



Gli atteggiamenti giusti per risolvere un problema

Se siamo determinati ad affrontare le difficoltà che si presentano, cosa dobbiamo fare?

Analizzare a fondo il problema.

- ✓ *Guardare alle cause che lo hanno generato.*
- ✓ *Considerare gli elementi che entrano in gioco, gli attori che sono coinvolti e il ruolo che svolgono.*

Questo momento è di fondamentale importanza per conoscere l'entità e la consistenza del problema. Alcune volte, proprio analizzando le componenti del problema, si trova la soluzione, oppure lo si colloca in una dimensione diversa. Alcuni, però, si fermano a questo momento dell'analisi, quasi paralizzati dalla complessità che si para loro dinanzi. Invece, occorre fare un secondo passo.

Guardare ai Valori che si sceglie di vivere. Questo momento è fondamentale per vivere in modo coerente con noi stessi, anche quando si fanno delle discussioni per decidere qualcosa all'interno di un gruppo.

Troppe volte le discussioni sono solo fine a se stesse e non affrontano i problemi reali perché non si dichiarano esplicitamente i Valori che si intendono perseguire. Per cui bisogna dire in modo chiaro a se stessi e agli altri i Valori che si vogliono raggiungere.

- ✓ *Decidere la strategia da seguire per favorire la soluzione.*
- ✓ *Cercare le parole e le scelte successive da fare, tenendo presente i valori che si vogliono manifestare nella soluzione del problema.*

Tenere conto della capacità recettiva di chi è coinvolto, quando poi i problemi sono tra persone.

- ✓ *Non sempre tutti sono in grado di recepire subito la soluzione.*
- ✓ *Le capacità di comprensione e di maturità possono essere diverse.*

Per questo è bene sensibilizzare tutti ai fini da salvaguardare per raggiungere una soluzione. In questo modo non si colpevolizza nessuno, ma si cerca di coinvolgere tutti nel prospettare una soluzione praticabile e di raggiungere insieme un livello superiore di consapevolezza dinanzi alla realtà.

Congratularsi con tutti per il risultato ottenuto. Non si tratta di dare ragione a chi fa la voce più grossa (questo provoca solo ulteriori scontenti) ma di vivere insieme un momento di crescita che si ottiene non quando qualcuno cede qualcosa, ma quando tutti sono messi nell'opportunità di crescere.

da: *dimensioni nuove*, rivista mensile Elledici
articoli di PAOLA BUSSO



SCARICA ALTRE SCHEDE DA
www.ilgrandeducatore.com

Coordinamento redazionale di Angelo Santi, ex-allievo salesiano

SCHEDA

53

VERDE

serie
GIOVANI, CAMPIONI DI VITA

Supplemento della rivista "Educatori di vita"
ilgrandeducatore@gmail.com

Che cos'è un problema?



GIOVANI

Felici
PER gli altri

In questo TERZO DOSSIER iniziamo a guardare dentro di noi, per vedere cosa possiamo fare per migliorare ciò che ci impedisce di essere soddisfatti di noi stessi. Perché se siamo felici noi, possiamo rendere felici anche gli altri.

LE SCHEDE
SULL'ARGOMENTO

53 - CHE COS'È UN PROBLEMA?

54 - I VALORI TI DANNO VALORE

55 - QUANDO LITIGO CON UN AMICO

56 - PENSO, SENTO, FACCIO

Fotografie e immagini non firmate sono dell'Archivio SDB.
Le foto sono di repertorio e non si riferiscono alle persone di cui si parla.

PRIMA O POI TUTTI HANNO DEI PROBLEMI.



Oltre a quelli che ci infliggono a scuola, ci sono i problemi personali che possono essere di carattere economico, relazionale o inerenti la nostra vita interiore.

Di per sé, non esistono problemi al di fuori di noi, ma solo problemi che noi viviamo come tali. E questo perché la nostra visione delle cose, **della vita e di noi stessi ci fa vedere**

la realtà in un modo piuttosto che in un altro.

Così, se per Marco la sconfitta 3 a 0 subita nella partita di sabato pomeriggio brucia più di una scottatura, per Alessia, il fatto che il suo ragazzo non l'abbia ancora chiamata la sconcerta più di un uragano.

Molte volte, la cose in sé hanno un valore quasi neutro per uno, mentre per un altro assumo un valore grandissimo.

In ogni caso, sia per uno quanto per l'altro le due diverse situazioni costituiscono un problema, ossia un evento che suscita in loro emozioni negative o che ingenera uno stato d'ansia non facile da tollerare. Per cui, **il problema è una situazione che provoca in noi uno squilibrio rispetto alle attese**; un'alterazione del nostro stato emotivo **che richiede una soluzione.**

DOVE STA IL PROBLEMA?



Se questa definizione di problema è vera, dobbiamo chiederci: «*Quando mi trovo in una situazione dolorosa, **voglio veramente trovare una soluzione?***». Se mi trovo in una gabbia di leoni affamati, è assai probabile **che desideri uscirne**, ma non sempre le cose stanno così.

Ci sono situazioni molto profonde, stratificate col tempo, che mi impediscono di desiderare realmente una soluzione ai problemi. È come se in fondo, desiderassi trovarmi sempre in mezzo ai problemi, per poter dire:

«Ecco, vedete come il mondo è cattivo con me?

Come faccio ad essere felice?

Come è possibile in questa situazione impegnarsi per lavorare, studiare, avere una relazione stabile, ecc.?

Vi prego, abbiate compassione di me! ».

Non sono poche le persone che trovano **facile scaricare sugli altri**, sulle

Che cos'è un problema?

condizioni esterne o sul destino **le cause della loro infelicità.** Quasi avessero bisogno di trovarsi sempre in condizioni negative per poter scusare se stessi **di non poter essere felici.**

Queste persone (e non sono poche) hanno sempre bisogno di una scusa che si trovi al di fuori di se stesse, per poter giustificare la loro insoddisfazione. Non appena si prospetta la possibilità di una soluzione o non appena la situazione cambia, devono immediatamente correre a trovare un'altra causa (sempre fuori di sé) delle loro infelicità.

L'ETÀ ANAGRAFICA E L'ETÀ PSICOLOGICA.



Invece, **la prima cosa che dobbiamo accettare è che il problema è sempre dentro di noi:** il problema siamo noi.

Sono pochissime le cause esteriori che possono impedirci una serenità autentica (una guerra, la perdita del posto di lavoro, la morte di qualcuno a cui eravamo legati). Ma anche in queste terribili condizioni, siamo sempre noi che decidiamo come comportarci e come vogliamo essere.

Accettare che noi siamo il problema, che è il nostro modo di vedere le cose, di viverle, di giudicarle che suscita in noi reazioni negative, è un passo doloroso, non facile da compiere, ma **è il passo necessario per poter finalmente iniziare a crescere e a diventare uomini.** Solo così potremmo sviluppare la nostra umanità.

Ognuno di noi ha una doppia età: quella **anagrafica** e quella **psicologica.**

- ✓ **L'età anagrafica dice quanto tempo è trascorso dalla nascita;**
- ✓ **l'età psicologica manifesta invece la nostra maturità interiore e relazionale.** Essa è data da come noi vogliamo gestire le situazioni nella quali ci troviamo a vivere. **È il frutto delle nostre scelte e dei valori interiorizzati a cui facciamo riferimento.**

educare



In ogni caso i problemi esistono per essere risolti.