

Polarizzazione dell'attenzione e armi di distrazione di massa

Montessori: una pedagogia dell'attenzione e della concentrazione

Nella montessoriana scoperta del bambino la capacità di attenzione anzi, quella che Montessori chiamò con la consueta geniale creatività linguistica, “polarizzazione dell'attenzione”, ha sempre avuto un ruolo decisivo. E' stata la ripetizione dell'esercizio e l'apparentemente insolita concentrazione per un lungo periodo di tempo mostrati da una bambina di quattro anni che per più di quaranta volte inseriva e toglieva dei cilindri in degli incastri di legno ad aprire le porte della scoperta dell'infanzia. Questo fenomeno attirò la sua attenzione e le permisero di intraprendere l'esplorazione della mente infantile. Se i bambini sono capaci di lunghi periodi di lavoro concentrato allora la loro mente possiede grandi poteri finora ignorati.

Come ha scritto Confucio, “l'uomo ordinario si meraviglia delle cose straordinarie; il saggio si meraviglia della normalità”. E' quell'evento apparentemente banale in cui sorprendiamo spesso i bambini, che sprofondano nell'attività che li interessa diventando sordi rispetto ad altri stimoli, che si nasconde il segreto dell'infanzia. Montessori parla dell'*intimo raccoglimento* del bambino che lavora e che lo assimila ai mistici e agli uomini di scienza alle prese con una concentrazione talmente intensa che sembra isolarli dalle cose del mondo. Ne *Il bambino in famiglia* lei scrive “Ma vi sono nell'individuo esigenze intime, per le quali mentre egli si abbandona ad un lavoro misterioso, si richiede la completa solitudine, la separazione da tutto e da tutti”. Questa la forza della concentrazione che accomuna i bambini anche molto piccoli agli scienziati. Ma perché si realizzi tale attenzione prolungata ci vogliono degli oggetti ed un'attività da svolgere con essi e su di essi, “vediamo che esiste uno stretto legame tra il lavoro manuale che si compie nella vita comune e la profonda concentrazione dello spirito”. Questo “*sprofondarsi dell'anima in se stessa*” non è proprio delle persone eccezionali ma è proprio, all'inizio, di ogni bambino ma che poi si conserva solo in poche persone sino all'età adulta. All'inizio della vita, la concentrazione non è straordinaria ma del tutto ordinaria. “Certamente qui sta la chiave di tutta la pedagogia: saper riconoscere gli istanti preziosi della concentrazione per poterli utilizzare nell'insegnamento”. Ne *L'autoeducazione*, dove Montessori dedicherà un intero capitolo alla attenzione, osserva che il fatto fondamentale della sua scoperta è proprio l'attenzione e scrive, “l'organizzazione della vita psichica si inizia con un fenomeno caratteristico di attenzione...E ogni volta che avveniva una simile polarizzazione dell'attenzione, cominciava il bambino a trasformarsi completamente, a farsi più calmo, quasi più intelligente e più espansivo: egli mostrava qualità interiori straordinarie, che ricordavano i fenomeni di coscienza più alti, come quelli della conversione”. E qui, come vedremo più avanti, Montessori mette in relazione la spontanea concentrazione infantile con la contemplazione, con i momenti più intensi e nobili della vita adulta dove avvengono le rivelazioni essenziali e i cambiamenti più radicali, quando la vita prima dispersa nel caos trova un suo centro, “fin che una cosa speciale intensamente l'attrae, la fissa, e allora l'uomo ha la rivelazione di se stesso, sente di cominciare a vivere”.

Una viva e costante concentrazione è il segreto di ogni apprendimento e di ogni insegnamento. L'attenzione va ricercata e va aiutata. Tutto l'ambiente, tutto il materiale e tutte le attività montessoriane a tutte le età, ma soprattutto nel primo piano di sviluppo (0-6), sono finalizzate ad aiutare la concentrazione verso punti di interesse e, una volta che si è innescata, deve essere protetta, ovvero lasciata libera di agire. “La libertà è la condizione sperimentale per istudiare i fenomeni dell'attenzione del bambino”. Quando il bambino si concentra la sua mente si sviluppa e la sua personalità si costruisce. Per cui possiamo dire che quella della Montessori è, nel suo insieme, una pedagogia dell'attenzione. Attenzione per il bambino ma attenzione per l'attenzione del bambino che gioca-lavora.

La concentrazione è legata sì alla motivazione, nel senso che il coinvolgimento genera la concentrazione, ma possiede anche una logica interna, una “formazione interiore”. Solo dopo che ci si è riusciti a concentrare ci si coinvolgerà emotivamente. Il bambino si concentra facendo in

un'attività liberamente scelta. Fare e conoscere sono un binomio inscindibile, eredità dell'*Homo habilis* che dialoga con i materiali e pensa con le sue mani. Se è vero, come ha scritto R. Sennett, che quando la testa e la mano divorziano, è la testa a soffrirne, quando la mano e la mente lavorano assieme abbiamo il miracolo dell'apprendimento e dello sviluppo, la "magia" della mente assorbente. Come ha detto Montessori, "l'azione assorbe l'intera attenzione ed energia del bambino...L'uso delle mani porta ad una profonda attenzione" (*The 1946 London Lectures*). La normalizzazione del bambino deviato avviene attraverso la concentrazione nel lavoro. "La concentrazione fa parte della vita, non è la conseguenza di un metodo di educazione (*The 1946 London Lectures* 1949). L'ambiente appartiene al bambino e persino l'elogio rompe l'incanto. Per questo i nuovi insegnanti che lei ha voluto formare devono assomigliare agli angeli, angeli custodi della misteriosa e profonda concentrazione infantile. Come gli angeli: protettivi, dolci e dignitosi.

Ma come funziona l'attenzione? Che cosa ci dicono oggi le neuroscienze? Esse confermano che l'attenzione è il più potente strumento della mente. Attenzione, memoria e controllo esecutivo sono componenti fondamentali del pensiero. I nostri sensi ricevono undici milioni di informazioni al secondo, e soltanto 40 consapevolmente. L'attenzione collega gli eventi che hanno luogo simultaneamente nella mente, tra persone e tra tecnologie. E, come sostiene una nota legge scoperta dalle ricerche sul cervello, i neuroni che si attivano insieme si collegano fra loro.

Esiste poi un nesso importante tra attenzione e memoria. La memoria a breve termine produce un cambiamento nella funzione delle sinapsi, rafforzando o indebolendo delle connessioni preesistenti; la memoria a lungo termine richiede invece delle variazioni anatomiche. Una volta che il ricordo è pienamente consolidato, sembra che venga cancellato dall'ippocampo dove era conservato. La corteccia diventa allora la sua unica sede. Il completo trasferimento può richiedere degli anni. E anche in questo caso si scoprono le profonde differenze tra la mente umana e l'intelligenza artificiale dei computer. Mentre il cervello artificiale assorbe le informazioni e le salva immediatamente nella sua memoria, il cervello umano continua ad elaborarle a lungo dopo averle acquisite e la qualità di quei ricordi dipende proprio da come l'informazione viene elaborata. La memoria biologica è viva, quella informatica no. Mentre costruiamo il nostro personale bagaglio di ricordi, diventiamo più intelligenti.

Ma ecco che, come osserva l'esperto di media digitali N. Carr sulla scorta delle ricerche del neuroscienziato E. R. Kandel, viene fuori una domanda fondamentale che ci rimanda al ruolo dell'attenzione: che cosa determina ciò che ricordiamo e ciò che dimentichiamo? La chiave per il consolidamento dei ricordi è l'attenzione. Più è acuta l'attenzione, più acuta è la memoria. Se non siamo in grado di prestare attenzione all'informazione nella nostra memoria di lavoro, essa rimane lì soltanto fino a quando i neuroni che la veicolano restano attivati, nel migliore dei casi qualche secondo. L'attenzione sembra qualcosa di evanescente, il fantasma nella testa, ma in realtà è qualcosa di concreto che produce effetti materiali su tutto il cervello. L'atto di prestare attenzione innesca una reazione a catena che attraversa tutto il cervello. L'atto di connettere è il pensiero, la ricchezza delle connessioni interne fanno la nostra intelligenza, ed entrambe sembrano frutti prodotti dal seme dell'attenzione.

Quindi le neuroscienze sembrano confermare la scoperta montessoriana della polarizzazione dell'attenzione come madre del pensiero. E non solo, ma anche altre scoperte vanno nella direzione indicata da Montessori. Quando si tratta di fornire alla mente la materia prima del pensiero, di più può significare di meno. Anche questa economia di stimoli che devono stare sempre in un equilibrio difficile tra l'eccesso e la mancanza è una conferma della scoperta montessoriana che "ogni aiuto inutile è un ostacolo allo sviluppo". Il cervello consuma tempo ed energia ogni volta che sospende un processo che coinvolge l'attenzione per avviarne un altro, si chiama "costo di *switching*". Accendere e spegnere continuamente l'interruttore dell'attenzione sembra un esercizio dannoso. E questo conferma la ferrea convinzione di Montessori che non bisogna mai interrompere il bambino quando lavora concentrato. Le frequenti interruzioni disperdono i pensieri, indeboliscono la memoria e ci rendono tesi e ansiosi. Che cosa succede alla nostra mente di fronte al caleidoscopio delle immagini televisive? Se la maggior parte delle pagine web viene vista per dieci secondi o

anche meno, per cui si passa dalla lettura al browsing, che cosa accade alla mia mente? E se la gente passa più tempo a leggere, ma in modo molto diverso, e il tempo dedicato alla concentrazione, alla lettura concentrata, diminuisce, che cosa succede alla società?

La ricerca montessoriana sulla concentrazione del lavoro infantile, questo aspetto, come molti altri dell'approccio montessoriano al mondo dell'infanzia, si riveste e si riscopre oggi di grande attualità, anzi di un'attualità accresciuta proprio dai cambiamenti ambientali, relazionali e culturali del nostro tempo. Oggi, l'ambiente dell'informazione, ovvero la realtà fatta da mezzi e messaggi di ogni genere in cui viviamo immersi, è quasi incomparabile rispetto a quello in cui operò Montessori ma il suo richiamo al ruolo decisivo dell'attenzione del bambino nello sviluppo della sua personalità aumenta ancora di più il suo valore. La sfida più grande per bambini e ragazzi è oggi quella lanciata da ciò che è stato chiamato "il selvaggio web". La rete informatica e tutte le annesse modalità elettroniche che sono proliferate dall'unione dell'informatica con la comunicazione (ICT, *Information Communication Technology*) hanno creato un mondo parallelo a cui tutti tendono a connettersi. I mezzi di comunicazione digitali che ci portano costantemente al di là del luogo in cui ci troviamo verso un orizzonte virtuale di collegamenti ci stanno trasformando, secondo alcuni, da coltivatori di conoscenza personale a cacciatori-raccoglitori nomadi di informazioni nella foresta di intricate reti elettroniche. Il selvaggio Web, proviamo ad esplorarlo velocemente.

Distrazione di massa nel selvaggio Web

Possiamo dire che la cultura umana, da sempre, è consistita nell'addomesticare il selvaggio. Ieri erano piante ed animali del mondo naturale oggi sono più spesso macchine e programmi prodotti dal mondo artificiale. Se ci siamo riusciti con gli animali dovremmo riuscirci anche con le macchine e con l'informazione. Ogni nuova tecnologia, al momento della sua diffusione di massa genera un dibattito, suscita entusiasmi e timori.

Non si tratta però di discutere, tantomeno qui, la bontà di Internet i cui vantaggi sono evidenti e il suo successo travolgente lo conferma. E' vero che Internet è l'ultimo medium che ha sviluppato un grande dibattito tra apocalittici e integrati, tra techno-entusiasti e luddisti, tra chi sostiene che rischia di renderci più stupidi e chi sostiene che la rete ci renderà più intelligenti. Come ha osservato C. Turkle a proposito della società eccitata dall'uso dei media, "il rivoluzionamento ipertecnologico lascia trasparire chiari segni di una regressione all'arcaico". Credo che sia vero, ogni cambiamento delle tecnologie entra in contatto con il fondamento primordiale dell'essere umano, quello che i tedeschi colgono con la intraducibile parolina *ur*. E l'arcaico e originario ha sempre due facce, quella di un riattigliamento di energie e quello della regressione. Questo genera entusiasmi e timori. Ma non è di ciò che si vuole parlare. Si tratta di accennare a come questa come altre tecnologie interagiscono con la nostra mente e con le nostre abitudini e, in definitiva, con la nostra vita. E poi si tratta di vedere l'effetto che può avere sulle vite nascenti dei nostri figli, sulle loro capacità. Per cui un conto è il discorso sul rapporto mente-media negli adulti ed un conto è quello del rapporto tra mente-media nei bambini. Sì, perché il pregiudizio adultocentrico è sempre in agguato, pensare cioè il bambino come adulto in miniatura e non come un essere che sta costruendo l'adulto che sarà.

La cultura digitale ha permeato, amplificato, distratto, arricchito e complicato le nostre vite. Secondo alcuni siamo di fronte ad un cambiamento d'epoca. Secondo il già citato Carr, "ci troviamo a cavallo fra due mondi tecnologici, proprio come i nostri antenati alla fine del Medioevo. Dopo 550 anni, la stampa e i suoi prodotti sono stati spinti ai margini della nostra vita intellettuale". Siamo di fronte ad un salto tecnologico, ovvero *The second machine age?* Anche questo problema è fuori della nostra portata però lo citiamo perché rimanga sullo sfondo. E' forse vero che quando i bambini di oggi saranno grandi, si stupiranno che i loro genitori potessero perdersi, non restare sempre in contatto con i propri amici e non ottenere a ogni domanda una risposta in un batter d'occhio consultando uno smartphone. Ma basta questo per parlare di nativi digitali? Io credo che i nativi digitali non esistano, la stessa espressione non è nata in ambito scientifico, non è un'espressione scientifica che indichi una nuova specie, è un'espressione inventata da un venditore

di video giochi. I bambini sono abituati ad interagire con schermi e interfaccia elettroniche ma è una semplice e controversa abitudine, non l'alba di una nuova specie. Se esistessero bambini digitali allora sarebbe legittima la domanda su come potremmo capirli essendo molto diversi da noi, ma non è così. E' chiaro che l'uomo modifica l'ambiente e l'ambiente finisce per modificare lui ma la struttura dei bisogni credo che rimanga invariata così come le modalità di apprendimento. Quando si parla, ad esempio, di *e-learning* si crea l'equivoco che l'apprendimento, vista la disponibilità di macchine elettroniche, sia diventato anch'esso elettronico e dipenda dall'hardware usato. In realtà l'apprendimento è un fenomeno psichico e non elettronico, quel prefisso "psi-" che compare in molte opere di Montessori che mostra come la nostra mente dialoghi con la grammatica o con la geometria, per cui potrebbe darsi oggi una psico-informatica. L'intelligenza e la creatività seguono strade antiche tracciate dalla nostra evoluzione e non si piegano alle mode del momento ma possono da queste essere intercettate, deviate oppure magari aiutate.

Torniamo a internet. Secondo alcuni studiosi come H. Rheingold, il web ci ha aiutato ad ampliare i confini, a superare il provincialismo. Molti dei dispositivi che hanno in mano i ragazzi e gli adulti di oggi non hanno più fogli di istruzione ma una logica "*plug and play*", ovvero attacca la spina e gioca, hanno il pregio dell'uso immediato. Si è parlato anche di una democratizzazione della cultura, di un nuovo pensiero collettivo, di una facilitazione della ricerca perché è facile per chiunque trovare l'informazione ed esiste una libertà di espressione e una libertà di fruizione gratuita. Il modello ideale della rete è la piazza in cui si circola liberamente e si gode gratuitamente in una nuova era dell'accesso e della partecipazione. E' vero che la rete prima di essere uno strumento di comunicazione è uno straordinario mezzo di relazione capace di alimentare una nuova cultura della partecipazione contribuendo a creare la società della collaborazione tra tutti gli esseri umani e tra tutti viventi. Montessori apprezzerrebbe senz'altro le potenzialità positive di una rete che pervade la terra intera come un immenso sistema nervoso, una supernatura tecnologica capace di far collaborare l'intera umanità con l'intero creato. Questi sono aspetti innegabilmente positivi della rete.

Vediamo ora velocemente il rovescio della medaglia. *Social media* e *multitasking* abitano ad un passaggio rapido da un'attività ad un'altra e non ad un lavoro in parallelo, e questo passaggio è mentalmente molto dispendioso. Secondo alcuni queste sono vere e proprie tecnologie della distrazione, fanno vivere in uno stato di attenzione parziale continua. Si parla addirittura di dissoluzione della mente lineare di contro al pensiero reticolare. La mente letteraria, quella educata dal libro e dalla lettura è ricca di immaginazione, di pensiero lineare, di una mente calma, concentrata, senza distrazioni, per non parlare della grossolanità dei contenuti. Se i libri, i grandi libri pieni di parole ma in realtà pieni di silenzio, ci dicono "calma, prenditi tutto il tempo che serve, noi non andiamo da nessuna parte", i socialnetwork ci incalzano con le loro mille sollecitazioni che durano un attimo.

Google ci rende stupidi, Facebook distrugge la nostra privacy, Twitter frantuma la capacità di attenzione e approfondimento? Sicuramente nelle critiche si fa avanti il pregiudizio della mente letterata, quella formata nella "galassia Gutenberg" e che si trova a disagio nella nuova "galassia Marconi". Quello che sembra vero ed è pertinente al nostro tema dell'attenzione è che i nuovi media spingono ad abbandonare quei media che richiedono tempi di attesa non istantanea e attenzione prolungata; che impongono un ordine e una gerarchia agli argomenti e alla loro presentazione; che orientano al confronto aperto con il mondo e con l'autoriflessione piuttosto che alla affermazione dei propri stati d'animo (egocentrismo in rete, si dice ma non so se sia vero che la rete è piena di persone piene di sé). Dal mondo lineare gerarchico del libro al mondo della connettività ubiqua e della prossimità pervasiva.

Un altro rischio che ci interessa sottolineare è la frammentazione: una volta che l'informazione è digitalizzata, i confini tra i vari media vengono meno. Le informazioni si stanno sminuzzando per andare incontro alle ridotte capacità di attenzione fino a creare un ecosistema di tecnologie della interruzione e della perenne distrazione che caratterizza la vita on-line. Lettura rapida, pensiero distratto e affrettato, apprendimento superficiale, quindi. Se la lettura obbliga le capacità cognitive

ad orientarsi verso la gerarchia dei contenuti logicamente coerenti e indirizzati alla scomposizione analitica degli argomenti stessi; se il concentrarsi su opere scritte per lunghi periodi sviluppa un certo modo di pensare approfondito, contemplativo e analitico, il web 2.0 si interessa poco alla completezza della conoscenza. Diventa cruciale la sintesi, un'informazione breve, magari accompagnata da immagini che si presti alla condivisione in ambiente social. Si rinuncia all'analisi e all'approfondimento a favore di un link da condividere sulle piattaforme social e i collegamenti sono progettati per catturare la nostra attenzione con un'informazione ibrida online e offline, che favorisce il nomadismo mediatico. C'è la centralità dell'utente il quale preferisce però la velocità delle trasmissioni, la capacità di sintesi e la facilità di condivisione rinunciando all'analisi e all'approfondimento.

Esiste poi l'altro rischio, che corre anch'esso sul confine tra attenzione e distrazione ed è quello della troppa informazione. *Too big to Know*, troppo grande per essere conosciuto. Ogni due giorni gli esseri umani generano tanta informazione quanta ne è stata prodotta dall'epoca delle caverne fino al 2003, 7000 miliardi di SMS hanno circolato nel 2011 e il traffico su internet raddoppia ogni anno. La quantità di tempo che trascorriamo on-line ha fatto crescere la quantità di tempo che passiamo di fronte agli schermi (8 ore al giorno guardando monitor, cellulari, televisione, ecc..). Più informazione può significare meno conoscenza. Questa iperproduzione di sapere può prendere due vie: quella di un'intelligenza collettiva e di una produzione reticolare di sapere e di controllo del sapere, oppure quella dell'eccesso ingovernabile, inassimilabile e incontrollabile.

Di nuovo torna in campo il ruolo essenziale dell'attenzione, "in un mondo pervaso dall'informazione, l'abbondanza di informazione implica la mancanza di qualcos'altro, la scarsità di ciò che l'informazione consuma: l'attenzione di chi la riceve" (H. Simon). L'abbondanza di informazione crea povertà di attenzione e la necessità di distribuire quest'attenzione in modo efficiente tra la sovrabbondanza di fonti informative che potrebbero consumarla.

Una mente che respira tra concentrazione e contemplazione

So di aver messo troppa carne al fuoco, ho mescolato troppi argomenti e so di aver messo assieme media molto diversi fra loro, così come so di non aver neanche accennato agli aspetti affettivi e relazionali che coinvolgono l'uso di queste tecnologie dell'informazione. D'altra parte, se un libro o un testo come questo che state leggendo hanno dei margini (e, state tranquilli, che tra poco finirò di scrivere!), la rete non ne ha, è virtualmente senza limiti e confini, è senza fine. Allora fermiamoci un istante e riprendiamo fiato. Respiriamo. Non mi allontano dall'argomento. Il respiro è strettamente connesso con l'attenzione. Il respiro è il regolatore dell'attenzione. I nostri antenati trattenevano il respiro di fronte ad un rumore prima di decidere se combattere o fuggire. Noi oggi trattendiamo il respiro quando apriamo le nostre mail. Ma, come scrive Carr, "quante mail sono una tigre?".

Il respiro rimanda al corpo, il respiro unisce mente, cervello e corpo. Che ne è del mio corpo mentre smanetto? Dove è il mio corpo mentre la mia mente vaga su internet e me ne resto seduto per ore? L'attenzione e il corpo non dovrebbero restare separati troppo a lungo. Questo vale per tutti, adulti e ragazzi, ma per i bambini è ancora più essenziale. La virtualizzazione, soprattutto nei confronti dei bambini, è un impoverimento, sia delle capacità motorie che della immaginazione. I media si fondono con i nostri corpi e se la cultura del libro ha coinciso con un disimpegno del corpo, creando in compenso un varco verso la profondità e la coscienza, cosa succederà con Internet? I bambini apprendono con tutto se stessi, apprendono con il corpo e la mente, entrambe in azione. Apprendere con il corpo, con il fare, con la mano concentrandosi su oggetti ed attività. E' necessario preservare questa dimensione "artigiana" anche nell'età di internet, recuperare la dimensione artigiana del fare e del sapere. Per appropriarci del mondo che ci circonda dobbiamo passare attraverso un'esperienza attiva di intervento su di esso. Fare le cose ci rende più consapevoli. *Hands-on*, metterci le mani, aprire anche le scatole magiche dei congegni elettronici per togliere la magia che nasce dal loro funzionamento misterioso. L'esperienza diretta del gioco-lavoro montessoriano, che valorizza

l'intelligenza delle mani e che Montessori vuole aiutare in tutti i modi con ambienti preparati e materiali. Infatti, il solo modo per capire veramente un materiale è farci delle cose, per cui l'esperienza diretta del mondo è il miglior antidoto alle distorsioni generate dai mass media.

Come ha osservato S. Laffi, i nostri bambini crescono in degli ambienti pieni di congegni elettronici che si azionano spingendo il tasto *play*. Il tasto *play* è diventato forse il grande educatore, il maestro di vita del nostro tempo, in una casa senza leve dove la meccanica è stata completamente soppiantata dall'elettronica. Qual è la pedagogia del tasto *play*? La passività, a fare *play* è il giocattolo non il bambino, la realtà diventa uno spettacolo con il rischio che, eliminando l'esperienza attiva venga eliminato l'apprendimento che anche al tempo di Internet deve passare necessariamente per la rappresentazione endoattiva del fare. La promessa implicita che tutto ci è dato, esclude la natura, le forme di vita. Se il mondo prima di tutto funziona passa l'idea che non conta saper per fare le cose ma saperle usare, si indebolisce il rapporto con la parola scritta e la mediazione riflessiva. Quello che conta è il risultato senza il processo. Quello che conta è, alla fin fine, il possesso. Giocare è avere giocattoli. Un mondo in cui i verbi sono rimpiazzati dai sostantivi, le azioni dagli oggetti, le relazioni dalle merci. Quindi, tablet, tasti o le montessoriane lettere smerigliate? L'educazione sensoriale pensata da Montessori per i bambini dalla nascita ai sei anni ritorna come ancora più urgente.

Facciamo solo un cenno alle conseguenze sul piano relazionale indotte dai nuovi media che, seppure hanno permesso la creazione dei social network, inducono una relazione solitaria con gli altri. Ed anche qui si insinua la disattenzione. Come ha osservato la Turkle, la distrazione dei genitori può influire sull'attaccamento e sullo sviluppo cerebrale dei figli, la sintonizzazione interpersonale tipica dell'attaccamento sicuro tra genitore e figlio corre in parallelo con la sintonizzazione intra-personale della consapevolezza (*mindfulness*): insieme soli, lontani da se stessi e lontani dagli altri. I figli cercano di portare i genitori fuori dalla "zona blackberry", i genitori troppo spesso non guardano i figli ma gli smartphone. Tutti quei piccoli schermi capaci di far apparire e sparire le cose, e di far apparire e sparire l'attenzione delle persone più care.

Forme sempre più raffinate e subdole di distrazione rischiano di fare a pezzi la nostra attenzione riducendola a minuscoli brandelli. L'ADD (*Attention Deficit Disorder*) la distrazione compulsiva preannuncia un cambiamento su larga scala delle pratiche e delle regole dell'attenzione? Si notano differenze generazionali negli schemi dell'attenzione? Esiste una relazione tra l'eccesso di stimoli audiovisivi, il multitasking e la sindrome da deficit di attenzione? Questa attenzione parziale continua, che non si sa se è una forma di maleducazione o di inefficienza, è "educata" dai nuovi media?

Ricerche sperimentali citate da Carr dimostrano che più si usa il web più si deve lottare per riuscire a concentrarsi su testi lunghi. Il cervello sempre alla prese con il web 2.0, con un accesso rapido ad un enorme quantità di informazioni, si abitua al profluvio di input e diventa affamato di stimoli provenienti dalla rete. Così l'attenzione si abitua a brevi periodi che non durano più di due minuti. La rete cattura l'attenzione soltanto per disperderla. Da studi sperimentali risulta che un gruppo di utenti dei media e del multitasking, rispetto ad un gruppo che ne fa meno uso, viene distratto più facilmente da stimoli ambientali irrilevanti.

E' necessario allora più che mai rafforzare l'attenzione, addestrare alla concentrazione e alla conseguente consapevolezza, al fine di padroneggiare l'attenzione in una miriade di possibilità di scelta progettate per attrarci.

Allora bisogna favorire la concentrazione profonda del bambino mentre lavora, la concentrazione relazionata del giovane che costruisce qualcosa insieme ad altri, la lettura attenta di testi o della realtà, perché si pensa profondamente mentre si legge profondamente, allenando la capacità fondamentale di concentrarci e di andare a fondo. Anche perché, è vero che mentre sono concentrato in un compito la mia visione periferica può diminuire, dimenticandomi di spegnere l'arrosto, ma più siamo distratti meno siamo empatici, meno concentrazione è uguale anche a meno collaborazione.

La sorella gemella della concentrazione è poi la consapevolezza. Quella che gli americani chiamano *mindfulness*. La presenza mentale non oscillante, la forte capacità di osservazione che sembra appartenere non alla modalità del fare ma dell'essere. La piena consapevolezza del proprio lavoro. Il dialogo profondo tra due forme di pensiero, tra quello che Kahneman chiama il pensiero veloce, intuitivo ed automatico che però può indurre in errore e produrre pregiudizi e il pensiero lento, che è più pigro perché richiede un'attenzione approfondita, ma è anche più logico e riflessivo.

Altra sorella gemella dell'attenzione è la contemplazione. A. Gopnik ha cercato di capire come funzioni l'attenzione endogena ed esogena nei bambini e quali siano i rapporti tra consapevolezza e coscienza nei bimbi anche molto piccoli. A tale proposito scrive, "è plausibile che i bambini piccoli siano consapevoli di molte più cose e in maniera molto più intensa di noi...Anziché vivere un solo aspetto del mondo e disattivare tutto il resto, sembrano provare nitidamente tutto in una volta". Il bambino è meno consapevole ma più cosciente rispetto all'adulto e la sua attenzione è come una lampada che irradia dappertutto la sua luce. Cercando di rispondere all'affascinante domanda "che cosa si prova ad essere bambini?", sempre la Gopnik ha paragonato l'esperienza infantile allo stato di meditazione, uno stato in cui "si diventa nitidamente e improvvisamente consapevoli di tutto quanto ci circonda. Per questo tipo di "coscienza lanterna" tutto diventa interessante, pur completamente assorbiti in un compito perdiamo il senso del sé per diventare parte del mondo... E' il mondo di William Blake in un granello di sabbia, lo splendore nell'erba di William Wordsworth". Se la relazione che abbiamo cercato di delineare tra attenzione e pensiero, così come quella tra attenzione e contemplazione hanno una qualche verità allora è necessario nei confronti dell'infanzia preservare alcuni luoghi (le Case dei Bambini?), luoghi più silenziosi in cui ascoltare ed essere ascoltati in tranquillità, liberi dall'invasione tecnologica, dal brillio degli schermi, dal rumore, dal chiasso, ma anche dall'accesso di parole e gesti inutili, mostrando ai piccoli che è possibile fare altro. Gli altri non si accendono e non si spengono a nostro piacimento come un videogioco. Il mondo non può essere contenuto in uno schermo, altrimenti priviamo i bambini del senso di vastità dell'universo umano e naturale.

Sembra che dopo aver passato del tempo in un tranquillo ambiente rurale, a contatto con la natura, le persone rivelino una maggiore capacità di attenzione, una memoria più forte, migliori abilità cognitive. Il cervello diventa più calmo e, allo stesso tempo, più acuto (N. Carr). Passare del tempo in un ambiente naturale sembra essere di vitale importanza per il corretto funzionamento cognitivo così come sembra vitale creare degli ambienti in cui l'attenzione infantile sia protetta dall'invadenza adulta del mondo. La natura non è in pixel e neanche la relazione umana e forse neanche l'apprendimento. "Il possibile collegamento tra disturbi da deficit di attenzione da iperattività (ADHD) e il disturbo da deficit di natura", segnalato da J. Rifkin, può essere esteso anche alle "armi di distrazione di massa". Non rimpicciolire lo sguardo dei piccoli ma aprirlo alla bellezza e alla grandezza. "L'esplorazione del mondo naturale non è solo un modo piacevole di trascorre le ore dell'infanzia...Chi contempla la bellezza della terra trova riserve di forza che dureranno finché durerà la vita". Tra queste bellezze c'è anche lo sprofondare sognante e concentrato del bambino nella sua attività, l'ascolto del canto del cuore e della terra in dialogo con l'universo.

Raniero Regni
Ordinario di Pedagogia sociale
Dipartimento di Scienze Umane
Lumsa Roma (Italy)

Riferimenti bibliografici

- M. Montessori, *The 1946 London Lectures*, Montessori-Pierson Publishing Company, Amsterdam 2012
- M. Montessori, *Il segreto dell'infanzia; La scoperta del bambino; La mente del bambino, Dall'infanzia all'adolescenza, L'autoeducazione nelle scuole elementari*, tutti editi da Garzanti
- M. Montessori, *Dio e il bambino e altri testi inediti* (a cura di F. De Giorgi), La Scuola 2013
- R. Regni, *Infanzia e società in Maria Montessori. Il bambino padre dell'uomo*, Armando 2007
- R. Regni, *Educare con il lavoro. La vita attiva oltre produttivismo e il consumismo*, Armando 2006
- R. Regni, *Paesaggio educatore. Per una geopedagogia mediterranea*, Armando 2009
- R. Regni, *Il sole e la storia: il messaggio educativo di Albert Camus*, Armando 2012.
- A. Gopnik, *Il bambino filosofo. Come i bambini ci insegnano a dire la verità, amare e capire il senso della vita*, Bollati Boringhieri 2012
- S. Laffi, *La congiura contro i giovani. Crisi degli adulti e riscatto delle nuove generazioni*, Feltrinelli 2014
- J. Rifkin, *La civiltà dell'empatia. La corsa verso la coscienza globale nel mondo in crisi*, trad. it., Mondadori, 2010
- J. Rifkin, *La terza rivoluzione industriale. Come il potere laterale sta trasformando l'energia, l'economia e il mondo*, Mondadori, 2011
- S. Turkle, *Insieme soli. Perché ci aspettiamo sempre più dalla tecnologia e sempre meno dagli altri*, trad. it., Codice, 2012
- D. Weinberger, *Too big to know*, Basic Books, N. Y., 2012
- N. Carr, *Internet ci rende stupidi? Come la Rete sta cambiando il nostro cervello*, trad. it., R. Cortina 2011
- H. Rheingold, *Perché la rete ci rende intelligenti*, trad. it., R. Cortina 2013
- E. R. Kandel, *Alla ricerca della memoria. La storia di una nuova scienza della mente*, trad. it., Codice 2007
- D. Kahneman, *Pensieri lenti e veloci*, trad. it., Mondadori 2012