

**“PRENDERSI CURA, CUSTODIRE, CONSERVARE”**  
**XIII Workshop di Educazione Ambientale nelle Aree Protette Lombarde.**

**24 OTTOBRE**

La mattina è iniziata con l'intervento di **Macella Danon** di Ecopsichè che ha parlato di ecologia affettiva. Ha iniziato sottolineando come l'uomo in tempi rapidissimi abbia portato e sta portando grandi modificazioni al Pianeta dimenticando proprio legame con l'ambiente naturale. Entra così in gioco l'ecologia affettiva, la quale si propone di riscoprire e rafforzare quell'innato sentimento che lega l'uomo all'ambiente e alla Natura. Negli anni '90, in California, nasce una nuova disciplina: l'Ecopsicologia, derivante dall'unione tra Ecologia – che studia l'ambiente - e Psicologia – che studia l'uomo. L'ecopsicologia, si occupa quindi dell'interdipendenza tra le qualità delle relazioni intrapersonali e qualità delle relazioni con il mondo, in un'ottica ecocentrica. Secondo questa disciplina, la perdita di contatto con la Natura va di pari passo con la perdita di connessione dell'individuo, che si traduce in vuoto esistenziale. L'obiettivo dell'ecopsicologia è la riconnessione tra ciò che è l'individuo e ciò che è il mondo. Per raggiungere questo scopo è necessario lavorare su tre grossi filoni: l'intelligenza emotiva ed ecologica, il senso di appartenenza inteso come cittadinanza ecologica, ed infine la consapevolezza, la quale può essere allenata con le piccole azioni della vita quotidiana.

Altro concetto fondamentale dell'ecopsicologia, sottolinea Marcella Danon è la biofilia, l'innato senso di appartenenza che noi sentiamo nei confronti della Natura. Componente innata, ma non istintiva, facile da risvegliare.

Esistono due teorie fondamentali per promuovere l'educazione ambientale: teoria della rigenerazione dell'attenzione e teoria del recupero dello stress. Secondo la prima teoria, affinché si possa avere un uguale livello di attenzione, è importante “ricaricare” le cellule neuronali. Esistono, pertanto, quattro parametri importanti che permettono il rilassamento:

- 1) Trovarsi al di fuori dell'ambiente consueto (Being away);
- 2) Essere avvolti in qualcosa (Extent);
- 3) Capacità di meravigliarsi e lasciar fluire l'immaginazione;
- 4) Compatibilità con l'ambiente esterno e quindi sentirsi a proprio agio (Compatibility).

La seconda teoria si avvale di tutta una serie di dati scientifici che dimostrano come l'esposizione agli ambienti naturali sia un metodo rapido ed efficace per recuperare dallo stress. Per esempio in Giappone si è sviluppata la Forest Medicine, secondo cui trascorrere più tempo nella natura potrebbe avere alcuni sorprendenti benefici per la salute. Una serie di studi hanno dimostrato che se un paziente si reca in un ambiente naturale, questo potrà godere di numerosi benefici, tra quali

concentrazioni inferiori di cortisolo, diminuzione della frequenza cardiaca e della pressione sanguigna, diminuzione dello stress e cura della depressione.

Conclude, quindi, l'intervento sottolineando l'importanza del favorire l'incontro tra uomo e Natura per conoscere pi  a fondo l'io interiore.

Marcella Danon ha quindi proposto attivit  pratiche al fine di conoscersi meglio all'interno del gruppo di lavoro, basate sull'ascolto dell'altro.

Nel primo esercizio sono state disposte alcune immagini fotografiche sul pavimento e ogni componente del gruppo, camminando tra le foto, aveva il compito di soffermarsi su quell'immagine che pi  lo attrae. Si sono creati, quindi, dei gruppi attorno ad ogni foto e ogni componente aveva il compito di esporre il motivo per cui avesse scelto l'immagine, il particolare che pi  lo attraeva ed la relazione tra l'immagine scelta e il momento della propria vita.

Nel secondo esercizio i partecipanti sono stati divisi in coppie. Ogni partecipante doveva raccontare all'altro che tipo di legame ha instaurato con la Natura e come   nato. Questa azione   stata realizzata percorrendo insieme un sentiero nel bosco.

Il terzo esercizio, invece di basarsi sull'ascolto del prossimo, si   incentrato sull'ascolto di noi stessi. L'attivit  ha avuto inizio chiudendo gli occhi e ponendo l'attenzione sul proprio respiro. A questo punto ogni partecipante ha iniziato a sentire le esigenze fisiche del proprio corpo (per esempio le parti fredde del corpo), per poi passare a comprendere i propri pensieri e sentimenti. Marcella Danon ha poi chiesto ai partecipanti, di concentrarsi sul mondo attorno a s , usando tutti e cinque i sensi, ripercorrendo il sentiero nel bosco e cercando di liberare la mente, riconnettendo il proprio io con la Natura.

Il pomeriggio ha visto l'intervento di **Selima Negro**, di Pedagogia del Bosco - Ricerca e Formazione, che ha parlato di pedagogia e didattica in Natura. L'incontro si   aperto con un piccolo esercizio "sul campo" per rompere il ghiaccio: andare in Natura e cercare un oggetto che ricordi un gioco dell'infanzia, mostrarlo e parlarne con almeno un'altra persona, prima della discussione comune in sala.

Una volta tornati in sala,   emerso dai racconti dell'esperienza appena vissuta come tutti i presenti siano accomunati da un amore verso la Natura e l'esperienza attiva in essa.

Selima Negro ha sottolineato come oggi si abbia una minore tolleranza al rischio nei giochi dei bambini, come non ci sia più molto tempo destrutturato che possa favorire l'emergere del gioco spontaneo, come manchi in generale una comunità di riferimento intorno alle famiglie a cui poter delegare la cura e la sorveglianza dei bambini, come in generale i bambini siano poco abituati a trascorrere del tempo in Natura. L'esperienza della relatrice con l'educazione in Natura è cominciata quando, dopo aver lavorato per molti anni in vari contesti educativi, decise di provare a costruire per suo figlio un'esperienza diversa collaborando con altre famiglie della sua zona, e costruendo un gruppo che avesse bisogni, valori e interessi condivisi.

Nella pedagogia del bosco viene messa al centro la motivazione intrinseca di ogni bambino. Viene data importanza all'ascolto delle proposte e delle esigenze del bambino, alla non-interferenza dell'adulto nelle attività durante i lunghi momenti destrutturati, alla capacità di improvvisazione che permette di non attenersi rigidamente alle attività progettate, accogliere l'imprevisto e usarlo per creare dei momenti formativi che seguano i bisogni del gruppo in quel momento.

Nella pedagogia del bosco c'è una visione specifica dell'apprendimento per cui il bambino può imparare al meglio se è interessato a quello che fa e se è alla guida del proprio percorso di apprendimento (apprendimento autodiretto). Si agisce con lentezza e si rispettano i tempi di ogni singolo bambino. Spesso si formano così molti gruppetti di bambini impegnati in attività diverse decise da loro, che mettono in atto apprendimenti diversi ma tutti ugualmente importanti perché partono dall'interesse dei bambini. Il tempo nei progetti di pedagogia del bosco non è quindi un tempo pieno di cose da fare, è un tempo lento ma comunque molto ricco, in cui si è immersi nel momento e in cui sono i bambini stessi a guidare il percorso e a indicare dove puntare l'attenzione. I bambini in questo modo imparano a riconoscere i propri bisogni, esprimere le proprie necessità e portare i propri interessi nell'ambiente, influenzandolo; l'adulto in questo contesto ha il ruolo di rispondere all'interesse del bambino e verificare che l'ambiente offra sempre opportunità abbastanza ampie.

Questo modello può avere diversi vantaggi, fra cui quello di rispondere direttamente ai bisogni espressi dei bambini di momento in momento, e di essere meno stressante per gli educatori adulti, ma perché sia produttivo deve essere condiviso con le famiglie. Serve quindi un grosso lavoro di comunicazione e condivisione per non generare ansia, e un patto preventivo che

chiarisca bene i valori di riferimento, gli obiettivi che ci si pone, le attività proposte e i rischi che si è disposti a tollerare.

Il modello dell'educazione nel bosco può essere proposto come integrale, in cui la filosofia della forest school dà forma a tutti gli apprendimenti del bambino, per un tempo prolungato e con continuità giornaliera o settimanale, oppure come integrato, un periodo ben definito a integrazione di altri percorsi e esperienze.

I bambini educati con questo metodo hanno buone proprietà di linguaggio, grazie principalmente a tre fattori:

- unione di linguaggio e movimento: eseguire dei movimenti mentre si parla, come per esempio succede in alcuni giochi o in certe filastrocche, aiuta i bambini a distinguere le sillabe e le lettere;

- ambiente destrutturato: in questo tipo di ambiente i bambini devono capire e saper esporre quello che vogliono in modo chiaro e convincente; inoltre si verificano meno "copioni", cioè quei dialoghi fra adulto e bambino che si ripetono sempre uguali più volte nell'arco della giornata o della settimana;

- esperienze personali: vivendo esperienze molto personali, i bambini imparano a riportarle con precisione per raccontarle a chi non ha vissuto lo stesso, e migliorano le proprie capacità di narrazione.

Inoltre sviluppano ottime competenze sociali: riconoscono i propri limiti e sanno esprimere eventuali disagi, identificando anche se la causa del malessere è interna o esterna, se è in loro potere modificare la situazione oppure no; questo li aiuta nel tollerare situazioni di disagio e a gestire l'ansia.

L'asilo nel bosco, sottolinea Selima, incentiva la collaborazione piuttosto che la competizione: ogni bambino può trovare sfide a propria misura e porsi e raggiungere obiettivi personale, che di solito sono molto diversi da quelli degli altri bambini e non comparabili.

Prosegue mettendo in luce come l'apprendimento sia una ricerca: non si bada tanto al prodotto al prodotto quanto al progetto, il bambino deve "imparare a imparare", farsi domande. Per questa ragione l'adulto fa tante domande aperte, a cui si può rispondere con più ipotesi, e raramente l'adulto dà una risposta chiusa a una domanda o a un'ipotesi formulata, ma si preferisce continuare il discorso ponendo un'altra domanda aperta. L'importante in questo concetto è solo

esercitarsi a formulare ipotesi, capire come fare a capire, e non determinare il prima possibile se l'ipotesi sia possibile o no.

In un asilo nel bosco l'adulto, quindi, si confronta costantemente con l'imprevedibilit , e deve chiedersi di volta in volta come poter stare bene con i bambini in situazioni sempre nuove. In questo modo i bambini capiscono che l'adulto non ha sempre il controllo su tutto, ma solo pi  esperienza, e che a volte anche l'adulto, come loro, si deve misurare con situazioni imprevedibili. Selima conclude il suo intervento, sottolineando come nell'asilo nel bosco non ci sia un'aula ma un campo base, in cui si percepisce l'intreccio fra mondo antropizzato e mondo naturale.