L'ADULTO NELL'OUTDOOR EDUCATION: AFFRONTARE SITUAZIONI DI RISCHIO

di Loredana Ronzoni, Referente Progetto Outdoor Educazion IC Gino Strada Casirate d'Adda, Cofondatrice Bambini-Radice APS

Neurocezione: il sistema nervoso valuta il rischio e la sicurezza dell'ambiente, al di fuori della nostra consapevolezza conscia. Nella Teoria Polivagale Porges mette al centro due imperativi biologici: *essere e restare in vita*.
"Mi sento al sicuro?" Quando inconsapevolmente ci facciamo questa domanda entra in gioco la neurocezione che in modo del tutto **soggettivo** mappa contesto e relazioni per rispondere.
Il nostro sguardo verso gli altri è sempre filtrato da quello che siamo, la nostra professionalità è un equilibrio tra il sapere acquisito dallo studio e l'esperienza e i vissuti personali dall'infanzia a oggi.
Assodato che per il bambino il rischio è un'opportunità di apprendimento e di sviluppo cognitivo, proviamo a riflettere su come lavorare su noi stessi, per rendere queste occasioni realmente vantaggiose dal punto di vista educativo.

Ogni situazione di rischio suscita sensazioni e reazioni diverse in ognuno di noi, **quello che sentiamo dice qualcosa di quello che siamo**: come siamo stati cresciuti, come abbiamo affrontato il rischio quando eravamo bambini e in ultimo ci riporta a come gli adulti della nostra infanzia reagivano alle situazioni di rischio in cui eravamo coinvolti.
L'ansia e la preoccupazione che possono accompagnare l'osservazione di una situazione percepita come rischiosa passano dall'adulto al bambino e generano una spirale di comportamenti in cui l'ipervigilanza si presenta anche in contesti definiti sicuri.

Siamo di fronte a un bambino che si arrampica su un albero, che utilizza un martello, che attraversa un sentiero accidentato, che gioca con i bastoni, che cammina su un ponticello e come guide educative in pochi secondi osserviamo, valutiamo lo scenario, intravediamo possibilità e pericoli. La respirazione può subire un'accelerazione, l'istinto può suggerire di intervenire alzando il tono di voce o muovendoci rapidamente verso il bambino.
Cosa fare davvero? Sappiamo che in una situazione di reale pericolo l'intervento immediato è necessario, ma quando si tratta di rischio la **valutazione** è l'azione che determina le conseguenze. La valutazione avviene in pochi secondi, è fondamentale allenarci all'osservazione del volto del bambino, leggere la sua espressione ci permette di comprendere in che stato emotivo si trova e se c'è una richiesta di aiuto. Se decidiamo o meno di intervenire è importante interrogarci su come farlo e restare fedeli all'idea di bambino che accompagna ogni nostra esperienza, ci viene chiesto dunque di mettere da parte l'ansia che scaturisce da esperienze personali pregresse, in favore di azioni che supportano concretamente il bambino e la sua sperimentazione del momento.
Solo dopo, quando l'esperienza sarà terminata potremo concentrarci sulla situazione, riviverla per comprenderla e darci strumenti nuovi per affrontarla nuovamente. Che sia un'autoriflessione o una condivisione di stati d'animo e pensieri ci sono alcune domande che ci possono aiutare a guardare il vissuto nel dettaglio e da una prospettiva differente; dopo aver descritto il contesto chiediamoci:

-Quando ho cominciato a percepire ansia?
-Quale paura ha preso forma nella mia testa?
-Mi sono trovata davanti a un pericolo reale e tangibile?
-Ho mai fatto un'esperienza simile da bambina/o?
-L'adulto della mia infanzia cosa avrebbe fatto/cosa avrebbe detto?

Riconosciamoci come insegnanti in formazione, come persone con dei limiti e diamoci l'opportunità di superarli con i nostri tempi e negli spazi che più prediligiamo. Essere guide educative non significa affrontare tutto subito, essere sempre adeguate alla situazione, significa **avere la volontà di riconoscersi** e di lavorare sul proprio essere in funzione della propria professionalità e di un concetto di educazione che ci spinge ad affiancare i bambini in un percorso in cui il fare è il centro della costruzione di competenze.

Pillole di Outdoor Education:

"L'ambiente esterno è sensorialità, è ascoltare e guardare, poter lasciare spazio al silenzio perchè gli sguardi dei bambini siano in grado di tornare a guardare e sentire le emozioni.
la fretta non c'è all'esterno perchè il ritmo lento permette di cogliere il particolare, comprendere quel suono, rumore, respiro, silenzio."

Sandra Mei - Mirca Ognisanti, *Dal rischio all'opportunità*

