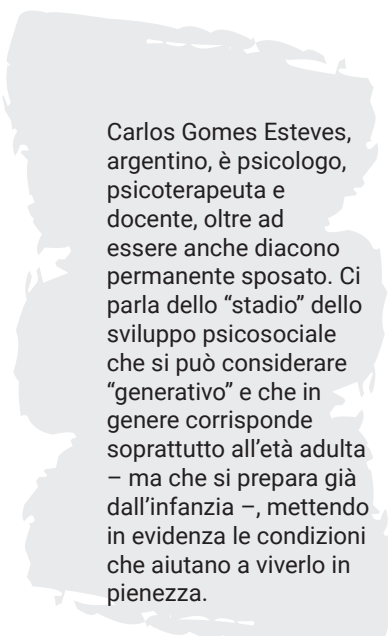


Riflessioni di uno psicologo

Generatività: come coltivarla?

Carlos Gomes Esteves



Carlos Gomes Esteves, argentino, è psicologo, psicoterapeuta e docente, oltre ad essere anche diacono permanente sposato. Ci parla dello "stadio" dello sviluppo psicosociale che si può considerare "generativo" e che in genere corrisponde soprattutto all'età adulta – ma che si prepara già dall'infanzia –, mettendo in evidenza le condizioni che aiutano a viverlo in pienezza.

Noi esseri umani abbiamo una forza motivante interna che ci spinge a crescere. Quotidianamente, notiamo e siamo sorpresi dai cambiamenti che avvengono in noi stessi e negli altri, sia fisicamente che psicologicamente, socialmente e spiritualmente.

Alcuni psicologi si sono dedicati allo studio delle diverse fasi e stadi che una persona attraversa nella sua crescita e nel suo sviluppo, dalla nascita in poi, a livello psicosessuale, cognitivo o psicosociale. Anche se gli approcci sono diversi e, in gran parte, complementari, un fattore comune a tutti loro è la considerazione che, in ogni tappa, ci deve essere una relazione essenziale con l'altro, con un altro, affinché si possa cogliere ciò che è specifico di ogni momento evolutivo. Questo è molto importante per considerare il valore della qualità delle relazioni per il presente e il futuro della persona. In altre parole, secondo i diversi autori, ci costruiamo e diventiamo noi stessi, nel bene e nel male, nella relazione con l'altro.

▲ Otto stadi dello sviluppo psicosociale

Uno dei grandi psicologi del 20° secolo, Erik H. Erikson, ha studiato e descritto, con grande chiarezza, le otto fasi dello sviluppo psicosociale attraverso le quali passa la vita di una persona, dalla nascita alla vecchiaia. Una di queste, la settima, è chiamata da lui "stadio della generatività". Ci soffermeremo su questo in particolare, poiché è legato al tema centrale qui in questione, ma prima sono necessarie alcune precisazioni.

Innanzitutto, sarebbe un errore considerare che le otto tappe siano chiaramente definite, come se fossimo in una sola tappa alla volta e in un ordine strettamente progressivo. Secondo il


pensiero di Erikson, noi siamo in tutti gli stadi per tutto il tempo della nostra vita: per esempio, dalla nascita alla vecchiaia stiamo approfondendo il primo stadio, che ha a che fare con la fiducia di base.

L'idea degli stadi di sviluppo, durante un'età specifica, significa che c'è un periodo critico in ognuno di essi, dove è in gioco la possibilità di un avanzamento nello sviluppo della persona e allo stesso tempo il raggiungimento di una virtù.

▲ Sviluppo della cura e della dedizione per gli altri

Fatte queste precisazioni, ci concentriamo sulla generatività, caratteristica dell'età adulta, che va dai 35 ai 65 anni circa. In questa fase della vita, c'è un compito evolutivo e c'è una crisi ad esso associata che deve essere risolta positivamente. Possiamo anche non riuscirci, il che, in un certo senso, significherebbe porre dei limiti al nostro sviluppo e alla nostra realizzazione personale.

In quest'età, il compito sarà il raggiungimento della generatività contro la stagnazione, e la virtù che emerge da questo avanzamento è la cura e dedizione per gli altri.



*Nell'età adulta,
il compito sarà
il raggiungimento
della generatività
contro la
stagnazione*

La produttività, nelle persone generative, è stimolata dall'amore fraterno che ha a che vedere con una preoccupazione genuina per gli altri. Si esprime anche nella maternità e nella paternità, nell'allevare e accompagnare i propri figli e quelli degli altri; dove, paradossalmente, il posporre i propri desideri rende possibile l'emergere dei più profondi desideri di amare e l'esperienza di una inspiegabile, misteriosa e profonda pienezza di amare liberamente.

Esempi di generatività sono anche la ricerca per il bene comune, la creazione artistica nelle sue molteplici forme, lo sviluppo della scienza e della tecnologia, e la creatività attraverso nuove idee per il bene delle nuove generazioni.

▲ Dal rischio della stagnazione e del fallimento alla carità

Alcune persone falliscono in questo compito e ristagnano; disilluse, non sono più entusiaste e, trascurando gli altri o avendo cura di loro solo come triste obbedienza a un dovere, si chiudono in sé stesse e non trovano alcun senso nella vita.

È vero che la nostra società, i media, ci spingono spesso a cercare il successo in modo individualistico e ci portano alla stagnazione, non tanto in termini di capacità di fare le cose, ma in termini di incapacità di farle per amore degli altri.

Dalla risoluzione della crisi di generatività nasce l'esperienza della carità come capacità di donarsi nell'amore e nel lavoro a beneficio degli altri. È la persona che può dire e vivere il "posso prendermi cura".


Tutte le persone possono sviluppare la loro generatività anche in mezzo a circostanze sfavorevoli. Importante è avere uno sguardo di fiducia e speranza, incoraggiare l'autonomia e l'iniziativa riconoscendo e aiutando a scoprire attitudini e competenze, essere attenti all'altro mostrando chi è e chi sta diventando, senza paura.

▲ Tutto ha senso in relazione a un altro da amare

Qualche anno fa, mentre aspettavo un amico alla stazione, il treno delle 23.35 subì un ritardo, arrivando alle 5.30 del mattino. In quel lasso di tempo ho vissuto qualcosa che mi sconvolse e che ancora ricordo: cominciarono ad arrivare i treni suburbani affollati di gente, e dal silenzio e deserto della notte la stazione si riempì di donne e uomini che, con passi affrettati, andavano ai loro posti di lavoro. Era scioccante pensare che questa scena si ripeteva ogni giorno e mi chiedevo che senso avesse tanto sforzo, tanto sacrificio.

Cominciai a immaginare, potevo quasi vedere, che intorno a ognuna di quelle persone ce n'erano altre, una famiglia, dei figli, un marito, una moglie, un progetto; e tutto questo, sicuramente, alimentava l'entusiasmo, incoraggiava lo sforzo, incoraggiava la speranza, tutto aveva senso in relazione a un altro da amare, da curare.

Come ho detto prima, anche la generatività ha il suo sviluppo e, come ogni cosa nella persona umana, ha bisogno di tempo e di un contesto adeguato, un ecosistema favorevole, per crescere gradualmente durante la vita. Ci riferiamo, soprattutto, alla qualità dei legami familiari, alla responsabilità della comunità civile ed ecclesiale, alla fornitura di apporti materiali, socio-culturali e affettivi di base, che permettono al bambino di sperimentare le tappe successive e predominanti del suo sviluppo, con il conseguente apprendimento e la motivazione a raggiungere nuove conquiste, con nuove possibilità di cambiamento. La mancanza di questi contributi non solo ostacolerà il *continuum* che è la vita, ma produrrà anche punti di fissazione e stagnazione che produrranno contaminazioni infantili nella vita degli adulti.



*La generatività
ha bisogno
di tempo
e di un contesto
adeguato
per crescere
gradualmente*

Così, è normale e prevedibile, parlando di generatività nel suo aspetto più incipiente, che un bambino possa inizialmente comportarsi, davanti ai suoi genitori e referenti adulti, solo per rispondere alle loro richieste ed esigenze. Lo farà sicuramente per ottenere il beneficio e la certezza di essere amato da loro, sottomettendosi ai loro desideri. Il suo comportamento è dovuto proprio al suo egocentrismo. Più tardi, lo supererà, se avrà le condizioni necessarie perché la dimensione dell'altro appaia gradualmente e sempre più nel suo orizzonte. Se questo processo non avviene, si verificherà una certa stagnazione, che si tradurrà, per esempio, in un comportamento egocentrico nell'adulto, nel desiderio di gonfiare il proprio ego.

▲ Condizioni che favoriscono la generatività

Indichiamo qui di seguito una serie di condizioni che aiutano la generatività.

1. *Andare oltre le apparenze*, avendo uno sguardo comprensivo e non meramente giudicante, per scoprire ciò che manca e offrirlo: fiducia, ascolto, iniziativa accogliente...
2. *Avere uno spirito di comunione* che aiuterà a superare la paura della libertà e della trasparenza e a scoprire il valore insostituibile di ogni persona.

Bisogna
favorire
il passaggio
dall'io al noi
e dal noi
alla scoperta
più profonda
dell'io

3. La generatività è un frutto relazionale. Bisogna dunque favorire il dinamismo del *passaggio dall'io al noi e dal noi alla scoperta più profonda dell'io*, in una circolarità creativa. Non basta passare dall'io al noi, ma occorre anche entrare nel dinamismo dal noi all'io in una danza permanente, aperta al mistero inesauribile e insondabile. Senza questa "morte" e questo recupero dell'io a partire dal noi, l'ego continuerà la sua marcia sterile e non generativa nella sua sottile ricerca di dominio e potere. La liberazione dall'ego permetterà invece progressivamente l'emergere di quel sé più profondo che si assicura dis-assicurandosi, che si realizza vitalmente, morendo all'egoismo.

4. Nelle tappe della vita, osservare e accogliere *il dono della vecchiaia* che guarda a Gesù e, nel contemplarlo nella sua umanità, comprende che tutto ciò che ha generato lungo la vita raggiunge il massimo della fecondità generativa quando muore per amore.
5. *Superare l'individualismo* che ha "l'illusione della verità". La verità o è relazionale o non è vera. La generatività è radicata al di là della prestazione e del potere e per il credente si basa sull'incontro con Dio e con Dio nell'altro.
6. È importante che l'amore non sia determinato, e tanto meno ridotto a un semplice patto di piacevole convivenza tra persone, ma sia *l'esperienza radicale dell'esistenza dell'altro* in un quadro di offerta reciproca.
7. *Coltivare l'umiltà*, liberi dall'esibizionismo e dall'autoreferenzialità individuale e collettiva.
8. Riconoscere l'altro non solo in ciò che è uguale a me stesso, ma osare *conoscere l'altro nella sua alterità*, non cercare la conferma di sé stessi nell'altro.
9. *Liberarci dalla "tirannia del dover essere"* che impedisce la libertà di ricerca e di scoperta, in un cammino generativo insieme che dà senso all'atto della volontà. È il passaggio dal "dover amare" alla scoperta del desiderio profondo di amare e di prendersi cura.