

VANNA BOFFO
La conversazione in famiglia

*Non privare nessun essere umano dei suoi metaxù,
cioè dei suoi beni relativi e confusi
che riscaldano e nutrono l'anima e senza i quali,
eccetto per la santità,
una vita umana non è possibile.
Simon Weil, L'ombra e la grazia*

Introduzione

Il tema che sarà affrontato nel presente contributo riguarda una problematica, quella della conversazione/comunicazione in famiglia, che si è venuta sviluppando in ambito educativo, soprattutto, negli anni Novanta del Novecento e nei primi anni del Duemila. La prospettiva pedagogica è orientata, sempre, dal confronto con più dimensioni disciplinari, dalla sociologia alla psicologia, alla psicoanalisi, alla storia, alla letteratura, alla filosofia e, in ultimo, ma non come ultime, dalle scienze della vita, biologia, neuroscienze, neurobiologia, medicina. Dunque, anche il presente contributo farà riferimento alle molte scienze che supportano il discorso pedagogico, essendo il tema della comunicazione emerso, storicamente, negli ambienti della cibernetica americana degli anni Quaranta del Novecento¹, ma avendo percorso, poi, tali variegiate strade, attraversando le scienze psicologiche e psicoterapeutiche, oppure emergendo preponderatamente come problematica di comunicazione fra *media*, che ci sembra importante e necessario fissare i termini mediante cui si parlerà di comunicazione e conversazione familiare.

Gli studi sulla conversazione familiare sono relativamente recenti e nascono in campo psicologico, con Clotilde Pontecorvo² che, in una ricerca ventennale, svolta con gruppi omogenei di famiglie italiane, francesi e americane, si occupò dell'insorgenza della trama sociale attraverso cui i genitori, a pranzo o a cena, più che in altri momenti della quotidianità familiare, trasmettono i propri modelli educativi ai figli oppure, da un altro punto di osservazione, educano i figli alla costruzione della comunità familiare.

Tali studi conversazionali furono, però, resi possibili dai molteplici studi di linguistica, sociologia, antropologia ed etnometodologia che si svilupparono negli Stati Uniti d'America fin dagli anni Sessanta del Novecento. E, pur tuttavia, l'analisi linguistica senza l'analisi comportamentale e relazionale, in campo pedagogico, non ha possibilità di essere adottata come strumento di pratica riflessiva. Da questo punto di osservazione, l'analisi linguistica, associata alla riflessione sui comportamenti, ha svelato l'importanza sociale e culturale della conversazione, come anche ha permesso di leggere i sottintesi e le contraddizioni, oltre e al di là delle parole proferite, o dei gesti manifestati

¹ A partire da questi studi di ambito matematico, verso gli inizi degli anni Cinquanta del Novecento, a Palo Alto in California prese avvio il progetto sullo studio della comunicazione interpersonale coordinato da Gregory Bateson che, sostanzialmente, è stato un interessante 'innovatore, potremo affermare un iniziatore, un creativo studioso di comunicazione umana nel Novecento. A lui si deve l'elaborazione, anche se non la stesura materiale, della *Pragmatica della comunicazione umana*, un modello di elaborazione e analisi della comunicazione interpersonale basato su una famosa e diffusa teoria assiomatica. Cfr. P. Watzlawick, J. H. Beavin, D.D. Jackson, *Pragmatica della comunicazione umana. Studio dei modelli interattivi della patologia e dei paradossi*, (1967), tr. it., Roma, Astrolabio, 1971.

² Cfr. C. Pontecorvo, F. Arcidiacono, *Famiglie all'italiana. Parlare a tavola*, Milano, Raffaello Cortina, 2007. Il volume raccoglie i risultati di una ricerca ventennale, diretta da Clotilde Pontecorvo, svoltasi dal 1991 con un gruppo di studiosi dell'Università "La Sapienza" di Roma. Le ricadute della ricerca sull'analisi della conversazione familiare sono state molteplici e dense di spunti di riflessione, anche in campo pedagogico, dove tali tematiche sono poco o nulla studiate.

per salutare, per accogliere, per affermare le opinioni o per sanare le controversie. Si rammentano, a tal proposito, gli studi di Erwing Goffman³ che, dalla metà degli anni Cinquanta fino alla fine degli anni Settanta del Novecento, hanno contribuito a definire come la conversazione sia il mezzo centrale per l'interazione umana e, soprattutto la base per la costituzione e la formazione del *self*, ovvero del *sé* del soggetto, la parte più intima e inaccessibile di ogni uomo.

Tuttavia, il percorso del presente testo, non si soffermerà sulle problematiche precedentemente esposte, di cui è stato volutamente dato solo un breve cenno, ma si inoltrerà a osservare gli aspetti che rendono possibile riflettere sulla conversazione come un vero e proprio modello di educazione familiare.

Non solo, gli strumenti che saranno presentati sono parte di un vero e proprio paradigma delle relazioni familiari, ma si inseriscono in un quadro di riferimento educativo che ha valenze, sì, di adattamento e comportamentali, ma che soprattutto guarda allo sviluppo umano etico, sociale e civile dei membri che della famiglia fanno parte.

La famiglia odierna è sotto scacco, da più punti di osservazione. E chiederci cosa sia famiglia, oggi, potrebbe dare avvio a inutili prese di posizione. Osservare, studiare, capire la famiglia, in senso pedagogico, significa guardarla e *sentirla* come il luogo delle relazioni interpersonali che danno l'abbrivio ai soggetti per nascere, crescere, divenire uomini e donne di un futuro che è sempre prossimo. In modo particolare, sappiamo che, pur nei cambiamenti delle legislazioni, ogni genitore non cesserà, mai, di essere il padre o la madre del figlio che ha generato. Tuttavia, proprio la prospettiva della relazione interpersonale ci impone di guardare a ogni tipologia di legame affettivo che nelle famiglia si vive e si respira. Dunque, la dimensione emotiva e affettiva si pone come un volano privilegiato per indagare la comunicazione e la conversazione familiare.

Analizzare la comunicazione e la conversazione familiare, dal punto di vista delle relazioni interpersonali significa porre in luce la matrice dell'intersoggettività, da una parte, e la matrice della formazione umana dell'uomo, dall'altra. Ogni processo di relazione/comunicazione rappresenta il luogo elettivo della nascita del bambino, così come della nascita del genitore, ma soprattutto ogni legame intersoggettivo, all'interno della famiglia, è il legame di senso che consegna a ogni soggetto umano il significato *del* vivere e *al* vivere.

Conversazione e Comunicazione

Cosa è la conversazione e in quali termini differisce dalla comunicazione?

Bisogna andare molto a ritroso nel tempo per incontrare la conversazione come vero e proprio modello di formazione umana. Accadeva nei nascenti stati europei, fra il Seicento e i Settecento, che la conversazione, nei salotti nobiliari, fosse il fine della vita di corte per uomini e donne che avevano assunto il conversare come un vero e proprio modello di formazione al vivere. Molte sono le testimonianze in tal senso, come quelle riportate da François de La Rochefoucauld, nel celebre volume delle *Massime*, fino a ciò che di negativo afferma lo stesso Jean Jacques Rousseau contro la conversazione.

³ Cfr. E. Goffmann, *La vita quotidiana come rappresentazione*, (1959), tr. it., il Mulino, Bologna, 2001. Viene qui indicato il testo centrale negli studi di Erwin Goffman sulla conversazione come interazione "faccia a faccia". Si deve proprio a questo autore il superamento delle posizioni di George Simmel per il quale la conversazione e le regole che le sono proprie manifestano un ambiente sociale determinato. Per Goffman, invece, le regole della relazione che sostengono gli stati psicologici dei partecipanti sono proprie di ogni interazione "faccia a faccia". L'ordine di ogni interazione, come anche le sue regole conversazionali, è proprio di ogni situazione sociale a cui due o più individui possono partecipare. In conclusione, le regole che modulano la conversazione fra soggetti sono immanenti a qualsiasi situazione di co-presenza.

Conversazione significa dirigersi gli uni verso gli altri, significa andare incontro, orientarsi, proiettarsi verso il proprio interlocutore in una situazione paritaria che non accade, intenzionalmente, nei quotidiani contesti comunicativi. La conversazione esprime la tensione verso l'altro come altro-da-sé, in un gioco linguistico alla pari, dove i soggetti non sono in una condizione asimmetrica, *up* contro *down*, bensì, sono interagenti con il fine di condividere, di mettere in comune, di comportarsi gli uni verso gli altri per ascoltar-si, per rispecchiar-si, per donar-si. Durante e *nella* conversazione la comune umanità si costituisce, attraverso il medesimo uso della parola. Significative, a tal proposito, sono alcune pagine delle *Massime*,

Uno dei motivi per cui ci sembrano così rare le persone ragionevoli e piacevoli nella conversazione, è che quasi tutti pensano più a ciò che vogliono dire che a rispondere con precisione a ciò che gli si dice. [...] Bisogna ascoltare, se si vuole essere ascoltati; bisogna lasciare agli altri la libertà di farsi capire e perfino di dire delle cose inutili. [...] Bisogna evitare di parlare a lungo di noi stessi e di proporci come esempio. Non è mai troppa la cura che si pone nel conoscere le propensioni e le mentalità dei nostri interlocutori⁴.

Se la conversazione ci restituisce la dimensione più intima del parlare insieme, ma anche del riflettere attraverso lo scambio della parola, la comunicazione rappresenta, invece, una dimensione sociale, forse più esteriore, più superficiale. La conversazione, al contrario, è un piacere semplice e intenso, una sorta di pragmatica della vita, non è costruita dalle convenzioni sociali e ha luogo attraverso il dispiegarsi della socievolezza, della discrezione e della gratitudine, come ben ha messo in rilievo George Simmel⁵, in alcuni fulminanti scritti sulle forme dello sviluppo della modernità.

La socievolezza è la forma ludica dello stare insieme, è un gioco «in cui “si fa” come se tutti fossero uguali e, al tempo stesso, come se si avesse stima di ognuno in modo particolare»⁶. La socievolezza non richiede interessi in cambio, si dà fra pari, fra uguali. Ha, fra le proprie caratteristiche, l'uguaglianza, la leggerezza, la cortesia e la gratuità. La conversazione che trattiene tutte queste dimensioni è proprio l'arte dello stare insieme, nel dialogo, nello scambio della parola, senza richiedere niente come restituzione perché è l'essenza dell'incontro discreto e non urlato, della relazione più profonda e che non chiede nulla in cambio. La conversazione rappresenta il riconoscimento del volto dell'altro.

Accanto alla socievolezza, la conversazione dispiega le dimensioni della discrezione e della gratuità. La prima rappresenta la forma del rispetto dell'intimità, trattiene la sensibilità verso le differenze, Ogni soggetto è diverso dall'altro: è necessario mantenere uno spazio di rispetto, una sfera ideale di discrezione, appunto, oltre la soglia della quale non è dato accedere. La soglia è un luogo mentale, un tempo, oltre che uno spazio, per mezzo del quale i conflitti hanno la possibilità di trasformarsi in confronti, per mezzo del quale ogni uomo può costituire l'invisibile senso del rispetto, del giusto scambio, dell'onore e del valore dell'altro.

E infine, la gratuità. Se la comunicazione rimanda a una dimensione economica dello scambio reciproco, pur anche della parola, la conversazione dona con gratitudine la parola all'altro. Non c'è alcun esproprio della sfera personale, ma la relazione si fa ponte di un darsi senza richiedere indietro altro che il piacere dell'aver dato. Lo scambio diviene atto etico della disposizione verso il più impercettibile degli stimoli che l'altro ci manifesta. La conversazione manifesta la gratitudine della

⁴ F. de La Rochefoucauld, *Massime. Riflessioni varie e autoritratto*, tr. it., Milano, Rizzoli, 2001. La prima edizione manoscritta delle *Massime* fu resa pubblica nel 1663.

⁵ G. Simmel, *La socievolezza*, (1911), tr. it., Roma, Armando, 1997. La socievolezza per Simmel è il nucleo forte della società moderna, manifesta quella reciprocità che permette agli individui di divenire parte di una comunità senza fini utilitaristici.

⁶ *Ivi*, p. 49.

parola e vive, oltre il tempo e oltre lo spazio, proprio per la profondità dell'atto dialogico che mantiene vivo il rapporto sociale e comunicativo, al di là e oltre lo scambio verbale.

La conversazione è uno dei modi attraverso cui la soggettività umana, in famiglia, si forma e si trasforma, proprio attraverso la socievolezza mediante cui si manifesta, attraverso la discrezione che nasce dal rispetto per ogni membro, attraverso la gratuità che in famiglia, nelle relazioni genitoriali o di coppia, è il segno distintivo dell'affetto e dell'amore che cementano ogni rapporto filiale e genitoriale.

La parola, il gesto e lo sguardo

Se la conversazione costituisce una dimensione fondante delle relazioni familiari, i modi con cui si dissemina, nei rapporti fra genitori e figli, nei legami di coppia e attraverso le generazioni, rappresentano anche il mezzo attraverso cui passano i modelli educativi e formativi. La conversazione familiare, infatti, manifesta il modello dello stile educativo della famiglia. Il modo con cui si comunica e si conversa ci palesa al mondo. Il modo, con cui i genitori comunicano, educa e forma i figli e diviene il mezzo per la crescita di soggetti che diventeranno portatori di speranza, se la speranza sarà stata vissuta nelle comunicazioni interpersonali, diventeranno cittadini responsabili, se la responsabilità sarà stata assorbita attraverso i gesti familiari, diventeranno persone consapevoli, se la consapevolezza sarà stata consegnata dalla madre e dal padre attraverso le azioni quotidiane della cura di sé.

Cosa significa l'affermazione che la conversazione è un modello di educazione alla consapevolezza, alla responsabilità, alla cittadinanza? Il modo con cui gli adulti gestiscono le parole, i silenzi, le pause o gli intercalari cela sempre, a ben guardare, ciò che pensiamo dell'altro. La conversazione è così talmente densa di vita che, da sempre, i filosofi hanno saputo che l'uso della parola era conduttore del pensiero, molto più delle azioni e dei gesti. La conversazione è, però, anche azione e parola. L'azione è quella del parlare, del dire, del mostrarsi all'altro e, mostrandosi, manifestare il proprio pensare. Forse l'uso della parola non ci mostra per quello che siamo più profondamente?

La conversazione è il mezzo della formazione dell'uomo. Perché?

Sappiamo, dagli studi neurobiologici attuali⁷, ma fin dalla seconda metà del Novecento, dagli studi di matrice psicoanalitica, che la comunicazione materna è alla base dello sviluppo del feto, ma ancor più è alla radice dello sviluppo cerebrale del bambino, da un parte, e della mente della madre, dall'altra. La maternità modella la mente materna attraverso la conversazione che si attiva fra madre e figlio, fin dal concepimento. Non è solamente una questione di sentimenti, si potrebbe dire. Le ricerche della neurobiologia interpersonale, in corso, ci descrivono mirabilmente lo stato sociale del nostro cervello e i modi attraverso cui la parola e la relazione conversazionale modellano, formano e trasformano le strutture cerebrali infantili, come quelle adulte. Sappiamo, infatti, che i modelli relazionali che si formano nei primi mesi di vita sono sostenuti dalla capacità della madre di essere responsabilmente dialogante, di essere conversazionalmente adeguata per permettere al figlio di sperimentare l'accoglienza, la fiducia, il benessere affettivo. Tutti aspetti centrali per la costituzione di modelli operativi mentali che rappresenteranno gli schemi del comportamento adulto.

Potremmo affermare che la conversazione madre- bambino e, successivamente, quella padre-bambino saranno le chiavi di accesso per la costruzione di relazioni future adeguate, resilienti e re-

⁷ Cfr. D.J. Siegel, *La mente relazionale. Neurobiologia dell'esperienza relazionale*, (1999), Milano, Raffaello Cortina, 2001; D.J. Siegel, *Mindfulness e cervello*, (2007), Milano, Raffaello Cortina, 2009; D.J. Siegel, *Mindsight. La nuova scienza della trasformazione personale*, (2010), Milano, Raffaello Cortina, 2011; D.J. Siegel, M. Hartzell, *Errori da non ripetere. Come la conoscenza della propria storia aiuta ad essere genitori*, (2003), tr. it., Milano, Raffaello Cortina, 2005. Cfr. anche M. Ammaniti, *Pensare per due. Nella mente delle madri*, Roma-Bari, Laterza, 2008; L. Cozolino, *Il cervello sociale. Neuroscienze delle relazioni umane*, (2006), Milano, Raffaello Cortina, 2008.

sponsive. I genitori, in particolare la madre, consegnano ai figli le chiavi delle relazioni future. La plasticità cerebrale, certamente, non è deterministicamente indirizzata, ma l'amore, l'affetto, l'emozione dell'essere madre e dell'essere padre transitano nella quotidianità di gesti, solo apparentemente banali, di parole sussurrate inconsapevolmente, e consegnano al figlio il mezzo per vivere con speranza, con coraggio, con gioia.

Per i motivi accennati, i modelli educativi sono veicolati dalle conversazioni silenziose. Prima delle parole, sono i gesti, gli sguardi, gli atteggiamenti a colorare una conversazione e a renderla una forma vitale di esistenza aperta e amorevole. La formazione umana dell'uomo, che non è solo educazione conformante ai modelli sociali, innerva ogni forma di conversazione e di comunicazione e, di converso, ogni forma di conversazione trattiene e modella la forma del soggetto che la agisce⁸.

La parola, ma anche il suo opposto, il silenzio, modellano la vita familiare nelle alternanze di turni, nella cessione dei discorsi, nelle frasi spezzate e nelle riparazioni istintive. Oggi, però, è quanto mai necessario che gli adulti sappiano conversare con i propri figli sulla base di una autenticità che la dominanza della conversazione mediata sminuisce ad apparente discorso superficiale e mondano⁹. Educarsi all'uso della parola è quanto mai urgente, in un mondo, quello familiare, dove la parola deve rappresentare il filo rosso, il *leit motiv*, di una vita condivisa e umanamente sostenibile. Siamo fatti di parole e la nostra esistenza di uomini è modellata dalle narrazioni che ci rivolgiamo gli uni gli altri. Ogni famiglia ha una propria narrazione, ogni famiglia ha le proprie parole, il proprio lessico. Come adulti e come genitori, con senso di responsabilità, dobbiamo sempre re-imparare l'uso e il senso delle parole familiari, per sostenere l'orizzonte del cambiamento, ma anche per affermare la necessità del cambiamento di fronte alla perdita dei valori sociali e civili nel mondo.

L'attenzione e l'ascolto

Ogni madre sa che, prima ancora dell'uso della parola, è l'emozione dell'incontro con il proprio bambino ciò che rende magico e benefico il rapporto. La relazione madre-bambino è fatta di gesti, di tatto, di odori, di insignificanti particelle sensibili che fluiscono e rendono unico l'incontro fra quella madre e quel bambino. I neurobiologi oggi ci dicono che i fattori chimici sottostanti alle emozioni e alle sensazioni stimolano la mente del bambino e della madre in una sorta di rinforzo continuo e congiunto. Una madre sa che il *sentire* è primario a ogni frase, a ogni sillaba proferita. Le madri *sanno* che il nutrimento affettivo è più importante di ogni nutrimento materiale. La capacità di imparare una lingua, la lingua-madre appunto, da parte del bambino, viene incrementata dalla possibilità di essere allattato e di poter vivere a contatto fisico con il proprio *caregiver*. Tutti questi aspetti ci introducono al senso dell'attenzione e dell'ascolto che sono due aspetti che precedono l'uso del dialogo e della parola nella conversazione educante e formativa.

L'attenzione ci dispone naturalmente verso l'altro. La madre porta attenzione al proprio figlio e così facendo permette al bambino di imparare ad avere attenzione verso i multiformi aspetti della vita, verso l'apprendimento, verso le esperienze, verso i propri simili. L'attenzione implica il riconoscimento della presenza dell'altro: il pianto del bambino o le distrazioni dell'adolescente, i "no" e il "conflitto" sono aspetti della richiesta di attenzione che ogni essere umano porge ai propri interlocutori affettivi. In famiglia, i genitori imparano con l'esperienza che essere attenti alle mille necessità e alle infinite richieste dei figli è importante più che dettare loro regole e imposizioni. L'attenzione è un cogliere lo spirito della relazione che unisce i membri di una famiglia, è un modello di formazione perché trasforma le proprie visioni del mondo.

⁸ Cfr. F. Cambi, L. Toschi, *La comunicazione formativa. Strutture, percorsi, frontiere*, Milano, Apogeo, 2006.

⁹ Cfr. V. Mancuso, *La vita autentica*, Milano, Raffaello Cortina, 2009.

Senza attenzione non c'è ironia, ovvero la capacità di dislocare la propria ragione e far valere anche quella altrui. Se i genitori saranno capaci di attenzione verso i propri figli avranno imparato anche ad avere attenzione verso se stessi. Ecco, se c'è un aspetto della vita familiare che è necessario re-imparare sempre, ogni giorno, è proprio questo. Per attendere verso i figli, per ascoltare, poi, i figli, è necessario, prima saper accudire se stessi, ascoltare i molteplici sé della propria vita vissuta. Per essere genitori è importante, curare la conoscenza di se stessi, è necessario andare alle proprie radici.

L'attenzione e l'ascolto, che pongono le prime fondamenta della conversazione familiare, sono disposizioni, potremmo dire, per la cura della formazione dell'uomo, conosciute fin dall'antichità. La pratica dell'attenzione è ben illustrata nelle *Diatribes* di Epitteto, filosofo stoico del III secolo d.C., richiamato da Pierre Hadot, che, nel suo volume dal titolo emblematico *Esercizi spirituali* afferma:

L'attenzione (*prosoché*) è l'atteggiamento spirituale fondamentale dello stoico. Sta in una vigilanza e una presenza di spirito continue, una coscienza di sé sempre desta, una costante tensione dello spirito. [...] Grazie a questa vigilanza dello spirito, la regola di vita fondamentale, ossia ciò che dipende da noi e quello che non dipende da noi, è sempre "sottomano"¹⁰.

Ancora Pierre Hadot sottolinea come l'attenzione sia una vigilanza mentale che ci permette di fare "a proposito" ciò che si sta facendo, in una sorta di concentrazione sul momento presente¹¹.

Ai genitori è richiesta, sempre, la capacità di attenzione e l'esercizio più responsabile possibile della vigilanza; insieme all'attitudine all'ascolto, che è poi sempre un esercizio spirituale, nel senso di un esercizio *della e per* la vita pensata, attenzione, ascolto, dialogo e uso della parola implicano la disposizione etica a vivere, non solo a interpretare, il senso della vita. Ascoltare il bisogno del partner o del proprio figlio implica sempre un ascolto di sé che è, però, espressione di un modello di formazione e di educazione al vivere. Gli atti conversazionali e comunicativi non sono separati dalla forma educativa dai quali emergono, non sono distinti dal modello di famiglia che ciascun adulto/genitore immagina e attua con e per i propri figli. La conversazione è davvero l'espressione più immediata e diretta, talvolta inconsapevole, della forma di uomo e di donna che ogni genitore esprime e che, così facendo, trasmette ai propri figli, in una generazione continua dei modelli familiari affettivi e educativi.

Conclusioni

Dal punto di vista pedagogico, l'interesse verso la conversazione riguarda la possibilità di trasformazione e cambiamento nelle relazioni genitori-figli. In un contesto sociale e culturale quale è quello nel quale stiamo vivendo, dove la perdita di riferimenti certi, la crisi economica, la trasformazione del lavoro, il cambiamento degli stessi legami familiari, manifestano la precarietà che dalle cose si insinua nei soggetti, nei rapporti genitoriali, nei legami filiali, è quanto mai necessario riflettere sulle forme comunicative che ci legano, in famiglia e nei contesti sociali della quotidianità.

La condizione di vita attuale appare essere, ogni giorno di più, una condizione di esistenza nella precarietà e nello scarto. Di fronte ai cambiamenti che travolgono gli uomini comuni dobbiamo re-imparare a vivere nello scarto e nella resistenza. Apprendere a resistere al disinteresse verso se stessi, alla mancanza di senso delle parole dette, al vuoto della mancanza di ascolto, all'inautenticità che non ci dispone all'attenzione e alla vigilanza è un compito per i genitori e per la famiglia.

¹⁰ P. Hadot., *Esercizi spirituali e filosofia antica*, (2002), tr. it., Torino, Einaudi, 2005, pp. 34-35.

¹¹ *Ibidem*.

Si è vigili, si è attenti, si ascolta se ci si cura dell'altro, se ci curiamo dell'esercizio dell'essere autentici, per essere consapevoli e responsabili. I genitori hanno la necessità di dover essere attenti, vigili, consapevoli: in un unico modo. Attraverso l'empatia¹². La conversazione empatica è uno strumento per il conflitto, ci fa stare nel dissidio e ci dona l'arte del saper rispondere con cura ai bisogni dei figli.

L'empatia è un sentire dell'altro, attraverso l'altro. L'empatia è un apprendere continuo e costante, nel qui e nell'ora attuale, ci indica che è la relazione con l'altro, il figlio, la madre, il padre, il compagno o la compagna, a fornirci un senso e un significato come esseri umani. L'empatia va imparata, è difficilmente raggiungibile, ma come afferma Edith Stein, che dell'empatia è la massima teorica, è il mezzo per comprendere sé e l'altro-da-sé. *Sentire l'altro*, ovvero praticare l'empatia, riassume l'ascolto e l'attenzione verso di sé, comporta la vigilanza verso l'altro, implica saper concedere la giusta parola nel momento della necessità. L'empatia è il mezzo dell'avvicinarsi ai figli con discrezione, con rispetto, con gratitudine.

La conversazione empatica può essere una via per la formazione familiare, da apprendere, da esercitare, da vivere nella quotidianità più difficile e dolorosa, per consegnare, come genitori, ai figli e alle future generazioni il valore stesso dell'esistere, con gli altri e per gli altri.

Riferimenti bibliografici

- M. Ammaniti, *Pensare per due. Nella mente delle madri*, Roma-Bari, Laterza, 2008.
- F. Cambi, L. Toschi, *La comunicazione formativa. Strutture, percorsi, frontiere*, Milano, Apogeo, 2006.
- L. Cozolino, *Il cervello sociale. Neuroscienze delle relazioni umane*, (2006), Milano, Raffaello Cortina, 2008.
- P. Hadot, *Esercizi spirituali e filosofia antica*, (2002), tr. it., Torino, Einaudi, 2005.
- E. Goffmann, *La vita quotidiana come rappresentazione*, (1959), tr. it., il Mulino, Bologna, 2001.
- F. de La Rochefoucauld., *Massime. Riflessioni varie e autoritratto*, tr. it., Milano, Rizzoli, 2001.
- V. Mancuso, *La vita autentica*, Milano, Raffaello Cortina, 2009.
- C. Pontecorvo, F. Arcidiacono, *Famiglie all'italiana. Parlare a tavola*, Milano, Raffaello Cortina, 2007.
- D.J. Siegel, *La mente relazionale. Neurobiologia dell'esperienza relazionale*, (1999), Milano, Raffaello Cortina, 2001.
- D.J. Siegel, *Mindfulness e cervello*, (2007), Milano, Raffaello Cortina, 2009.
- D.J. Siegel, *Mindsight. La nuova scienza della trasformazione personale*, (2010), Milano, Raffaello Cortina, 2011.
- D.J. Siegel, M. Hartzell, *Errori da non ripetere. Come la conoscenza della propria storia aiuta ad essere genitori*, (2003), tr. it., Milano, Raffaello Cortina, 2005.
- G. Simmel, *La socievolezza*, (1911), tr. it., Roma, Armando, 1997.
- E. Stein, *Il problema dell'empatia*, (1917), Roma, Studium, 1984.
- P. Watzlawick, J. H. Beavin, D.D. Jackson, *Pragmatica della comunicazione umana. Studio dei modelli interattivi della patologia e dei paradossi*, (1967), tr. it., Roma, Astrolabio, 1971.

¹² E. Stein, *Il problema dell'empatia*, (1917), Roma, Studium, 1984.