. Per questo, la maturazione affettiva riguarda il soggetto nella sua globalità e non soltanto i suoi aspetti somatici o le funzioni pertinenti alla sfera sessuale.

L'affettività e la sessualità sono dimensioni della persona, che tuttavia è sempre una realtà unitaria: esse devono coniugarsi con l'intelligenza, la corporeità, la volontà e il proprio sistema di valori. In tal senso, un'affettività e sessualità poco integrata o disturbata comporterà sempre qualche disturbo in altre sfere della personalità.

Educazione dell'affettività: come intenderla?

In primo luogo, vorrei chiarire che l'affettività e la sessualità, da un punto di vista strettamente psicologico, si presentano come dei *processi di sviluppo*, come realtà particolarmente complesse, entrambe collegate all'identità personale e alla storia psicologica di ciascuno. Esse segnano profondamente la persona a tutti i livelli, a partire dal livello corporeo; si tratta dunque di dimensioni pervasive della vita e dell'identità tanto da permeare tutte le espressioni dell'esistenza umana, dal lavoro alle relazioni, alle scelte di vita, all'amore, alla religiosità. Gli studi e l'esperienza clinica evidenziano come non sia facile distinguere lo sviluppo psicoaffettivo da quello psicosessuale. Questi processi, che non sono paralleli, talvolta interferiscono tra loro e con altre dimensioni o aspetti della personalità, come ad esempio, l'aggressività, la relazionalità e la corporeità, le motivazioni e i valori, la forza e l'espansione dell'io, ecc.

Del resto, la stessa sessualità non riguarda solo il livello biologico, bensì anche le motivazioni, i valori, e la capacità di perseguire degli scopi di carattere antropologico, sociale e religioso. L'esperienza dimostra che quando si opera una scissione tra questi aspetti, tutti importanti ed essenziali per vivere in maniera armonica la sessualità, si perviene a forme di immaturità e di regressione che fissano la persona a stadi primordiali dello sviluppo.

L'affettività, in particolare, abbraccia tutto il mondo delle emozioni e dei sentimenti e consente alla persona di partecipare agli avvenimenti, di stabilire legami affettivi, relazioni di amicizia, di fraternità e di coppia, e non è disgiunta dalla sessualità che, pur essendo strettamente legata alla sfera biologica senza però ridursi ad una questione di genitali, si presenta come un sistema complesso in cui, oltre alla dimensione energetica e di pulsionalità, c'è quella ideale e di significato che la rende profondamente 'relazionale' e quindi 'umana'. Entrambe sono strutturalmente 'relazionali', perché spingono la persona fuori da sé, all'incontro con l'altro, nel superamento dell'individualismo o dell'isolamento narcisistico. *L'affettività e la sessualità*, quindi, sono due realtà complesse e ambivalenti, con percorsi differenziati ma interdipendenti e continuamente interagenti con altre dimensioni della personalità (come ad esempio: corporeità, aggressività, relazionalità, motivazioni e valori, religiosità, forza ed espansione dell'io, ...)

La *maturazione affettiva*, pertanto, va considerata sempre nel quadro globale di una *maturità umana* dinamicamente intesa: l'opzione per il matrimonio, per il celibato consacrato o per qualunque altra scelta esige alcune condizioni di equilibrio e di unitarietà della propria vita, inoltre presuppone lo sviluppo di una certa autonomia e di una chiara progettualità personale.

I percorsi di maturazione dell'affettività e sessualità si intrecciano con tutti i percorsi maturativi che contemporaneamente si realizzano nello sviluppo globale della persona. Si tratta di raggiungere progressivamente una certa *unificazione di sé* quale nucleo centrale dell'identità di cui le singole aree di maturazione fanno parte. Ne deriva che, di fronte alle scelte diversificate di vita che esigerebbero livelli diversificati di maturazione, si richiedono alcune condizioni di *equilibrio* e di *unitarietà* della

propria vita, come una certa *autonomia* ed una chiara *progettualità*, sia per la scelta del matrimonio, della genitorialità, sia per quella del celibato consacrato o per qualunque altra scelta di vita.¹

In conclusione: maturare nella capacità di amare

È importante richiamare uno dei concetti chiave di ogni percorso di educazione affettiva e che ha bisogno di superare l'ambiguità a cui spesso è sottoposto nella cultura contemporanea. Mi riferisco al termine *amore* che - come sottolineava Benedetto XVI nella Lettera Enciclica *Deus Caritas Est* (DCE) - ha una molteplicità di significati che talvolta indicano realtà totalmente diverse.

Maturare nella capacità di amare, comporta prendere in considerazione le tre dimensioni fondamentali o *fattori costitutivi dell'amore autentico: intimità, passione, impegno.*

L'intimità, fattore complesso, tipico dei rapporti amorosi, comprende il sentimento del legame, derivante da una positiva esperienza di accoglienza e di riconoscimento da parte dell'altro, mediante l'ascolto e la cura, il rispetto e la stima.

La *passione* esprime la componente più emozionale derivante dall'attrazione, non solo fisica, che trova la sua immediata origine nella dimensione erotica della sessualità, laddove l'aspetto estetico porterebbe all'idealizzazione e l'aspetto istintuale è fonte di energia passionale, di per sé inebriante e vitale, ma che può scadere nell'esclusività, nel possesso e nel puro piacere incontrollato.

La *decisione*, radicata nella passione e sostenuta dal legame di intimità, comporta la determinazione, la scelta di amare e di continuare il legame a lungo termine. Esige cioè l'impegno a protrarre nel tempo il legame che è divenuto un 'vincolo' sentimentale stretto e continuativo. Senza la componente decisionale, senza cioè la scelta del legame, saranno dominanti nella relazione la passione e l'intimità (anche sessuale) che di per sé sono ancora indeterminati e sempre alla ricerca di qualcosa o di qualcun altro. Non vi potrà essere vera scoperta dell'altro, né l'amore potrà divenire cura dell'altro e per l'altro senza la disponibilità lucida a tale processo decisionale. Così non vi potrà essere stabilità e sicurezza, perché più facilmente esposta all'erosione del legame: il fuoco fatuo dell'emozionalità ben presto può spegnersi o riaccendersi all'occorrenza.

Al contrario, l'amore vero invoca stabilità e sicurezza: «l'amore promette infinità, eternità – una realtà più grande e totalmente altra rispetto alla quotidianità del nostro esistere. [...] La via per tale riguardo non sta semplicemente nel lasciarsi sopraffare dall'istinto. Sono necessarie purificazioni e maturazioni, che passano anche attraverso la strada della rinuncia» (DCE 5). «Fa parte degli sviluppi dell'amore verso livelli più alti, verso le sue intime purificazioni, che esso cerchi ora la definitività, e ciò in duplice senso: nel senso dell'esclusività – 'solo quest'unica persona' – e nel senso del 'per sempre'. L'amore comprende la totalità dell'esistenza in ogni sua dimensione, anche in quella del tempo. Non potrebbe essere diversamente, perché la sua promessa mira al definitivo: l'amore mira all'eternità» (DCE 6).

¹ Cf DEL CORE Pina, *Educazione all'affettività*, in AA. VV., *Evangelizzare educando, educare evangelizzando. Emergenza educativa*, Roma, Il Calamo 2010, 141-172.