

DENTRO LE

PAROLE

Paola Centomo  
Alessandro Lucchini

in collaborazione con



MEDIOBANCA

## INDICE

● <u>Un viaggio dentro le parole dell'inclusione</u>	4
di <i>Paola Centomo</i>	
● <u>Respons-abilità</u>	7
● <u>Ri-spetto</u>	15
● <u>Ascolto</u>	24
● <u>Senso</u>	34
● <u>Semplicità</u>	44
● <u>Accordo</u>	54
● <u>No</u>	65
● <u>Ambiguità</u>	74
● <u>Sessismo</u>	86
● <u>Femmina</u>	97
● <u>Potere</u>	109
● <u>Binario</u>	121
● <u>Abilismo</u>	131
● <u>Età</u>	144
● <u>Violenza</u>	155
● <u>Cura</u>	166
● <u>Gener-azioni</u>	175
● <u>Ansia</u>	187
● <u>Futuro</u>	197

● <u>Cringe</u>	208
● <u>Consenso</u>	218
● <u>Mascolinità</u>	233
● <u>Soldi</u>	245
● <u>Negoziazione</u>	255
● <u>Se bingiamo, cringiamo e crushiamo siamo giovani?</u>	268
● <u>Si può dire Signorina?</u>	278
● <u>E se dico Queer cosa pensi?</u>	288
● <u>Come sei magra! Complimento o offesa?</u>	298
● <u>Razzializzazione: ci mancava?</u>	308
● <u>Sei un boomer</u>	318
● <u>LGBTQAI+: un acronimo sempre più lungo</u>	329
● <u>Abilismo: ma di cosa parliamo?</u>	338
● <u>Quando il corpo diventa linguaggio</u>	349
● <u>Serve un alfabeto del disturbo alimentare?</u>	352
● <u>Violenza di genere: ma quale?</u>	359
● <u>Dipendenze: legame o catena?</u>	365
● <u>L'autrice e l'autore</u>	318
● <u>Collana Centopagine</u>	319

## Un viaggio dentro le parole dell'inclusione

di *Paola Centomo*

Si chiama **Dentro le parole** il progetto attivo da novembre 2021, e tuttora in corso, su “Valore Responsabile”, il canale digitale di Mediobanca dedicato ai temi della D&I. “Valore Responsabile” si trova all'interno del magazine di StartupItalia, la media company digitale che promuove la cultura dell'innovazione online.

È un viaggio dentro le parole, appunto, che ho il piacere di condurre intervistando ogni mese il linguista Alessandro Lucchini. Attraverso una serie di video-conversazioni *live*, esploriamo i significati delle parole e parliamo di inclusione sociale e di diversità come risorse da promuovere, salvaguardare e valorizzare.

L'obiettivo è indagare i significati evidenti e quelli nascosti delle parole che spendiamo quotidianamente, quelli benèfici e quelli sorprendentemente insidiosi, e comprenderne il potere - straordinario eppure sovente ignorato - che esercitano nelle relazioni, sempre.

Perché **le parole non sono mai soltanto parole**: possono esprimere empatia, vicinanza, apertura, ascolto, rispetto, oppure tutti i loro contrari, **con la potente carica trasformativa** che possono esercitare. Le parole sono un materiale plastico straordinario: diceva Freud che con le parole possiamo dare una grande gioia a una persona oppure gettarla nella più cupa disperazione.

«In-clusione, per esempio - dice Alessandro - ci suggerisce il *tenere dentro*. Se è preceduto da *in*, *cludere* vuol dire dare protezione, rifugio, ospitalità, accoglienza. Vicinanza. Mentre nell'*es-cludere* c'è espulsione, rifiuto, distanza. E nell'*ac-cludere* c'è il documento da mettere con le scartoffie. Nel *re-cludere*, il privare qualcuno della libertà. Il nostro proposito, per chi si metterà in ascolto, è sviluppare **la consapevolezza della carica contenuta nelle parole** e la loro capacità di generare dichiarazioni d'amore o dichiarazioni di guerra, di farsi carezza o proiettile: scegliere quali usare, come usarle, quando farlo per costruire i ponti dell'inclusione potrà allora diventare un atto cosciente, meglio, un atto della volontà e perciò ancora più efficace».

Un aiuto, dunque, per **stanare le trappole** in cui inconsapevolmente cadiamo più o meno tutti quando usiamo parole che ci paiono neutre e che, invece, a chi le riceve possono suonare accusatorie, stigmatizzanti, escludenti, oppure anche solo inappropriate. Per esempio, pensiamo a quando usiamo espressioni come "persona costretta su una carrozzina", perdendo di vista il fatto che la carrozzina per la persona disabile è uno strumento di mobilità, dunque di libertà, l'esatto contrario della costrizione. O pensiamo a parole che sono neutre in certi contesti, ma diventano lame se usate in altri, perché lì è chiara l'intenzione di ferire; oppure parole che sono positive se associate agli uomini, come *un uomo di mondo*, *un ragazzo allegro*, è *un tipo disponibile*, e che invece assumono un'accezione negativa quando riferite alle donne.

Da queste conversazioni sta uscendo un inventario di **motori semantici che genereranno racconti** capaci di farci ragionare su certe parole.

Le parole analizzate finora (luglio 2023), e raccolte in queste pagine, sono: Responsabilità, Rispetto, Ascolto, Senso, Semplicità, Accordo, No, Ambiguità, Sessismo, Femmina, Potere, Binario, Abilismo, Età, Violenza, Cura.

### **Perché questa selezione?**

Alessandro: «È una scelta motivata dall'amore. Sono parole che io amo molto. Prendiamo *rispetto*. Contiene *re* – che indica ripetizione, il farlo tante volte – e *spicio*, guardo, osservo. Dunque se ti *ri-spetto* è perché ti osservo in continuazione, ti dedico attenzione. Quando diciamo *manicare di rispetto* intendiamo fare una cosa senza osservare, senza immaginare che tipo di conseguenze avrebbe sugli altri. Oppure *semplicità*. Parlare semplice è una fatica snervante, perché è molto più faticoso che parlare complicato, ma è un regalo benefico e amorevole per chi ascolta».

*Dentro le parole* punta a **liberare il potere delle parole giuste**, a mettere in crisi, quando serve, le nostre abitudini nell'esprimerci, a richiamarci alla responsabilità dei nostri comportamenti linguistici. Perché le parole contano e creano mondi: sceglierle con cura può contribuire a migliorare quello in cui viviamo.

---

Le video-conversazioni tra Paola e Alessandro, quelle raccolte nelle pagine seguenti e quelle dei prossimi mesi, sono disponibili nelle pagine Facebook di [Mediobanca](#) e di [Startupitalia](#) e nel [sito di StartupItalia](#).

# Respons-abilità

Una parola scritta col trattino, a indicare la sua composizione: l'abilità di rispondere, ma anche l'abilità di ottenere risposte, quando siamo noi a domandare. Ideale per partire con alcune domande difficili sull'inclusione.

# Respons-abilità

CLICCA QUI PER VEDERE  
LA DIRETTA

Respons-abilità.

Sì, sì, col trattino.

Proprio per scandire l'etimo.

Adesso, non è che tutte le parole di queste pagine sul linguaggio inclusivo dovranno avere il trattino, che altrimenti non se ne coglie la storia. Ma per alcune è necessario.

Come per *in-clusione*, del resto, in cui il trattino, pur senza obbligarci a esplorarne i vari contesti semantici (matematica, biologia, retorica, scuola), subito ci suggerisce qualcosa: il tener dentro, il comprendere. E quindi *in-clusivo* è comprensivo, che sia la persona diversa da me o la bottiglia di vino nel menu.

E quindi, se è preceduto da *in*, *cludere* significa offrire protezione, rifugio, ospitalità, accoglienza. Vicinanza. Mentre nell'*es-cludere* c'è espulsione, rifiuto, distanza. E nell'*ac-cludere* c'è il documento da mettere con le scartoffie. Nel *re-cludere*, il privare qualcuno della libertà. Se poi ne casca dentro un altro, di trattino, nella parola, meglio riconoscere i diversi elementi che la costituiscono, ecco che già parte un'altra storia. Magari diverse storie.

Eccone una, per cominciare.

## “Dovevi salirgli sul taxi”

1985: Avevo appena iniziato a lavorare in un giornale.

«Lei sa fare interviste?», mi chiede il capo, a bruciapelo.

«Certo», giuro, millantando esperienza e passione.

Mi manda a intervistare un vip, un creativo della Milanodabere che a quei tempi camminava a due spanne da terra. Codazzo

adorante dietro, e davanti un mare sempre pronto ad aprirsi. Arrivo all'appuntamento in largo anticipo. Passa un quarto d'ora. Mezz'ora. Inizio a sudare e innervosirmi. Un'ora. Chiedo alla segretaria (chissà perché avevo già pensato, senz'averla ancora vista, a una *segretaria*, non un *segretario*. Ma era presto per [l'uso non sessista della lingua](#))

«Il dottore è impegnato in un meeting importante, sarà qui a minuti». (Ok. Niente scuse: faran così i vip.)

Altra mezz'ora. Mi arriva, leggiadro, dito sull'orologio: «Facciamo in fretta, mi parte un aereo tra un'ora e pochi». Dal mix imbarazzo + stizza mi escono solo domande idiote. E il pezzo che ne risulta ne rivela la pochezza.

«Tutto qui?» tuona il capo. Mi arrabatto in un rosario di giustificazioni, ma niente, lui branca una lavagna e ci scrive sopra, cubitale:

## **RESPONS >>> >>> >>> >>> ABILITÀ**

«Capisci? È l'abilità di dare risposte a chi ti fa domande. Ma è anche l'abilità di portarle a casa, le risposte, se sei tu quello che deve fare le domande! Se non vuoi una risposta stupida o vaga, non fare una domanda stupida o vaga!». E sciorina una lista di aggettivi per la combinazione domanda-risposta.

«Dovevi sdraiarti sul pianerottolo, salirgli sul taxi, fargli perdere il volo! Dovevi portare a casa un risultato! Non sei stato responsabile!».  
Chi ben comincia.

## L'abilità di rispondere

Ecco il primo significato del trattino. Con i valori di capacità, disponibilità, impegno.

Rispondere. Che pure lì: è il latino *re-spondere*, promettere, impegnar la propria fede (vd. sposo), con il *re-* che indica tanto *indietro*, reciprocità del dialogo, quanto ripetitività, costanza, il farlo tante volte.

Quindi, la responsabilità è l'[attitudine a rispondere](#). Non con la protervia della battuta pronta, ma con la volontà di essere lì, e fare la propria parte: è l'esserci, anche quando non si sa bene che cosa rispondere. Perché ci sono domande cui rispondere è un'impresa. Esempi?

### Domande difficili sull'inclusione

- come dovrebbe essere una società davvero inclusiva? un luogo di lavoro inclusivo? una scuola inclusiva? una chiesa inclusiva?
- *nomina sunt consequentia rerum*, dicevano i latini: i nomi sono conseguenze delle cose. Il linguaggio deriva dalla realtà. Ma è sempre così? Non anche il contrario? Non è che se comincio a chiamare un concetto, un comportamento, in un modo differente, dopo un po' quel concetto e quel comportamento cambiano significato e valore nella comunità? Pensiamo al gran lavoro che è in corso sul [linguaggio della disabilità](#), per esempio. Cambia l'effetto se in un dialogo metto un significato in un aggettivo, collegato a "persona", tipo "persona cieca", "persona con disabilità", oppure in un sostantivo, magari al plurale, quasi a

stigmatizzare una categoria? (> *i ciechi, sordi, gli zoppi, i disabili*, e poi anche *gli omosessuali, gli atei, i neri, i gialli, i musulmani, gli ebrei*, e ancora *i tossici, i depressi, gli amputati...*)?

- e qual è il confine tra la responsabilità, l'inclusione, il rispetto da un lato per le diversità – che sarebbe forse più utile chiamare *differenze* –, e, dall'altro, il pietismo, la pseudo-compassione...
- e, stando sull'attualità, qualche tempo fa si sono chiuse le Paralimpiadi: e rieccoci con una grande attenzione alla disabilità e all'inclusione. Ne riparlamo tra 3 o 4 anni, oppure i grandi eventi influiscono davvero sul cambiamento del senso comune?

Certe domande magari neanche la trovano una risposta certa. Ma se aiutano a tenere acceso un pensiero, è già buona. Molto buona.

## Res-pons-abilità: il “peso” della cosa

Se poi spostiamo appena il trattino un posto in avanti, ecco un altro etimo, pure latino: *res-pondus*. Sentire il peso della cosa, coglierne la grandezza, reggerne il valore, incarnarne il senso. E pur senza impelagarci nei meandri del significato **filosofico** (a scelta: [Aristotele?](#) [Weber?](#) [Jonas?](#)), son lì a portata di mano le sfumature del quadro **giuridico**, civile o penale o amministrativo:

*... la situazione di obbligo gravante su un soggetto e che s'instaura o per inadempimento o per qualunque atto illecito doloso o colposo...*

*... conseguente alla commissione di un reato...*

*... dello Stato o di persone giuridiche o pubbliche per illeciti dolosi o colposi...*

*... coinvolgimento personale di chi commette un reato, perseguibile legalmente con sanzioni proporzionate all'illecito...*

C'è poi la responsabilità **politica**, del titolare di una carica elettiva nei confronti degli elettori, o quella del Governo verso il Parlamento.

C'è quella **giornalistica**, del direttore responsabile, che guida e rappresenta il giornale stesso, rispondendo di fronte alla legge di ogni parola pubblicata.

C'è quella **morale**, di chi è coinvolto in atti illeciti per posizione occupata, per le affermazioni fatte o per la condotta mantenuta.

Quella **automobilistica**, l'RC auto su cui competono le assicurazioni, per danni a persone o a cose provocati dai veicoli.

Quella **economica**, della SRL, nella quale i soci rispondono soltanto della quota sottoscritta, mentre verso i terzi risponde la società col proprio patrimonio (e dagli, col [linguaggio di genere](#): chissà perché se ci son di mezzo i soldi è *patri-monio*, se son fiori e abiti e confetti è *matri-monio*).

Quale che sia il contesto, c'è sempre un peso da sopportare, una fatica da prendersi in carico.

Sarà per questo che fa così paura?

Ho sentito spesso questa paura nell'espressione *il mio responsabile*. Dubito ci sia qualcuno che è responsabile al posto mio. Non c'è modo di sfuggire alle conseguenze delle nostre scelte. Ed è raro che le nostre scelte siano neutrali.

## La responsabilità è sempre limitata

*The limits of my language means the limits of my world.*

Così Ludwig Wittgenstein, nel [Tractatus logico-philosophicus](#) (1921). Se non lo so dire – spiega il filosofo-linguista – non ce l'ho in me.

Che questo limite valga anche per la parola *responsabilità*?  
«Ma chi se la piglia la responsabilità?»

Quante volte abbiamo ascoltato o detto questa domanda? Ospedali, scuole, uffici pubblici. Ma anche uffici privati: trovamene uno disposto a restare col cerino in mano. Magari per timidezza. O magari per deontologia: pensiamo a psicologi, avvocati, commercialisti, ingegneri, architetti, coach. Loro leggono le situazioni, consigliano. Altra cosa è prendersi la responsabilità di guidarle. (*alcuni, eh, mica tutti! che poi non si dica che "inclusione" sia fare di tutte le erbe un fascio*)

*Faber est quisque fortunae suae*, dicevano un tempo. Oggi è *It's up to you*. Significa che ognuno se la deve cavare da sé? Se mi tocca rischiare un po' di più del solito, saprò prendermene la responsabilità? E se sbaglio magari solo a parlare? Se mi scappa una battuta pessima, una stigmatizzazione (*il cieco, lo storpio, il disabile...* vedi elenco precedente), saprò farmene carico? Se mi esce uno di quei dannati pregiudizi inconsci con cui sono stato educato, e da cui potrei anche provare a emanciparmi una buona volta, saprò chiedere scusa e rimediare?

(eh, sì, chiedere scusa, altro bel tema da niente)

## Realtà o rappresentazione?

Altro flash dalla memoria.

Sono a un convegno sulla comunicazione pubblica, titolo “La bella e la bestia”. Chiaro il simbolismo, per me: la bella è la comunicazione, la bestia è la burocrazia. Il *chairman* ha un’idea diversa: «La bella è la burocrazia, la bestia è il cittadino rompiscatole.»

Anche perché mettersi nei panni del cittadino, o dell’altro, in genere – nelle sue scarpe, come dicono gli inglesi – è sempre una fatica. Son così scomode, quelle scarpe. E sto così bene nelle mie.

Quindi mi convinco che ciò che dico io è vero, è la realtà oggettiva, e non solo la mia [rappresentazione linguistica](#) della mia rappresentazione mentale, soggettiva, della realtà.

Nell’ottica di una responsabilità inclusiva, poi, ci sarebbe da riflettere sulla percezione del messaggio, sulla sua comprensibilità, e prima ancora sulla sua accettabilità da parte dei destinatari, sul suo impatto, razionale ed emotivo, sulla sua efficacia in quella particolare relazione.

Ma è nella responsabilità di chi scrive anche rispettare il tempo di chi legge.

# Ri-spetto

Un altro trattino, per scandire i concetto  
di continuità e di reciprocità (re-) e di attenzione/  
apertura all'altra persona (spicio). Rispetto per  
i generi della lingua, come per i generi dell'umanità.  
Con Forrest Gump come eroe-simbolo.



CLICCA QUI PER VEDERE  
LA DIRETTA

## Ri-spetto

Come? “Ri-spetto”? Pure qui, il trattino?

Sì, perché le parole composte, ad aprirle e guardarci dentro, facile trovarci valori preziosi.

*Re-spicere*. Latino, riguardare, aver riguardo, considerare importante. Con il verbo *spicere*, padre delle parole *specie*, *speciale*, *specchio*, *aspetto*, *cospetto* e decine di altre. E la particella *re*, che indica ripetizione, continuità, e (forse) reciprocità.

Ora possiamo sviluppare il ragionamento.

### **Lati oscuri**

Sgombriamo alcuni lati oscuri del significato di *rispetto*.

Cattive interpretazioni, che hanno portato nella storia a varie degenerazioni.

Uno è quella forma di devozione, preoccupazione, a volte angoscia, che l'oppresso prova nei confronti dell'oppressore. Senza toccare gli aspetti patologici (tipo la “sindrome di Stoccolma”, dove la vittima finisce per amare il carnefice), basti ricordare che in psicologia il rispetto è un sentimento generato insieme dalla paura e dell'amore. Pensiamo al cristiano *timor di Dio*. Pensiamo alla devozione verso i capi tribù, quelli del villaggio nella foresta o del gruppo di amici del quartiere, della scuola, del campo sportivo, dove possono annidarsi forme di prevaricazione e di bullismo. Pensiamo al gruppo mafioso,

dove *rispetto* è sottomissione dell'affiliato al capoclan. Ma anche alla quotidianità di molti uffici, con quel regime quasi militare per cui si battono i tacchi al passare del capo, si evita di contraddirlo e si ride alle sue battute. Tutto nel nome del rispetto.

Da un lato, dunque, una leadership autoritaria che esige rispetto; dall'altro il suo speculare: venerazione della persona rispettata, accettazione passiva del suo volere.

Un altro lato oscuro della parola *rispetto* è che è una nominalizzazione. È il verbo *rispettare*, trasformato in nome. Ed è un problema quando prendiamo un verbo, che è dinamico, che muove le azioni, e lo spegniamo in un sostantivo, in un nome, statico, vago, generico.

*Non c'è più rispetto, neanche tra di noi*, canta [Zucchero](#). Che significa? io non rispetto te? tu non rispetti me? o entrambe le cose?

La nominalizzazione è pericolosa: cementa le categorie mentali. Pensiamo a come chiamiamo le persone con patologie (*i tossici, i depressi, i diabetici*), o con disabilità (*i ciechi, i sordi, gli zoppi, i paraplegici*). O gli orientamenti religiosi (*i cattolici, i musulmani, gli ebrei, gli atei, gli agnostici...*). O gli orientamenti sessuali (*etero-, omo-, trans-, cis-, LGBTQ+*). Le fedi sportive: *milanisti e interisti, romanisti e laziali, juventini* e resto del mondo. Pensiamo agli scontri ideologici di questi mesi, che non sono più tra opinioni, ma tra identità: i “*No Vax*”, i “*No mask*”, i “*No Green Pass*”. Persone contro persone, stigmatizzazioni. Che si trasmettono nelle famiglie, nei gruppi organizzati, e diventano modi di essere; pregiudizi, più o meno inconsci.

## Un eroe: Forrest Gump

Un esempio di positività, contagiosa, pervasiva, che lo trasforma da *escluso* in ben più che *incluso*, addirittura in *inclusivo*. Forrest Gump. Un esempio di rispetto sia dato sia ricevuto.

Forrest ha gravi problemi di postura e uno sviluppo cognitivo inferiore alla media. La madre lo convince che non dovrà mai permettere agli altri di considerarsi superiori a lui.

Fedele a questa idea, diventa testimone di importanti avvenimenti della storia americana, incontrerà da Presley a Kennedy, da Dylan a Nixon, sarà prima stella del football e poi del ping pong, pure con la responsabilità di distendere il clima tra Stati Uniti e Cina, poi della corsa coast-to-coast (*corri, Forrest, corri*).

In Vietnam è lui che salva diversi commilitoni, compreso il tenente Dan, che poi sarà ferito e perderà le gambe e lo maledirà per aver cambiato il suo destino di guerriero, ma che poi diventerà suo socio in affari. È lui che tiene costante la passione per Jenny, amata fin da bambini. È lui che, libero da preconcetti, sa volgere in positivo molte disgrazie e guadagnarsi il rispetto di tutti. Con un sorriso a volte incosciente, e con quella leggerezza consentita da uno sguardo aperto sugli altri, ben simboleggiata dalla piuma che apre e chiude il film.

## Rispetto è apertura, attenzione per l'altro\*

Come nella vita di Forrest, rispetto è attenzione per l'altro\*. Rispetto per la persona, non solo per il ruolo che riveste.

In linguistica è la fase chiamata “calibrazione”: studio dell’interlocutore, dei suoi modelli di conoscenza e di rappresentazione del mondo. Calibrare significa “usare il calibro”. Prendere le misure, senza giudicare. Osservare e ascoltare l’altra parte.

C’è un verbo in inglese che esprime bene questo concetto: *to notice*; è più che osservare, è notare il dettaglio, accorgersi, prenderne consapevolezza. Per questo occorre tenere il più possibile in sospeso i nostri filtri cognitivi, le nostre convinzioni, che ci porterebbero in fretta a etichettare, giudicare, scegliere se escludere o includere.

Una volta, intervistando il linguista John Grinder, gli ho chiesto come fare a sospendere i miei filtri. «Mettiti a terra di fronte a un bambino di un anno, che sta facendo le esperienze più importanti della sua vita. Fa’ tutto ciò che fa quel bambino. Capirai cosa significa sospendere i tuoi filtri».

## **Rispetto per i generi dell’umanità**

In molti ambienti, per fortuna, da tempo le differenze sono considerate una ricchezza, un valore che ha ricadute positive sulla società nel suo complesso. Differenze di cultura, religione, età, orientamento sessuale. Anche differenza di genere, pur se con molti retaggi del passato: «Avete mai sentito qualcuno chiedere a un manager maschio come fa a coniugare lavoro e famiglia?», ha chiesto al pubblico una ministra centro-americana durante un recente World Economic Forum.

Son passati 8 anni da quando Emma Watson, attrice e modella inglese, ha lanciato alle Nazioni Unite la [campagna HeforShe](#),

che coinvolge gli uomini nella lotta contro la discriminazione femminile. «Ho deciso che ero femminista, ma ‘femminismo’ è diventata una parola impopolare. La parità di genere è un fatto di libertà, che riguarda tutti. Vi invito a farvi avanti, a farvi vedere e a chiedervi: se non io, chi? Se non ora, quando?»

## E per i generi della lingua

Piaccia o no, la lingua italiana è *gender marked*: a differenza dell’inglese, dove molte forme sono neutre o ambivalenti, per noi i nomi, gli aggettivi, le persone dei verbi, e tutti i pensieri che stanno là sotto, sono maschili o femminili. E per consuetudine – non per una legge divina – il plurale misto diventa maschile.

È vero che ferve il dibattito sull’asterisco (ci sto provando, non riesco dappertutto), come sullo *schwa*, quella vocale intermedia tra a ed e, indicata graficamente con una “e” rovesciata > ə.

Evito d’impeglarmi in questo dibattito. Mi basta ricordare la posizione molto dura presa dall’[Accademia della Crusca contro lo schwa](#) (che poi, chissà che novità, c’è nell’inglese come nel napoletano > *tuttə quantə, tuttə cosə*...). E mi basta ricordare, al di là del plurale inclusivo, quanti stereotipi conserviamo anche noi “progressisti”. Un uomo di strada è una persona semplice; una donna di strada? Un uomo disponibile è gentile; una donna disponibile? Un uomo di mondo è un signore; una donna di mondo? E via: massaggiatore, buon uomo, uomo allegro, al femminile come suonano?

Il linguaggio è sessista, e tocca impegnarsi, per depotenziarne le conseguenze.

Per non dire dell'infinito dibattito sui nomi delle professioni. Perché il *segretario* è al vertice di un partito, mentre la *segretaria* porta il caffè? Perché la giurista si fa chiamare *avvocato* e non *avvocata*, che è un aggettivo, o meglio, un participio passato (*advocatus, advocata*, colui/colei che è chiamato/a a...), e quindi si lega al genere della persona? Come chiamiamo la donna-medico? dottora? medica? *Medico* è un aggettivo: esistono il *presidio medico* e la *guardia medica*. Perché quando diventa sostantivo va al maschile? È forse il ruolo che richiede i pantaloni? o è solo la consuetudine che, come tutte, si può cambiare? E poi ministra, professoressa, assessora: è solo questione di orecchio (Angela Merkel comunque è stata sempre *cancelliera*). E poi presidente, e studente, che sono participi presenti, uguali per tutt\*.

Ma una battaglia fissata su *ministra* e *assessora* avrebbe il respiro corto. Quello che stiamo vivendo è un momento magico per il rispetto tra i generi, anche grazie a qualche provocazione. Interessante il caso dell'[università di Lipsia](#). Tempo fa il rettore ha stabilito, d'imperio, che per un mese in tutti i documenti – circolari, locandine, bandi, certificati, persino le mail – i plurali si sarebbero scritti solo al femminile: *le docenti, le studenti, le ricercatrici*, per intendere chiunque (e il tedesco ha il genere neutro!). L'obiettivo era omologare le differenze? Ma quando mai. Solo farci attenzione.

Possiamo citare altri due esperimenti: [Scrivere donna](#), una ricerca in cui 99 donne che scrivono, per lavoro o per passione, analizzano le particolarità della scrittura femminile. E poi [Caratteri di donna](#), concorso letterario organizzato da Comune e Università di Pavia, fino a qualche anno fa dedicato alle donne autrici, ora aperto a chiunque. L'obiettivo è andare oltre gli stereotipi: osservare, comprendere, dare e ottenere rispetto.

## Camminare nelle scarpe dell'altr\*

Un video molto usato nei corsi di comunicazione s'intitola [Change your words, change your world](#). Una persona cieca, con il cartello "Sono cieco, aiutatemi", non ottiene elemosine. Passa una ragazza, gira il cartello e scrive: "È una bella giornata e io non posso vederla". E piovono monetine. Il primo messaggio crea distacco, l'altro coinvolge, emoziona. Attira i passanti nei panni della persona cieca.

*Rispetto* è infatti mettersi nei panni dell'altr\*. O, come si dice in inglese, camminare nelle scarpe dell'altr\*, che è più intenso.

Cosa accade se [la storia di Cappuccetto rosso è raccontata dal lupo](#)? Tutti solidali con il lupo? E se l'Olocausto è raccontato da un aguzzino di Dachau?

Come avrà fatto Aretha Franklin a stravolgere la canzone [Respect](#), quella con il ritornello scandito, R-E-S-P-E-C-T? Nel testo originale di Otis Redding (1965) è un uomo che chiede alla compagna di rispettarlo; due anni dopo lei ribalta il punto di vista, e ne fa un inno dei movimenti femministi e contro le violenze sulla minoranza nera, poi allargato all'intera società (ancora attuale nella versione di [Blues Brothers](#), 1980).

E cosa accadrebbe se i maschi subissero, anche solo per un giorno, le conseguenze di una società sessista e violenta governata dalle donne? Lo immagina la regista francese Eléonore Pourriat nel corto [Majorité Opprimée](#), diffuso qualche anno fa su YouTube e accolto con il plauso della stampa internazionale. Ipotesi che non occorre realizzare: osservarla, però, aiuta a viverla con rispetto.

## Rispetto è reciprocità?

Prima di affrontare la domanda, guardiamo dentro anche la parola *reciprocità*. Ancora latino: *recus*, indietro, e *procus*, avanti. Reciproco: ciò che va e torna.

Quindi, il rispetto dev'essere reciproco?

Beh, tutto ciò che è reciproco inizia con un atto di fede. Come la fiducia, come l'amore, il chiedere scusa, il disarmo. Come il rispetto. Non siamo mai sicuri che quel che diamo torni. Ma se inneschiamo il cambiamento, la reciprocità ha l'occasione per accendersi.

Ben inteso, mica in eterno. C'è un tempo per il rispetto gratuito. E un tempo per valutare se ha senso.

Ma alla lunga, sì, il rispetto è reciprocità, tra persone. Da ogni parte si guardi, capi o collaboratori, insegnanti o studenti, allenatori o atleti, medici o pazienti, giovani o anziani, maschi o femmine o altr\*. In ogni situazione, casa, lavoro, comando di polizia, sala d'attesa di ospedale.

Rispettare un ruolo, una funzione, una divisa, rischia di diventare esclusivo.

Rispettare la persona è reciproco, e inclusivo.

# Ascolto

Perché gli dei ci han dato due orecchie, e una bocca sola? Per ascoltare più di quanto parliamo. Ascoltare per ascoltare, con calma, in silenzio, poi per capire, e finalmente per includere (che poi Listen è l'anagramma di Silent).

 **Ascolto** CLICCA QUI PER VEDERE  
LA DIRETTA

- *Tu non mi ascolti!*
- *No, sei tu che non mi ascolti!*
- *No, tu*
- *No, tu*

E via così, per lunghi minuti. Un'escalation che vista da fuori è assurda, ma da dentro pare inarrestabile. Fino allo sbocco.

## Esperienza di tutti.

Eppure, gli dei ci han dato due orecchie e una bocca sola: una ragione l'avranno avuta.

Ma niente. A scuola è un intreccio di esercizi e compiti, scritti e orali. Poi in azienda si studiano le tecniche di comunicazione. Ma è quasi tutto sull'*output*. L'*input* si dà per scontato.

E quale scontato! Ascoltare è difficile. Anche nei contesti in cui è determinante.

Una ricerca inglese, per esempio, mostra la difficoltà dei medici nell'ascoltare i pazienti, senza lasciarsi distrarre da altre informazioni, rumori di fondo, interferenze. Solo i primi 22 secondi sarebbero di *pure listening*. Il dato sconvolge. 22 secondi è niente. Speriamo non sia vero.

Comunque, verificare è semplice: in coppia, tu racconti un breve aneddoto personale, l'altr\* ascolta e poi trascrive. Ed è subito un fiorire d'interpretazioni, di particolari tolti, aggiunti, riformulati.

Che abbia ragione William Ury, maestro di negoziazione, che nel suo TED [The Power of Listening](#) si chiede: che cosa succederebbe se dall'era della comunicazione passassimo all'era dell'ascolto? se a scuola insegnassimo ai bambini l'ascolto, oltre alla lettura?

## L'ascolto è un atto volontario

Parliamo spesso di D&I, Diversità e Inclusione.

Ma ci sarebbe da distinguere la **diversità** dalla **differenza**.

*Diversità* è l'essere volto altrove (*de-vertere*): contiene cambiamento, pluralità, e va bene, ma anche il rischio del distrarsi, del cercare il nuovo anche solo per il gusto dell'eccitazione. *Differenza* va più a fondo: c'è il prefisso *dis*, che indica la fatica di una separazione, e il latino *ferre*, portare. C'è l'impegno di portare e sopportare vari elementi nel confronto, e magari accoglierli, per avere idee più precise e più complete.

La differenza, se inclusa grazie all'ascolto dell'altr\*, dà una prospettiva nuova, non per forza più giusta o più sbagliata della nostra. Ci fa tendere a in-cludere, piuttosto che es-cludere. Chi non si allena all'ascolto perde la possibilità di coltivare nuove idee e ambizioni. È l'inglese *open-minded*. L'ascolto apre la mente.

A ben guardare, sarebbe utile anche distinguere l'**includere** dal **comprendere**. Bello, eh, l'includere: è offrire ospitalità e protezione. Ma il *com-prendere* ha in sé il *prendere*, l'accettare, il farsi carico, e il *con*, che depotenzia i rischi dell'univocità.

È infatti dal confronto che nascono le soluzioni. E per confrontarsi bisogna ascoltare. Da un buon ascolto nessuno perde, tutti ottengono qualcosa.

E c'è da distinguere anche il **sentire** dall'**ascoltare**.

*Sentire* è avvertire sensazioni: la comprensione è solo accennata. *Ascoltare*, invece, è legato all'attenzione consapevole (*con-sape-vo-le*, dove c'è il sapere, il volere, e il farlo insieme).

In inglese la differenza è ancora più marcata. Roland Barthes definisce *hearing* un atto psicologico involontario. Non scegliamo quando sentire, è un atto automatico del cervello. *Listening* è invece un atto volontario: è quando decidiamo di mettere testa e cuore in ciò che abbiamo scelto di ascoltare.

## Lezioni da Sanremo

Il Festival della canzone merita il ruolo di buona palestra di ascolto. E vorrei vedere.

Sì, ma non solo nel senso di armonia tra testo voce e orchestra. Anche nel senso di ascolto degli umori sui temi caldi della società.

2020: vince Diodato con *Fai rumore*, «Ché non lo posso sopportare questo silenzio innaturale tra me e te...»: preghiera di abbattere quei silenzi che portano a incomprensioni e rancore.

2021: trionfano i Maneskin coi loro consigli per un silenzio saggio e ricettivo: «Parla, purtroppo la gente parla, non sa di che cosa parla...».

2022. Nel suo [monologo sull'unicità Drusilla Foer](#) (VIDEO) invoca: «Vi chiedo un regalo: tentiamo il vero atto rivoluzionario, che è l'ascolto, di se stessi e degli altri».

## **Ascoltare se stessi**

«Fragilità, il tuo nome è donna.»

La frase di Amleto è riferita alla madre Gertrude. Va beh, lì si può capire: neanche un mese dopo l'assassinio del marito quella sposa il cognato, il fratello del re, che poi si scopre essere proprio l'assassino.

L'alpinista Tamara Lunger, invece, nel suo *Il richiamo del K2*, dichiara lei stessa la propria fragilità. Non sopporta sentirsi dire di aver la forza di un uomo; anzi, squaderna i propri limiti di essere umano. Certo, anche di donna, in alcuni momenti fiaccata dal ciclo. È quella consapevolezza che le ha fatto rinunciare alla salita invernale al K2, e così riconquistare la vita, al contrario di alcuni suoi amici alpinisti che l'hanno persa. Lì dove l'ossigeno scarseggia, e ogni passo è un'impresa, lì dove la Natura dispiega tutte le sue forze, proprio lì, ascoltarsi nel profondo, e accettarsi, è la condizione che salva la vita.

## **Ascoltare per ascoltare. Punto.**

Bisogna ascoltare per ascoltare. Punto. Non per rispondere, o giudicare.

Spesso invece ascoltiamo quanto ci basta per etichettare. Ed è proprio quando formuliamo un giudizio su una persona che smettiamo di ascoltare. Ci fermiamo a quel che basta per dibattere, combattere, difenderci. E se nasce la voglia di scontrarsi, svanisce il desiderio di capirsi.

## E per capire

Alcune parole meritano ascolto più di altre. Sono quelle che scaldano il cuore, danno energia, positiva o negativa, e determinano la temperatura emotiva delle nostre conversazioni.

I linguisti indicano per ciascuno di noi circa 250 *hot words*, e di queste circa 50 *key words*, che il cuore proprio ce lo aprono, come fanno le chiavi, oppure ce lo chiudono. Sono i nomi dei nostri cari, dei nostri luoghi, dei valori che animano la nostra vita.

Sono le parole più importanti da ascoltare e registrare, quando conversiamo con qualcuno.

Altro buon esercizio, nell'ascolto, è comprendere in che modo chi parla ordina la **struttura logica** della frase. Per esempio, c'è chi afferma subito il proprio concetto, e c'è chi non può fare a meno di una premessa. C'è chi espone la causa prima dell'effetto, «c'era traffico, e siamo arrivati tardi», e chi il contrario, «siamo arrivati tardi perché c'era traffico». C'è chi quando presenta un progetto ne elenca subito (a volte soltanto) i vantaggi, e chi invece ne illustra prima i punti deboli, lasciando ai benefici l'onore della conclusione. Riconoscere come l'altra persona struttura la frase ci rende più facile avvicinarci nel dialogo.

## Il linguaggio esclusivo: come gestirlo con buone domande

Guardando dentro la parola "ascolto" troviamo anche idee per fare buone domande.

Domande e ascolto: uovo o gallina? Son le domande che attivano l'ascolto o è la predisposizione all'ascolto che ci spinge a fare domande, anziché inchiodare affermazioni, esclamazioni, sentenze?

Fare buone domande è un modo gentile e inclusivo di concepire le relazioni interpersonali. Una leadership che deriva dal porre buone domande vale in moltissimi ambiti professionali, dal giornalismo all'investigazione, dalla psicoterapia alla vendita, dalla politica alla didattica, alla medicina. Le buone domande scavano, ricercano, fanno sorgere dubbi, e quindi consapevolezza di certe complessità.

Porre domande è un buon modo anche per depotenziare, e se possibile reindirizzare, molte espressioni tipiche dell'arroganza, del bullismo irrispettoso e discriminatorio, dell'esclusione.

Per esempio, nelle frasi

- *tutti sanno che gli uomini sono...*
- *tutti sanno che le donne sono...*

c'è un soggetto non specifico, *tutti*, che evidenzia una generalizzazione. Facendo alcune domande, possiamo risalire – e indurre chi parla così a fare lo stesso – all'esperienza originaria della persona, attraverso la domanda *Chi, precisamente, sa che...?*

La risposta permetterà di risalire a una o più persone specifiche alle quali chi parla si riferisce, riducendo quindi la generalizzazione. Oppure la spingerà a rivedere certe convinzioni.

## Situazioni simili

- *gli africani...* Sicuri che proprio tutti gli africani...?
- *l'hanno assunto perché è disabile* > Pensi che se mi procuro una disabilità assumano pure me?
- *mai fidarsi degli omosessuali.* > Proprio neanche una volta ti sei fidato di una persona con un orientamento sessuale differente dal tuo?
- *quel trans mi fa paura* > In che cosa, in particolare, hai paura di quella persona?
- *per quella posizione un maschio è la soluzione migliore.* > Migliore rispetto a che cosa?
- *Stefano è troppo vecchio per quell'incarico* > Intendi in senso anagrafico o per il valore della sua esperienza?
- *Giovanna è costretta in carrozzina* > Sicuri che sia “costretta”? La carrozzina non è proprio il mezzo che le permette di muoversi?

Domande che, anziché controbattere, e quindi innescare conflitto, accolgono il pensiero dell'altra persona, dolcemente, e poi dolcemente smussano, ricontestualizzano. A volte correggono.

## LISTEN: l'anagramma di SILENT

«Per me non è importante che tu ci sia sempre: devo sapere che quando sei con me, ci sei davvero.»

Così urla Alice, in *Strappare lungo i bordi*, il fumetto di Zerocalcare, poi serie tv Netflix. La richiesta è forte: Alice vuole un ascolto puro e consapevole. Ha bisogno di qualcuno che sappia distinguere quando è il momento per parlare, e quando quello per ascoltare. O, meglio, per tacere.

Che LISTEN sia l'anagramma di SILENT, infatti, è ben più di un gioco linguistico: è un fatto.

Viviamo dentro un brusio continuo: nel marasma dei contatti al lavoro, a cena, in palestra, in viaggio, nelle storie di Instagram, negli stati di Facebook, nelle spunte di Whatsapp. Ci siamo dimenticati come si ascolta.

Quando si ascolta, bisogna tacere. E non fare altro. Essere lì, in quel momento. Bisogna saper aspettare, lasciare all'altra persona il tempo per esprimere i propri pensieri, senza fare facce, senza incalzare.

Si ascolta anche con gli occhi, con le mani, con tutto il corpo. Nella comunicazione in presenza, e ancora di più in quella a distanza, che caratterizza questi nostri strani anni.

La postura è determinante nell'ascolto. Una postura fisica e mentale, che favorisca il vuoto e che si lasci riempire dalle parole, dai gesti, da toni di chi parla. Perfino dai suoi silenzi, a volte così duri da reggere.

## **Non c'è peggior sordo**

Di chi non vuol sentire, certo. Ma c'è anche chi vuole proprio sentire bene, e allora lo fa, il sordo.

Ricordiamo, in *Qualcuno volò sul nido del cuculo*, il dialogo tra Randle e Grande Capo, il gigantesco indiano, recluso nel manicomio, che da anni finge di essere sordo.

*R – Ehi, vuoi una gomma?*

*GC – Grazie.*

*R – Disgraziato, Grande Capo! Ci senti pure?*

*GC – Eccome.*

*R – Che mi prenda un colpo! E loro, tutti loro credono che tu sei sordomuto, eh? Li hai fregati tutti!*

Un mito. Ma per ascoltare meglio possiamo scegliere altre vie.  
Allenarci, per esempio.

\*\*\* \*\*

Per chi non ne avesse abbastanza:

- a) [7 allenamenti per un buon ascolto](#) > video, 15'
- b) un [repertorio di domande \(questioning\)](#) > video, 24'
- c) l'abstract del libro [Due orecchie, una bocca](#)

# Senso

**Parola con tanti sensi. Significato, concetto (in che senso?), ma anche canale percettivo (i 5 sensi), ma anche direzione (senso verticale).**

**Simbolo di quanto le parole possano far male o far bene; di quanto possano - con intenzione, oppure no - escludere, oppure includere le persone.**



Responsabilità, Rispetto, Ascolto, facile proseguire con *sensò*: sono parole che si attraggono da sole.

Sensò. Parola “polisemica” = tanti sensi, tanti significati. Parola che accoglie e mescola in sé differenti sensi.

E sensi assai differenti: non bastasse, cambia il senso pure spostando l’aggettivo prima o dopo il nome: sarebbe *descrittiva* la funzione dell’aggettivo messo prima (*grande casa, bel libro, nuovo telefono*), *restrittiva* quella dell’aggettivo messo dopo (*casa grande, libro bello, telefono nuovo*), ma come sempre [c’è di più](#).

Parola che agisce nel corpo, nell’anima, nella mente, nel cuore. Parola che a volte significa “ragione”, altre volte il contrario. Che basta metterle qualche lettera davanti (*assenso, consenso, controsenso, dissenso*), e gira in tutt’altre direzioni. In altri sensi, toh. Parola che comprende il senso del discorso e i sensi della percezione.

Parola simbolo d’inclusione.

Ma vediamo se e come può prender senso questo ragionamento sul senso della parola senso.

## I sensi del corpo

Partiamo dal corpo, che in questi strani mesi è al centro dell’attenzione. Il corpo da proteggere, da distanziare, il corpo da salvare.

Il corpo, a volte, da riporre.

Abbiamo cinque sensi: vista, udito, olfatto, gusto e tatto. Sono i canali che portano al cervello le informazioni sulla realtà.

Poi c'è il sesto senso: ne parlano neurologi, filosofi, psicologi e poeti. Non solo per indicare una specie di “super-senso”, extranormale, roba da chiaroveggenti; più spesso per indicare la sensibilità, l'intuizione, l'istinto che ti fa avvertire prima delle evidenze, oggi si direbbe l'intelligenza emotiva. Qualcuno oggi lo colloca in un punto tra orecchio e cervello, il nervo vestibolare (*vestibolo* è appunto “entrata”), quello che va in tilt quando hai la labirintite.

E pare ci sia pure un settimo senso: telepatia, premonizioni. Lasciamo perdere.

A volte, con il corpo, li perdiamo, i sensi. Altre volte li riprendiamo, vuoi con cose che ci strofinano sotto il naso, vuoi con azioni più energiche. A volte proviamo un senso di stanchezza, di pesantezza, oppure di benessere; a volte di nausea, oppure di fame; e a volte è una fame-appetito, che plachiamo con lo snack, altre volte è una brama, un desiderio, di soldi, di potere, di sesso. A volte esplose il piacere dei sensi, altre volte ne implode la pace.

## **I sensi dell'anima**

Sull'altro fronte c'è il trambusto delle emozioni.

Partiamo col senso di colpa. Quello personale, familiare, amicale; quello che sfocia in rimorso.

O quello professionale, dell'imprenditore che ha portato i libri in tribunale, lasciando tante famiglie nella disperazione e mandando in fumo il lavoro dei nonni. Del medico/a o dell'infermiere/a che non riesce a guarire la persona curata. Dell'insegnante che ha desistito dal sostenere lo/a studente.

(A proposito, *medico* è un aggettivo: c'è il *presidio medico* e c'è la guardia medica; usato come sostantivo, per indicare la professione, va bene se parliamo di un maschio; quindi la donna che cura i malati è una *medica*, non un medico. *Studente* è un participio: colui/colei che studia. Mica diciamo *cantantessa*, *partecipantessa*, *mittentessa*. Alcune parole hanno già superato lo stereotipo del maschile per le professioni o i ruoli > *sindaca*, *assessora*, *deputata*. Per altre serve ancora qualche spintarella.)

Poi c'è una risma di sensi dell'anima: frustrazione, smarrimento, solitudine, vuoto. Ma c'è anche il senso di gratitudine. Si può provare un senso di gioia, oppure di tristezza. E una cosa è provare tristezza, un'altra cosa è provare *un senso di tristezza*: è più ovattato, meno pungente.

A volte i "sensi" sembrano l'opposto del raziocinio (*Regnano i sensi e la ragione è morta*, Petrarca), altre volte indicano una ragione un po' approssimativa, come nella "traduzione a senso", non letterale, sulla versione di latino, o sulla frase del cliente in un inglese strascicato, o in un dialetto che pare un esercizio di *grammelot* (la lingua teatrale che nel medioevo assemblava suoni e onomatopee prive di un senso preciso, per parlare al popolo aggirando la censura del potere).

A volte è sinonimo di "sensazione", o di "sentimento". Altre

volte di “valore”: il senso morale, il senso di giustizia, di pietà, misura, onore, amicizia. C'è il senso dell'umor, che non è la satira, né la comicità, la derisione, tanto meno il sarcasmo, ma la capacità di cogliere e far cogliere i lati meno espliciti di una situazione. C'è il buon senso. C'è il senso comune. I sensi di legge (*ai sensi dell'art. xxx*). Ci son le formule di ossequio: *gradisca i sensi della mia devozione, con i sensi della mia più profonda stima* (sempre al plurale, che vale di più).

Ci sono gli aggettivi derivati: sensato, sensitivo, sensuale.

C'è il “senso” come talento naturale: il senso estetico (e sarà un caso se qui per antonomasia scegliamo uno dei cinque, il gusto?), quello pratico, quello dell'orientamento.

C'è anche il senso inteso come “direzione”: il senso verticale, orizzontale, orario o antiorario, il senso vietato e il senso obbligato, il senso unico e il doppio senso.

E proprio il doppio senso, fondamento del comico, ci porta nel cuore del nostro tema: il senso come “significato”.

## **Il senso delle parole**

*Ma in che senso? In un certo senso... Lo dici in senso positivo o...*

Eccolo, il principe dei sensi: il significato soggettivo che nella nostra vita assumono certe parole (*i significanti*).

Pensiamo a questi mesi.

*Lavoro da casa*: un tempo era un privilegio, poi è stata una costrizione. Magari abbiamo imparato a trarne il senso positivo: clienti, colleghi e fornitori sono entrati nelle nostre case, nelle nostre cucine, han conosciuto i nostri figli, i gatti, gli oggetti, i poster nelle stanze.

*Positivo/negativo*: oggi prevale l'accezione sanitaria, che pure è il contrario della logica; *contagiare, contaminare*, era bello un tempo contaminarci con persone e con culture diverse, oggi è il peggiore dei rischi. *Virale*: ho pubblicato un post che è diventato virale, era oggetto di vanto, oggi apriti cielo. *Tamponare*: era schiantarsi sul paraurti davanti, oggi t'infilano delle cose appuntite che non è tanto bello.

Senza dimenticare gli *evergreen*, i super-classici dei doppi sensi: il "premio" è la coppa che vinci in gara o è il prezzo della polizza? "Ovvero": dichiara o disgiunge? sta per "cioè" o per "oppure"? "Piuttosto che": significa "invece di" oppure smarca i punti di un elenco? Anche senza cacciarci nel groviglio accademico che ben distingue la semiotica dalla semantica (eppure entrambe vengon dal greco *sema*, o *semeion*, cioè segno, significato, senso); e anche senza banalizzare faccende davvero complesse, possiamo ricordare lo sgomento del Poeta, dinanzi all'iscrizione sull'ingresso dell'Inferno: *Queste parole di colore oscuro / vid'io scritte al sommo d'una porta; per ch'io: / «Maestro, il senso lor m'è duro»*.

E ancora: ha senso o fa senso? Un mio amico inglese che fatica a studiare l'italiano direbbe "fa senso". In inglese il senso si costruisce: il *sense making* è la formazione di un'identità, di un significato collettivo, la narrazione comune di un'impresa, di un team sportivo, di una nazione.

In italiano invece un'idea, una proposta, *ha senso*, fondatezza, valore, sta in piedi. "Ci sta", oppure no. Mentre *fa senso* è "fa schifo", "disgusta". E pure questo, con l'immane contro-senso, perché a volte *fa senso* significa "mi attizza", "mi arrapa", "mi fa sangue" (e magari invece mi fa proprio senso la vista del sangue).

## **Cogliere il senso: fosse facile**

Disegno una sedia. Ti chiedo: «Che cos'è?». «Una sedia», rispondi.

«Allora ti spiace sederti?».

Lo faccio spesso, nei miei corsi. Sembra un giochino, ma aiuta a riflettere sul senso di [realtà e rappresentazione](#).

Una cosa è la realtà (R): la casa, la macchina, l'azienda, il tempo che passa.

Un'altra cosa è la rappresentazione della realtà (RR), ossia il senso che noi le attribuiamo, il valore che quell'elemento di realtà ha per noi, la nostra percezione; che è sempre soggettiva, e può cambiare nel tempo.

Un'altra cosa ancora è la rappresentazione della rappresentazione della realtà (RRR), ossia il linguaggio che usiamo per esprimere i nostri significati.

La sedia reale > la mia idea di sedia > la parola che usiamo per definirla (*sedia, chair, chaise, cadrega...*).

Quando parliamo con gli altri, il nostro linguaggio rappresenta davvero il nostro “senso”? E quando è qualcun altro a parlare, cogliamo il senso del suo pensiero? Sappiamo abbassare il volume dei nostri pre-giudizi, delle emozioni, delle interpretazioni soggettive? sapremo ascoltare senza manipolare tutto con i nostri filtri culturali e valoriali? con i nostri sensi?

Le persone non fanno la guerra, o l'amore, per la realtà, ma per ciò che la realtà rappresenta per loro. La striscia di Gaza è una lingua di terra disgraziata, inquinata, povera persino di acqua, eppure da decenni soldati, terroristi e gente pacifica si rovinano la vita per lei. Un'ora, sessanta minuti, passati nelle braccia di chi amiamo, o sulla poltrona del dentista, o nella sala d'attesa di un ospedale, a roderci l'anima per uno straccio di notizia, hanno sensi molto diversi.

Usare un linguaggio inclusivo significa sforzarsi di andare oltre la propria rappresentazione della realtà, e accogliere quella di chi, magari con molta fatica e molto impegno, ci sta presentando la sua.

## Le parole dei sensi

L'ultima tappa di questo ragionamento riguarda i [sistemi rappresentazionali](#), strumento linguistico molto efficace per accordare i valori di diversità e inclusione.

Se è scontato che i 5 sensi (o 6, o 7) son le porte d'ingresso del cervello, meno scontato è che ne sono anche le porte di uscita.

Noi parliamo, scriviamo, ci esprimiamo in modo coerente a come

abbiamo percepito. Possiamo essere **visivi**, **auditivi** oppure **cenestesici** (qui c'è l'area dell'olfatto, del gusto, del tatto + la turbolenza emotiva). Se percepiamo in prevalenza con la vista, preferiremo espressioni che evocano immagini, scenari, obiettivi, traiettorie; se privilegiamo l'ascolto, cureremo più come suonano le nostre frasi; se abbiamo più aperta la sfera cenestesica, organizzeremo il nostro linguaggio intorno alle sensazioni tattili, olfattive, gustative ed emotive.

C'entra poco la fisiologia, è un fatto neurologico. Spesso una persona ipovedente pensa e parla in modo visivo. Ho un'amica cieca che abbonda di verbi come *osservare*, *chiarire*, *focalizzare*, *schematizzare*; aggettivi come *oscuro*, *nitido*, *trasparente*; sostantivi come *quadro*, *schema*, *prospettiva*. Una volta mi chiese: «Abbiamo rivisto il contratto per prossimo anno: puoi dargli un'occhiata? ti sembra chiaro?»

È attraverso le parole dei sensi che esprimiamo agli altri le nostre idee. Conviene farne un uso ben articolato nella comunicazione con platee ampie (qui un esempio di [linguaggio polisensoriale](#)), e usare invece quelle specifiche della persona con cui parliamo, se rispondiamo a una sua domanda/obiezione, se puntiamo a stringere una relazione con lei/lui, se vogliamo tener conto della sua posizione. Sintonizzarsi sul sistema rappresentazionale dell'altra persona ci aiuta a stringere la relazione con quella persona, a includere il suo e il nostro punto di vista in un confronto possibile, a costruire interesse, disponibilità, fiducia.

Che cosa ci insegna, dunque, la parola *senso*? Almeno un pizzico di consapevolezza su quanto le parole possano fare male o fare bene; quanto possano – in modo intenzionale, oppure no

– escludere, oppure includere le persone.

Nell'Introduzione alla psicoanalisi, dice Sigmund Freud: «Attraverso le parole ognuno di noi può dare a qualcun altro la massima felicità oppure portarlo alla totale disperazione; attraverso le parole l'insegnante trasmette la sua conoscenza agli studenti; attraverso le parole l'oratore trascina il pubblico e ne determina giudizi e decisioni. Le parole suscitano emozioni e sono il mezzo con cui generalmente influenziamo i nostri simili».

Un altro motivo per trovare un senso a questa parola (anche se questa parola... si vabbè, [Vasco](#)).

# Semplicità

**Sem-plice = senza plica, senza piega, aperto, trasparente. Alleniamoci a parlare, a scrivere, a pensare in modo semplice: saremo più aperti, più rispettosi delle differenze. Perché l'inclusione è come la semplicità, come la magia: quando c'è, non si fa notare, si fa semplicemente vivere.**

## Semplicità

CLICCA QUI PER VEDERE  
LA DIRETTA

La scena è abbastanza nota. Non lo fosse a tutt\*, conviene vederla subito. (dura un minuto)

Le parole sono importanti (da *Palombella rossa*). Vista?

Beh, forse partire con Nanni Moretti che piglia a schiaffi la giornalista non è l'idea più garbata per avviare un pensiero su diversità e inclusione, tanto meno per parlare della bellezza della semplicità.

Resta vero che le parole sono importanti. “Chi parla male pensa male”, grida Moretti in un altro passo del film.

Ed è proprio questo il ragionamento che qui proponiamo: semplificare il linguaggio è semplificare il pensiero, è renderlo più rispettoso delle differenze.

Per questo ripartiamo, ancora una volta, dalla struttura della parola *sem-plicità*. E il trattino ci aiuta, ancora, a smontare la parola e a guardarci dentro.

### **Piccolo esercizio**

Per cortesia, lettrice, lettore, prendi un foglio, fisicamente. O, se vuoi, col pensiero.

Piegalo in due. Ora in tre. E in quattro.

Visto? Il foglio sì è fatto *du-plice*. *Tri-plice*. *Quadru-plice*.

E se vai avanti, a *com-plicare*, via via si farà *molte-plice*.

Ora *s-piegalo*: toglì le pieghe. Il foglio torna *sem-plice*. *Sine-plica*, senza piega. Torna a essere piano (per indicare il linguaggio semplice, gli anglosassoni parlano proprio di *plain language*).

*Com-plichi, es-plichi*.

Molte volte al giorno facciamo questo: ci sforziamo di rendere sem-plici cose com-plicate (e viceversa). E in questa snervante attività ci sono alcuni aspetti etici e alcuni aspetti linguistici, che comunque compongono insieme il nostro vivere quotidiano.

## **Semplice o semplicistico?**

Semplice, semplice.

Semplicistico è un'altra cosa. Semplicistico è facilone, riduttivo, generico, superficiale. È la cattiva interpretazione del semplice.

«Bisognerebbe rendere tutto il più semplice possibile, ma non troppo semplice.» Così Albert Einstein, uno che di complessità ne capiva.

Spesso spacciamo la nostra confusione mentale per complessità, ma solo perché non abbiamo fatto abbastanza per semplificarla.

Allora ci ostiniamo a presentare il nostro pensiero come troppo prezioso per essere semplificato.

E non siam qui a dire che tutto possa essere semplificato per tutti. Tradurre la meccanica quantistica o il dibattito sul *meta-verso* nello stile e nei tempi di una conversazione da bar sarebbe davvero semplicistico.

Ma possiamo giurare ad Einstein di aver cercato di rendere tutto il più semplice possibile, in modo che sia comprensibile, e quindi inclusivo, per la maggior parte delle persone?

Può giurare, il mio medico, se gli dico di avere un “forte dolore alla bocca dello stomaco”, che sia meglio dire «Il paziente *accusa vivo dolore* nella *regione epigastrica*»?

O che se scrive nel referto «non si *apprezzano* lesioni di natura traumatica a carico dei legamenti crociati», anziché compiacermene, io potrei preoccuparmene, pensando che le mie lesioni non sono considerate da lui importanti? Nel linguaggio comune *apprezzare* ha valore positivo, e non neutro. Scrivesse «non risultano», non sarebbe più semplice?

Vediamo altri esempi, più da vicino.

## Cartelli

«È vietato legare ombrelli ai colli», diceva qualche anno fa l'avviso al deposito bagagli della stazione ferroviaria (spero lo abbiamo cambiato). Perché colli, e non bagagli, pacchi, valigie?

O ancora: «Per mancanza di moneta divisionale i pazienti solventi sono pregati di presentarsi allo sportello muniti della suddetta», mi è capitato di leggere, ancora di recente, in tempi di *cashless*, davanti alla cassa di un grande ospedale. Passano di lì migliaia di persone ogni giorno, e se arrivano senza spiccioli magari si sentono pure gridare: «Non sa leggere?».

E non siamo al telequiz di fine giornata, dove magari abbiamo anche voglia di rilassarci con i giochi di parole: siamo lì a gestire stati d'animo pesanti.

## **Denunce, contratti, bugiardini**

Il brigadiere è davanti alla macchina per scrivere. L'interrogato, seduto davanti a lui, risponde alle domande un po' balbettando, ma attento a dire tutto quel che ha da dire nel modo più preciso e senza una parola di troppo: «Stamattina presto andavo in cantina ad accendere la stufa e ho trovato tutti quei fiaschi di vino dietro la cassa del carbone. Ne ho preso uno per bermelo a cena. Non ne sapevo niente che la bottigliera di sopra era stata scassinata».

Impassibile, il brigadiere batte veloce sui tasti la sua fedele trascrizione.

*Il sottoscritto essendosi recato nelle prime ore antimeridiane nei locali dello scantinato per eseguire l'avviamento dell'impianto termico, dichiara d'essere casualmente incorso nel rinvenimento di un quantitativo di prodotti vinicoli, situati in posizione retrostante al recipiente adibito al contenimento del combustibile, e di aver effettuato l'asportazione di uno dei detti articoli nell'intento di consumarlo durante il pasto pomeridiano, non essendo a conoscenza dell'avvenuta effrazione dell'esercizio soprastante.*

Il brano è di Italo Calvino, ed è noto come *L'antilingua*.

Ma sarà capitato anche a noi.

Tu dichiari quel che ti è successo, per “sporgere denuncia” (chissà perché poi “sporgere?”), e loro traducono. Migliaia di

nostri concittadini traducono mentalmente, con la velocità di automi, la lingua italiana in un'antilingua inesistente. Molto spesso (non sempre, ma davvero molto spesso), avvocati, medici, banchieri, informatici, funzionari delle più diverse funzioni, addetti di ministeri, tecnologi vari, scrivono, parlano, pensano nell'antilingua, sbiadendo i significati veri, o relegandoli in fondo a una catena di parole inutili.

Prendiamo le leggi: per rispettarle, bisogna che i cittadini prima le comprendano.

Prendiamo i mutui, le polizze assicurative, i contratti standard – telefonia, internet, abbonamenti tv, energia – che il cliente non può negoziare, può solo prendere o lasciare. E tutti i testi che comunicano informazioni importanti per la nostra vita: fogli illustrativi dei farmaci (significativamente chiamati *bugiardini*), etichette dei surgelati, orari degli autobus, istruzioni per gli elettrodomestici. Materiali pensati e comunicati spesso in modo maldestro, confuso, chissà perché così complicato.

## **L'aritmetica e l'inclusione**

Come si fa a mangiare un elefante? *Chunk-by-chunk*, dice il proverbio. Un boccone per volta.

Quando le cose sono complicate, per capirle, bisogna spacchettarle in cose più piccole, e risolverle una per la volta. Come le espressioni aritmetiche. Parentesi graffe, quadre, tonde. Risolvi prima le matrioske più piccole, poi sali via via, e la complessità si “s-piega”, si “s-piana”, si srotola lì davanti, fa meno paura, la puoi maneggiare.

E mi chiedo: non sarà l'aver reso l'inclusione un concetto così astratto, così impegnativo, che la rende inutilmente e pericolosamente complicata?

Chiediamolo a un essere umano di 5 o 6 anni che cosa significa "inclusione". O meglio, osserviamolo viverla, l'inclusione, con le amiche e gli amici di gioco, di qualunque origine, lingua, colore della pelle, orientamento religioso o sessuale (pare che sia già evidente a quell'età lì). Potremmo trarne buoni suggerimenti per vivere le diversità e l'inclusione come concetti molto più semplici – e belli, bellissimi – di come a volte ci appaiono.

Antonio Giuseppe Malafarina, giornalista, esperto di disabilità, sostiene che [inclusione è una parola magica](#): significa prendere dei gruppi di persone diverse e metterle insieme, anche solo per qualche momento, e far sì che si percepiscano diversi e allo stesso tempo uguali. Non nel senso di appiattare o ignorare le differenze: nel senso di usarle come canali di comunicazione. Inclusione allora è una parola magica perché esiste quando la crei, e quando l'hai creata scompare.

## **Se la moda fa tendenza**

La magia della parola dell'inclusione, forse, davvero si sta avverando.

L'alta moda, per esempio, da sempre rappresenta l'esclusività. Eppure all'ultima Fashion Week di Milano, lo scorso febbraio, ha ottenuto un'attenzione speciale lo stilista Marco Rambaldi, sostenuto da Valentino, che ha portato gente *di ogni genere, forma, età*, nella sua collezione 2022.

E per tutta la rassegna la parola d'ordine è stata fluidità: nel vestire, nel truccarsi, diremmo nel vivere.

Evento di rilevanza limitata? Forse. Ma se la moda ha sempre avuto un ruolo importante nell'abbattere pregiudizi e nell'affermare nuove tendenze, possiamo immaginare bene. Quella magia, a un certo punto, avrà fatto quasi svanire la parola *inclusione*, che sarà nei fatti. Sarà divenuta un'abitudine, una prassi, un modo di essere.

Che poi, anni prima di Rambaldi, non era stato Benetton a premere sulla diversità? Mani bianche e mani nere unite dalle manette, tre cuori uno accanto all'altro con le scritte WHITE, BLACK, YELLOW, bambini di ogni colore che giocano insieme, due giovani compagni con una bambina in braccio, preti e suore che si baciano, e poi il claim *Clothes for Humans*, sempre nel nome degli *united colors*.

## Due parole

*Le parole sono fatte, prima che per essere dette, per essere capite. Proprio per questo, diceva un filosofo, gli dei ci hanno dato una lingua e due orecchie. Chi non si fa capire viola la libertà di parola dei suoi ascoltatori.*

*È un maleducato, se parla in privato e da privato. È qualcosa di peggio se è un giornalista, un insegnante, un dipendente pubblico, un eletto dal popolo.*

*Chi è al servizio di un pubblico ha il dovere costituzionale di farsi capire.*

Lapidario il pensiero di Tullio De Mauro, gigante della linguistica italiana, nella home page di [dueparole](#), il “mensile di facile lettura” ideato un quarto di secolo fa dall’Associazione. Che poi mensile non fu, perché non ebbe sostegno economico per vivere a lungo, ma che fu una scintilla per l’inclusione linguistica di molte fasce della popolazione italiana.

Dueparole aveva nel proprio obiettivo i “lettori dimenticati”, le persone che nessuno considera come potenziali lettori: ragazzi svantaggiati sul piano culturale, persone con dislessie o altri disturbi dell’apprendimento, persone che soffrono di qualche forma di ritardo mentale; persone straniere che hanno poca familiarità con la lingua italiana; giovani e adulti che, dopo la scuola dell’obbligo, leggono poco perché non trovano testi adeguati alle loro reali capacità cognitive; persone anziane, sole, con problemi di memoria e anche di perdita di parte delle abilità linguistiche. Tante persone che devono gestire forme varie di disabilità, e che hanno uguale diritto di accedere alle informazioni e alla comprensione di quelle informazioni.

Tra i meriti di Tullio De Mauro c’è anche il [Dizionario di base](#), ossia la raccolta delle parole di maggior frequenza nella lingua italiana parlata. Erano circa 5mila nella prima edizione, anni ’70, oggi sono circa 15mila. Di queste, 2mila costituiscono il lessico fondamentale, ossia le parole ad altissima frequenza, usate nell’86% dei discorsi pubblici e dei testi. Ce n’è da non annoiarsi.

Usare quelle parole, per farsi capire da tutti, è un atto di rispetto delle diversità, e quindi di inclusione.

Un altro contributo in questa direzione è [il decalogo della semplicità](#), che contiene suggerimenti concreti (es. usare parole brevi, frasi brevi e lineari, espressioni positive, verbi all'indicativo presente...), che abituanò a parlare, a scrivere, a pensare in modo piano, gentile, inclusivo.

## Una magia semplice

Quindi se parliamo, scriviamo, pensiamo in modo più semplice diventiamo più aperti, più rispettosi delle differenze? È possibile, sì.

Così pure se smettiamo di pensare in modo binario (*giusto/sbagliato, corretto/scorretto, maschile/femminile, giovani/vecchi, dentro/fuori...*), e riconosciamo le tante sfumature tra due estremi, diventiamo più inclusivi.

Se tra un *giusto* e uno *sbagliato*, un *sono d'accordo* e un *non sono d'accordo*, ci alleniamo a dirci, e a dire: “aiutami a capire meglio”, diventiamo più inclusivi. Più lo facciamo, meno ci costa farlo. Come in ogni gesto, di sport, di musica, di lavoro. Ci abituiamo, diventa naturale. Semplice, come una magia.

# Accordo

**Armonia di sentimenti. Incontro di volontà e di obiettivi differenti, dove ogni parte rinuncia a qualcosa, in nome di un fine comune più alto.**

**Non solo atto di generosità, né regalo divino, ma risultato di un impegno preciso. Il linguaggio dell'accordo è una palestra per l'inclusione.**



CLICCA QUI PER VEDERE  
LA DIRETTA

## Accordo

Armonia di sentimenti. Incontro di volontà e di obiettivi differenti, dove ogni parte rinuncia a qualcosa, in nome di un fine comune più alto.

Ecco già lì, il significato della parola *accordo*.

In grammatica *accordo* è sinonimo di *concordanza*. In musica è giustapposizione di più suoni, per formare un suono unico, piacevole (le tre note *do-mi-sol*, l'accordo di do, il primo sorriso di ogni chitarrista). E poi in pittura, in fisica, in cucina, e in tante altre aree del sapere, c'è una differenza lampante tra qualcosa che è in accordo e qualcosa che è in disaccordo.

Se poi andiamo alle origini della parola, si accendono altri spunti.

Nel latino medievale *accordare* era conciliare, portare due parti contrastanti su un terreno comune. Poi, che la radice sia *cor*, cuore, che indica sia l'anima sia la mente, con quell'ibrido di sensibilità e d'intelligenza, oppure proprio *chorda*, il filo metallico che faceva suonare la lira, o la cetra, è una doppia ipotesi che rende l'interpretazione ancora più romantica.

Il fatto, poi, che la parola esprima tanto il sostantivo (*sub-stantia*, ciò che sta lì sotto) quanto la prima persona del verbo al presente indicativo è un fatto non comune, forse un suggerimento per i rissosi e i piantagrane. Pronunciamola dentro e fuori di noi, centinaia di volte al giorno, come un mantra: può essere che la smettiamo di attaccar briga a ogni piè sospinto.

E se lo diciamo in tanti, insieme, diventa *con-cordo*, che suona ancora meglio.

## **Che cosa ci fa saltare i nervi: piccolo manuale dell'antirissa**

Quando le vendite vanno male, la colpa è dei commerciali che non sanno vendere, o del marketing che non ha fatto una buona pubblicità? Il sale nella pasta si mette ad acqua fredda o al bollore? C'è più caffeina nel caffè ristretto o in quello lungo? Meglio la destra o la sinistra? Vaccinarsi o non vaccinarsi?

In una conversazione, in pochi minuti è pronta la rissa. C'inalberiamo anche su cose d'importanza davvero limitata. Ne facciamo una questione di principio.

- *Ehi, dove crede di andare? C'ero prima io*
- *Non faccia il furbo. Ora tocca a me. Lei se ne stia in coda come gli altri, ma tu guarda 'sto arrogante*
- *L'ho sentita, sa? Arrogante a me! Come si permette?!*
- *Ha ragione, lei non è solo arrogante, è proprio maleducato*

E dire che a volte basterebbe poco per evitare la rissa. Perché la rissa, anche solo verbale, raramente è uno sfogo: più spesso è alimento per le nostre tensioni, veleno per il fegato, tempo sottratto al nostro vivere. È che quando siamo lì dentro ci pare impossibile resistere. O desistere. Sottrarci a quel meccanismo che ci porta a fare i bambini capricciosi, o i genitori autoritari, insomma tutto tranne gli adulti equilibrati.

- *Allora, possiamo vederlo questo report?*
- *Ma con la valanga di cose urgenti che mi piovono addosso, come puoi pensare che il report sia pronto?*
- *Beh, te l'ho chiesto due giorni fa, mica ci vorrà uno scienziato...*

– *Occhio, non è giornata. Lasciami stare, se no finisce che ti dico quel che penso.*

– *Sentiamo, cos'è che pensi?*

– *Beh, certo tu non è che ti ammazzi di lavoro. Il report potresti fartelo da solo.*

Una via efficace per capire come disinnescare la rissa è identificare i fattori scatenanti. A volte sono atteggiamenti, o comportamenti. L'aggressività, l'arroganza, il sarcasmo, la manipolazione, i giudizi buttati lì a caso, il cambiare idea per capriccio, il non ascoltare.

A volte invece son proprio soltanto parole, o gruppi di parole. Ci si potrebbe fare un'antologia. Eccone una possibile prima pagina:

- *peggio di così...*
- *non si è mai fatto prima*
- *abbiam sempre fatto così*
- *stai sereno*
- *non è vero*
- *sì, però*
- *non voglio fare polemica*
- *non hai capito*
- *te l'avevo detto*
- *io non ho mai detto questo*
- *non m'interrompere*
- *adesso non ho tempo*
- *in 5 minuti lo fai*
- *devi dirmi tu come fare*
- *ma chi l'ha detto?*
- *tu non puoi capire*
- *ci pensi tu?*

- *non hai ancora fatto...*
- *ma è facile, cosa ci vuole...*
- *non mi compete*

Che cosa innesca quel meccanismo perverso che poi ci fa saltare i nervi? Se identifichiamo le parole-miccia, quelle che fan partire l'*escalation*, possiamo attivare il meccanismo di *descalation*.

Funziona sempre? Magari! Possiamo comunque prepararci una palestra con gli attrezzi utili a disinnescare i vortici pericolosi e innescare quelli virtuosi. Possiamo invertire le reazioni. Là dove si attizzava l'incendio, allenandoci, possiamo far scattare il vigile del fuoco che è in noi.

Vediamo alcune tecniche linguistiche per evitare di re-agire, e invece agire per l'accordo.

## **Un passo indietro, o di lato, come nelle arti marziali**

C'è una [scena del film \*Perfetti sconosciuti\*](#), diventato famoso per una pratica opposta all'obiettivo dell'accordo – il curiosare negli smartphone altrui – che invece fa proprio al caso nostro.

*Lui – Una cosa importante l'ho imparata: saper disinnescare.*

*Lei – Cioè?*

*Lui – Non trasformare ogni discussione in una lotta di supremazia. Non credo sia debole chi è disposto a cedere. Anzi, lo trovo saggio. Le uniche coppie che vedo durare sono quelle in cui uno dei due, non importa chi, fa un passo indietro. Invece sta un passo avanti.*

Saper disinnescare. Fare un passo indietro. Respirare e poi riaccordare. Proprio come le corde dello strumento: allentare un po' la tensione, per evitare lo strappo. E poi tirarle di nuovo. O come in certe arti marziali: a volte su un attacco non serve scattare in avanti, e neanche cercare di bloccarlo: meglio fare un passo indietro o di lato, fare perno su quell'attacco, girargli intorno, lasciarlo sfogare altrove, e poi recuperarne il valore positivo.

In linguistica, il metodo che aiuta a disinnescare la re-azione, e quindi la rissa, è definito [C.R.G., Calibrazione-Ricalco-Guida](#).

**Calibrazione** è ascolto rispettoso dell'altra persona. Attenzione a come si esprime, come si muove, come riflette, ai valori che ritiene importanti. Senza giudizio, senza etichette. Solo attenzione.

**Ricalco** è empatizzare con l'altra persona, vedere la situazione dalla sua prospettiva, pur magari senza condividerla. È il "rispecchiamento" con cui possiamo riprodurre un suo modo di comunicare. È un'attestazione di somiglianza e condivisione, che produce accoglienza, fiducia, e quindi accordo.

Il passaggio alla **guida** è poi la proposta – graduale, delicata, rispettosa – di un punto di vista differente, che può far breccia nelle resistenze, far sorgere un dubbio, indurre a trovare una terza via, favorevole per tutti.

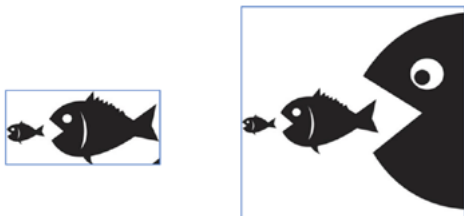
Vediamo come funziona, per esempio, applicando il metodo a tre frasi della lista precedente:

- *non hai ancora fatto* > Già, non l'ho ancora fatto, se mi aiuti facciamo prima

- *ma è facile, cosa ci vuole...* > È ancora più facile se lo facciamo in due
- *non mi compete* > È vero, non ti compete: è anche vero che se lo fai impari una cosa nuova

## Accordo e ristrutturazione

Risultato analogo si può ottenere con la ristrutturazione, ossia la capacità d'inserire una determinata situazione in un contesto diverso, in un'altra prospettiva, trasformandone il significato. È ciò che accade col bicchiere mezzo vuoto, che è anche mezzo pieno. È ciò che accade nelle figure qui sotto: se ci chiedono chi è la vittima e chi è il carnefice, con la figura a sinistra non abbiamo dubbi, ma se allarghiamo la cornice?



Ascoltata la frase dell'altra persona, se la sentiamo polemica, prima l'accogliamo, poi la inseriamo in una cornice diversa, così arricchendola di un altro significato.

- mia figlia è così sciocca! S'innamora del primo che capita e poi soffre come una matta...  
> *tua figlia è ancora così giovane... che bello innamorarsi!*
- la nuova collega è un'incapace!  
> *è nuova, appunto. Per essere alla prima esperienza ha fatto miracoli.*

Un giorno, in un convento, un novizio chiese al priore: «Padre, posso fumare mentre prego?» e fu redarguito come il peggiore dei peccatori. Un minuto dopo un altro novizio chiese allo stesso priore: «Padre, posso pregare mentre fumo?», e fu lodato per la sua devozione.

## **L'accordo è un baratto. Un atto di Diversity & Inclusion**

Oh, comunque non si pensi che accordo sia solo generosità e buonismo. È anche utilità. Reciproca, ma sempre utilità. È una forma di scambio, di baratto. Quindi una pratica di Diversità e Inclusione.

I bambini imparano e crescono con gli accordi. Se fai il bravo ti meriti il premio (la mancia, l'uscita serale, la vacanza con gli amici, il super-smartphone). È la prima palestra di accordo.

Mi racconta un amico inglese che la sua maestra diceva sempre «Something for something». Aveva un modo delicato di dirlo: apriva una mano, «Something», e poi l'altra, «for something». Sembrava poco romantico, all'inizio. Ma poi funzionava. Visione razionale, economica.

È la reciprocità che sta alla base di ogni relazione. Certo, è bello dare, senza aspettarsi nulla in cambio. Ma ogni rapporto richiede reciprocità (dal latino: *recus*, indietro, e *procus*, avanti; ciò che va e poi torna), per diventare valore condiviso.

E se diventa valore condiviso, l'accordo si emancipa dall'interpretazione sminuente, quella del compromesso rassegnato,

della vittoria dimezzata, poco onorevole, della quasi sconfitta, per assumere il significato positivo di un'esperienza nuova, generativa, che arricchisce tutti.

Sapessimo uscire, noi esseri umani, dal dualismo terroristico del *tutto-o-niente*, del *vincere-o-morire*, e fossimo attratti dalla ricerca positiva della terza via, del passo indietro o di lato, dell'accordo, quanti schiaffi in meno, e quante carezze in più (che poi, a pensarci, schiaffo e carezza, il gesto è lo stesso; cambia appunto la cornice).

## Parole per l'accordo

Dopo tanti suggerimenti su cosa non fare, qualche cenno su cosa fare per l'accordo, cosa dire. Ecco alcune parole/formule che aiutano ad avvicinare.

**Capisco.** Non significa “condivido”. Significa rispetto. Costa poco, rende molto.

**Grazie.** Esprime gratitudine per il passo avanti, e invita a farne un altro, insieme, sulla strada dell'accordo.

**Cosa intendi per...?** Invita l'altro ad andare in profondità, a capire meglio, e a far capire.

**Interessante.** Senza sarcasmo, eh! Significa “non l'avevo mai vista da questa prospettiva”. (Ed è pure possibile che sia quella più utile a entrambi.)

**Scusa.** Parola difficile. Ma sempre opportuna. Forse abbiamo fatto/detto qualcosa che ha urtato. Incarna quel passo indietro.

Insomma quando sentiamo che sta per partire una frasi apocalittica, o vittimistica, tipo *Lo vivo sulla mia pelle, È una pugnalata alla spalle, Non ce la faremo mai, Mi tratti sempre male*, resistiamo alla tentazione di alzare i toni, abbassiamoli (c'è chi dice di contare fino a dieci).

La direzione da seguire può venirci dal pensiero di Gandhi:

*Mantieni positivi i tuoi pensieri: diventano parole.*

*Mantieni positive le tue parole: diventano comportamenti.*

*Mantieni positivi i tuoi comportamenti: diventano abitudini.*

*Mantieni positive le tue abitudini: diventano i tuoi valori.*

*Mantieni positivi i tuoi valori: diventano il tuo destino.*

# No

Una delle parole più potenti, e quindi più pericolose, di ogni lingua. Spesso stigmatizzata, considerata sgarbata, tesa all'escludere, anziché all'includere. Cerchiamo qui di riabilitarne il significato positivo. Parliamo infatti di NO positivo: no al contenuto, sempre sì alla relazione.

 CLICCA QUI PER VEDERE  
LA DIRETTA

No

*Un NO pronunciato con convinzione profonda è migliore di un SÌ detto solo per compiacere o, peggio, per evitare guai.*

*Gandhi*

Aprire con questo pensiero di Gandhi significa delimitare il campo per questa riflessione sulla parola No, riferendola ai casi in cui vogliamo negare un contenuto, respingere un comportamento, ma continuare a proteggere la relazione. Diversa l'ipotesi in cui volessimo chiudere la relazione, magari perché vediamo offesa la nostra identità, o colpiti in nostri valori. Ipotesi altrettanto critica, ma che meno si addice a un contesto come questo, dedicato al linguaggio inclusivo.

NO è una delle parole più potenti, e quindi più pericolose. Spesso stigmatizzata, considerata sgarbata, tesa all'escludere, anziché all'includere.

Cerchiamo in queste righe di riabilitarne il significato positivo. Parliamo infatti di *NO positivo*. O, meglio, di *NO inclusivo*. Parliamo del valore di un NO ben contestualizzato. Della responsabilità che abbiamo quando dobbiamo comunicare una cattiva notizia a una persona cara; un feedback critico a un collega, a un capo, a un cliente; un rifiuto, una bocciatura, sempre difendendo la relazione.

## **Perché conviene saper dire dei buoni “no”**

A volte diciamo sì, quando dovremmo dire no. O diciamo dei no maldestri. Oppure evitiamo, rimandiamo.

Dire no è difficile. Si rischia di rovinare la relazione.

Una promozione da negare, un esame o un colloquio andato male, una proposta da respingere, un ordine da annullare. Una grana che prima o poi capita a tutti. Spesso cadiamo nelle formule sbrigative: «Spiacenti di comunicarle che...», «Nostro malgrado dobbiamo informarla che...», che non riducono l'impatto sul destinatario. Anzi.

Maggiore è la delicatezza del tono che usiamo, più efficace è il messaggio. Un bell'esempio ci viene dalla cultura della diplomazia, che tanto preziosa sarebbe in questi giorni.

William Ury, docente di negoziazione ad Harvard, nel suo libro [Il no positivo](#) racconta che, al tavolo con i delegati russi e ceceni, dopo aver attaccato i russi, il vice presidente ceceno attaccò anche Ury stesso: «Tu sei americano. Guarda cosa stanno facendo gli americani a Porto Rico». La replica del negoziatore: «Apprezzo la tua critica al mio paese, che mi fa sentire fra amici con cui poter parlare sinceramente. E quello per cui siamo qui non è parlare di Porto Rico o del passato. Siamo qui per vedere se possiamo trovare un modo per fermare le sofferenze e lo spargimento di sangue in Cecenia». La conversazione tornò sull'argomento. Nessuna replica all'attacco, nessuna resistenza: sì alla relazione, no al contenuto e ancora sì alla relazione.

## Un problema logico-linguistico no

Un [famoso quadro di Magritte](#) raffigura una pipa. Sotto, una scritta: «Questa non è una pipa». Dopo un attimo, capisci: è il disegno di una pipa.

Se io ti dico «Non pensare a un elefante che vola», tu cosa vedi? Chiaro, l'elefante che vola. Esperienza di tutti: un amico ti dice «Non preoccuparti», «Non aver paura», «Non volevo farti far la figura dello stupido», e quali sono le parole che ti s'inchiodano nel cervello? Proprio quelle che lui voleva cancellare.

Ancora: ci sono persone che hanno difficoltà a fare i complimenti. Il massimo che riescono a dirti è «Uhm, non male». Che poi sarebbe «bene», o «abbastanza bene». Per dirti che quell'abito ti sta bene, dicono «Non ti sta male».

Il cervello pensa positivo. Se vogliamo generare un pensiero nella mente di chi ascolta, non incorriamo («non», *vedi, pur standoci attento ci casco anch'io*) nella doppia negazione, teniamo sempre presente, come presupposto logico-linguistico, la linearità del pensiero, l'impossibilità di concepire la negazione se non passando prima dall'affermazione.

## Che cosa rischiamo: la trappola delle 3 A

In quali difficoltà possiamo incorrere se non ci addestriamo al *No positivo*? Nella cultura della negoziazione si parla della "trappola delle 3 A". Sono 3 parole che iniziano per A.

La prima è **acquiescenza**: non sapendo dire no, alla fine diciamo sì. Pensiamo ai genitori, di fronte alle richieste senza tregua dei bambini (negoziatori strepitosi: determinazione e costanza sull'obiettivo). Pensiamo al venditore davanti a una richiesta di sconto, o al manager sulla pretesa di un collaboratore, o viceversa: se non sa dire di no, alla fine dice sì. E s'intrappola.

La seconda è **attacco**: è il NO violento. Magari fa seguito alla trappola precedente: “siccome ho ceduto troppe volte, adesso mi sente!”, ed esce un NO che esonda dal contenuto, e va sulla persona. Le guerre, i dinieghi ostili, le chiusure pregiudiziali, sono NO di questo tipo.

La terza è **astensione**: temporeggiare, rimandare, sfuggire, fino all’evitare. Aspetto e aspetto, nella speranza/convinzione che il problema o la richiesta svaniscano da sé, o che il richiedente si sfianchi. Scelta che può rivelarsi opportuna, a volte, sul piano tattico, ma che se diventa un comportamento abituale si rivela una trappola: le persone finiscono per disamorarsi da me, non solo dalla richiesta.

## Dove mettere il “no”: i livelli logici

Secondo il linguista Robert Dilts, il pensiero di ogni essere umano agisce su sei “livelli logici”. Ogni livello viene innescato inconsciamente da una domanda. In una graduazione di temperatura emotiva, sotto c’è il **mondo del fare**. È il nostro mondo visibile, quello che mostriamo a tutti. Comprende: l’ambiente (*dove e quando faccio qualcosa?*), il comportamento (*che cosa faccio, in concreto?*), le capacità (*come lo faccio?*). Qui in genere siamo disponibili a discutere, magari anche a cambiare opinione, quindi più aperti ad accettare un NO.

Sopra c’è il **mondo dell’essere**, quello intimo, che tendiamo a proteggere, a volte a nascondere.

Qui abitano i nostri valori, le nostre convinzioni (*perché faccio le cose che faccio? che cosa muove le mie azioni?*), la nostra (o le nostre)

identità (*chi sono mentre faccio ciò che faccio?*), la missione che ci siamo dati (*per chi è utile ciò che faccio e sono?*). È la parte più delicata, più vulnerabile. Massima cautela quando ci avviciniamo lì, interagendo con chi sta per ricevere da noi una cattiva notizia.



E non solo con le frasi più chiaramente offensive: dire a una persona «Sei sciocco» è ben diverso da «Hai fatto una sciocchezza». Anche per dare un feedback critico a un collega. Anziché dire «Chi ha fatto questo disastro di slide!», potremmo dire: «Mario, ho chiesto a te di produrre quelle slide perché so che sai farle bene. Puoi riprendere la presentazione della settimana scorsa, che ci ha salvato la vita col cliente? Ci fai un altro miracolo?».

Super-protetto il mondo dell'essere, la negatività confinata nel fare. E addirittura senza parole negative, emersa dal confronto con un ottimo lavoro realizzato poco prima dalla stessa persona.

Un bell'esempio è raccontato ancora da Ury.

Una persona con problemi di cuore non poteva mangiare cibi

conditi con olio o burro. Un problema, viaggiando molto per lavoro: frequenti i rischi di discussioni con i camerieri. Un giorno, ricevendo un piatto di pesce molto condito, respirò, chiamò il cameriere e disegnò su un tovagliolo un grafico delle sue arterie, spiegando: «Vede, questo è il mio cuore, queste le mie arterie. Una è bloccata al 100%, una all'85%, una al 65%. Se mangio questo pesce, muoio. Per cortesia, può portarmene uno senza condimenti?». Nessun tono aggressivo. Davanti a un rischio oggettivo, il cameriere si fa carico di negoziare con la cucina. Un altro esempio è un NO che io stesso ho ricevuto, e che ho messo nel mio personale archivio degli apprendimenti. Confesso, avrei preferito ricevere un «Sì, bravi, abbiamo scelto voi», ma ho davvero apprezzato la gentilezza, l'impegno inclusivo, per proteggere la relazione (*grazie Ester*):

*Buongiorno, grazie per la pronta risposta. E grazie per la qualità che avete messo nella vostra offerta, molto precisa, anche se un po' fuori linea rispetto alle nostre disponibilità. Siamo inesperti: forse scopriremo a nostre spese cosa si può ottenere pagando meno. E chissà che il futuro ci riconduca a voi. Ancora grazie per il tempo e la cura.*

## **Dove mettere il “no”: la struttura del sandwich**

Confrontiamo queste due versioni dello stesso messaggio:

**A**

*Egregio dottor Rossi,  
purtroppo non possiamo accettare per ora la sua proposta per l'archivio né per la banca dati. Se in futuro avremo progetti che richiederanno la sua professionalità, la contatteremo noi.*

*Grazie comunque per aver pensato a noi. Le auguriamo di trovare un'occupazione che possa sfruttare al meglio il suo tempo e le sue capacità.*

## **B**

*Caro Luca,*

*grazie per la sua offerta dettagliata. Ci ha fatto piacere conoscerla e vederla lavorare. Quello che lei ha proposto, al momento, è fuori linea rispetto alla nostra situazione. Il nostro archivio è semplice: difficile poter valorizzare le sue capacità. Appena svilupperemo un progetto più adatto alle sue doti, ci rivolgeremo a lei.*

Stesso concetto, cambia l'impatto su Luca. Il testo di sinistra gli sbatte il NO sul muso. Quello di destra lo rispetta, pur dicendo no. Solo cambiando la struttura: usando il *sandwich*. Dove sta la parte più importante in un sandwich? In mezzo. Ma è la qualità del pane che determina la percezione complessiva. Le papille gustative sono sopra e sotto: per arrivare al contenuto tocca passare da lì. È questa la struttura ideale per il *No inclusivo*. Il sopra e il sotto proteggono la relazione, la negatività nel mezzo.

Questo modello è chiamato anche **3 K Structure**. 3 K per *Kiss-Kick-Kiss*. Baci sopra e sotto, e il calcio nel mezzo. Abbiamo visto poco sopra il caso di un capo che dà un feedback negativo a un collaboratore. Pensiamo a un allenatore con un atleta.

*Francesca, ammiro l'impegno che dedichi a questo sport e al tuo cavallo. Ho notato che dopo la caduta c'è stata una piccola perdita di fiducia nel vostro binomio, per questo ritengo sia meglio rimandare l'uscita in*

*concorso. Stai lavorando molto bene, e sono certa che presto ritroverete il feeling per affrontare la gara con serenità.*

O un insegnante con uno studente.

*Vedo che ti sei impegnato, che hai fatto di tutto per raggiungere il risultato. Siccome la performance è meno soddisfacente di quanto ti aspettavi, vuoi ridare l'esame? Possiamo vedere insieme come rinforzare alcune parti.*

Oppure invertiamo il senso: pensiamo a situazioni in cui la parte più debole della relazione – debole in termini di conoscenza, o di potere, o di ruolo – deve dire un no alla parte più forte: un fornitore a un cliente, o un collaboratore al capo.

*Buongiorno Sara, Sabrina mi ha detto che martedì avresti bisogno di me per uno straordinario, e mi rendo conto del periodo che stiamo attraversando. Il fatto è che ho appena parlato con mia moglie e martedì alle 18 abbiamo una visita per la bambina, che proprio non vorrei rimandare. Però ho parlato con Gianni che si è reso disponibile, così il turno resta coperto. Spero di averti avvisato in tempo.*

## **Offrire alternative**

Se è importante il bacio iniziale, che può attutire l'impatto negativo (attenzione che non suoni come una presa in giro: se devo licenziarti, e parto dicendo «Ah grazie per il tempo che hai lavorato con noi», non è che proteggero la relazione), altrettanto importante è il bacio finale, può proporre un'alternativa, un piano B, o una lettura diversa della situazione. Nel gergo negoziale, sono

le *B.A.T.N.A.: Best Alternatives To The Negotiating Agreement*.

Un cliente mi chiede via mail una data per un corso, poniamo il 10 settembre. L'avessi disponibile, gli risponderei subito «Certo, volentieri». Altrimenti, ecco il sandwich:

*Grazie Giovanni che mi richiami, mi dimostra che i ragazzi si sono trovati bene. Il 10 settembre dovrei essere a Udine. Ti va bene se vengo il 9 o il 12 o il 15? Oppure chiedo al mio collega Paolo se ha libero il 10. Oppure il 10 facciamo un'ora via web, poi ti mando letture ed esercizi, e il corso va a fine ottobre.*

Dunque, se vuoi proprio me, cambiamo data. Se vuoi proprio la data, e ti fidi di me, ti fidi anche del mio collega. Oppure cambiamo la formula. In genere, una di queste alternative va in porto.

In ogni caso, ho evitato di dirgli «No, il 10 non posso». Ho salvato la relazione, soddisfatto il bisogno, anche se in un modo diverso.

Ecco: il *No inclusivo* è un sì a condizioni diverse, sostenibili per entrambe le parti.

*P.S. Alcuni esempi riportati in questo articolo sono dalla vita d'aula, dovuti alla testimonianza o alla creatività dei miei studenti. A loro va la mia riconoscenza per quello che, fingendo d'imparare, ogni giorno m'insegnano.*

# Ambiguità

Perché la parola ambiguità ha spesso un'accezione negativa, infida, se tutto il nostro uso delle parole è un muoversi a tentoni tra i labirinti dei significati? Alcuni consigli per districarsi tra il linguaggio della precisione e quello della vaghezza.

# Ambiguità

CLICCA QUI PER VEDERE  
LA DIRETTA

*Il linguaggio opera interamente nell'ambiguità, e la maggior parte del tempo non sapete assolutamente nulla di ciò che dite.*

*Jacques Lacan*

Ce n'è voluto a scegliere la citazione per aprire questo pensiero su "ambiguità".

Ce n'erano un sacco:

- l'intolleranza all'ambiguità è il segno di una personalità autoritaria, *Theodor Adorno*
- gli uomini sono moralmente ambivalenti: l'ambivalenza è al cuore della scena primaria del confronto umano, *Zygmunt Bauman*
- l'opera d'arte è un messaggio ambiguo, una pluralità di significati che convivono in un solo significante, *Umberto Eco*
- la nevrosi è l'incapacità di tollerare l'ambiguità, *Sigmund Freud*
- la polivalenza di significati favorisce la discussione, *Giorgio Gaber*

E neanche si può parlare di scelta, visto che alla fine ne ho messe lì un po'. Comportamento ambiguo, ecco. Che poi, chissà cosa c'è di così male nell'ambiguità.

## Parole ambigue

Alcune parole contengono significati ambigui, persino contraddittori, e la nostra esigenza è smarcare il senso. Prendi "ospite": è sia chi ospita, sia chi è ospitato. Ma in genere pensiamo l'ospite come la persona ospitata dall'ospitante (qui i partecipi aiutano: al presente è chi compie l'azione, al passato è chi la riceve).

Prendi “bandire”: è sia affermare, sia scacciare. Se dico “XYZ vuole bandire gli ideali del comunismo”, sarà ben diverso se XYZ è Fidel Castro o è Berlusconi.

Prendi “manipolazione”: è buona, se la fa il fisioterapista, o lo psicoterapeuta, o il bimbo sulla plastilina. Trasformazione creativa e benefica. Ma, chissà perché, prevale il significato di raggiro, di subdola sopraffazione. Ti manipolo per approfittarmi della tua dabbenaggine, per trarne un vantaggio a tuo danno.

Stesso destino per la parola “ambiguità”. Guardiamola dentro.

Dal latino *ambigere*: dubitare, essere discorde. Composto da *amb*, intorno, da due o più parti, e *agere*, condurre. Che può prendersi in due o più sensi, quindi non chiaro, che genera dubbio (anche dubbio, poi, viene proprio da *duo*, due). Abbinato all’essere umano, evoca diffidenza.

## La fissa delle etichette

Invece gli esseri umani han la tendenza a categorizzare. Gran passione per la nomenclatura. Bisogna dare un ordine, una definizione, un senso. Etichette su etichette, come gli scaffali del supermercato. Pare impossibile vivere senza classificare.

E un po’ lo è: per capirci, almeno su alcune cose, siamo obbligati a essere precisi. Difficile gestire qualcosa che non si conosce. Si ha paura di sbagliare. Magari anche paura di essere diversi? L’ambiguità spaventa perché non definisce. Lascia l’incompiuto, come il finale aperto in un film: esci con un senso di “e quindi? che voleva dirmi? bah”. Aspettiamo un seguito.

O immaginiamo. Dobbiamo completare, riempire i buchi. Quasi un'ossessione.

Magari basterebbe accettare che non tutti i buchi si riempiano. O che si possano riempire di sostanze, di colori, di sapori diversi. Anche mischiati tra loro. Anche nuovi, sconosciuti, ambigui.

## **Serendipity: che gioia!**

La tendenza di noi umani è proseguire sulla strada battuta, seguendo la mappa, o il gregge. Non girare attorno. Niente tortuosità o inutili sentieri alternativi. Che invece potrebbero riservare sorprese, far conoscere la vita più a fondo.

«Chissà cos'avrebbe scoperto Colombo se l'America non gli avesse sbarrato la strada», disse lo scrittore Jonathan Swift (quello de *I viaggi di Gulliver*, eh). Anche senza cercar le Indie, sarà capitato a molti di dover cambiare una strada, interrotta o trafficata, e scoprire un borgo, un museo, un ristorante.

È il senso della [serendipità](#), quella capacità o fortuna di fare [inattese e felici scoperte](#), mentre si sta cercando altro (qualche esempio: viagra, raggi X, gravità, penicillina, insulina, principio di Archimede, fotografia, pacemaker, dinamite, corrente alternata, radioattività, pap test, microonde, Big Bang, polietilene, saccarina, vaccino, polvere da sparo).

Insomma a procedere sempre dritto c'è il rischio di vivere col paraocchi. A volte tocca mettere in dubbio, esplorare. Senza coordinate precise, includendo l'ambiguità tra i valori positivi della vita.

## Ambiguità = fregatura?

E invece tendiamo a credere che dietro l'ambiguità ci sia una fregatura (a volte, è così). Vogliamo sapere prima, accertare, chiarire. Anche il giro di parole – chiamato *ambage*, riecco l'etimologia di *ambiguità* – ci spaventa, ci disorienta. Certo, non staremo qui, dopo aver difeso la semplicità, a tesser gli elogi dei bizantinismi, delle involuzioni di cui è pieno il lessico della burocrazia, della politica, della medicina, dell'informatica, della finanza.

Ma non per questo dovremo dividere il mondo in cose semplici, cioè buone, e cose complesse, multiple, ambigue, cioè cattive. La mappa è utile, ma diventa un problema se ci porta a non accettare più di perderci: a volte proprio il perderci serve poi a ritrovarci.

Il mondo non è sempre binario: o bianco, o nero. C'è una sterminata gamma di grigi: ben 256 toni differenti, dicono i grafici. Quanta ricchezza, lì dentro.

Pensiamo alle varie esperienze di *fusion* nelle applicazioni dell'ingegno umano: dalla musica alla cucina, dalla pittura allo sport. Elvis Presley incontrò subito il favore del pubblico, quando fuse ritmi e movenze black con il blues e il country popolare, prima di diventare il re del rock & roll? Quanto ci ha messo il calciatore a emanciparsi (sempre che ci sia riuscito) dalla percezione di “vorrei ma non posso” del calcio? Con quale pregiudiziale retrogusto assaggiamo, pur dopo decenni di convivenza, la Margherita sfornata dal pizzaiolo cinese? L'elenco potrebbe continuare. Quando siamo di fronte a una realtà che ha contorni non precisi e univoci, storciamo il naso.

La sicurezza spegne l'enorme potenziale dell'indefinito. Dove c'è il rischio dell'ignoto, certo, ma anche l'opportunità di nuove dimensioni.

## Il linguaggio della precisione e il linguaggio della vaghezza

«Cosa intendi, esattamente, quando dici Xyz?»

Ci rivolgono spesso domande come questa. O le rivolgiamo noi a qualcuno. E non solo su parole astruse. Anche su parole comuni, che però richiedono un'indagine. A volte ci serve scavare, disambiguare, precisare. Utilissime, in questo, le domande: possiamo migliorare qualità e quantità delle informazioni, recuperando ciò che manca del pensiero dell'interlocutore.

- *sono spaventato* > da cosa sei spaventato?
- *nessuno ascolta ciò che dico* > chi non ascolta? che cosa dici, precisamente?
- *rimpiango la mia decisione* > la tua decisione è un evento finito o è in corso?
- *tutti sostengono che questa non è una buona idea.* > chi, di preciso, sostiene che non è una buona idea? In quale parte non sembra una buona idea? Secondo quali criteri?

Questo metodo delle domande d'indagine, in linguistica, è chiamato **metamodello**: porta infatti "oltre il modello" proposto dall'interlocutore. Ne sono esperti investigatori, magistrati inquirenti, medici in fase di anamnesi, fidanzati sospettosi, madri e padri con i figli.

Il lato opposto della moneta è il **Milton Model**, chiamato così dal nome del suo ispiratore, lo psichiatra [Milton Erickson](#). È comunicazione vaga, emozionale, non informativa: l'interlocutore interpreta il messaggio attraverso la propria esperienza. Usa un linguaggio persuasivo, perché fatto di *truismi* (inglese *true*, vero), verità che sarebbe superfluo o ridicolo spiegare, affermazioni così generiche da incontrare ogni soggettività. È quasi ipnotico, perché guida l'interlocutore con la forza del coinvolgimento inconscio: si parte confermando qualcosa che l'altra persona già ritiene vero, poi si mostrano altre possibilità e poi gliele si fa accettare. Niente di diabolico, eh. È la nostra quotidiana esposizione ai messaggi pubblicitari.

- *moltissime persone hanno sperimentato il nostro prodotto con risultati eccellenti.*
- *qualcuno reputa assurdi gli interventi di chirurgia estetica, ma i giudizi favorevoli sono la maggioranza.*
- *quando tornerete dalla crociera nel Mediterraneo, la vostra vita non sarà più la stessa.*

Confrontiamo. Siamo davanti alla vetrina di un'agenzia immobiliare. L'occhio cade su un cartello. Diverse foto, e un testo che dice:

*Vendesi appartamento di 150 mq, secondo piano, 4 locali, 2 servizi, terrazzo con veranda, doppio ingresso, pavimento in marmo, infissi in legno di rovere, riscaldamento a pannelli, box, cantina, solaio, esposizione a sud.*

Comunicazione informativa, razionale, fornisce dettagli. Mi andrebbe a pennello, non fosse per quel riscaldamento a pannelli.

Altra agenzia, altra vetrina, altro cartello. Stesse foto descrittive, e un testo stringato:

*La casa come la vuoi tu.*

Linguaggio generico, onnivale. Giusto per incuriosire il potenziale cliente? Qualcosa di più: attira la sua attenzione, genera interesse, fa nascere desiderio e muove all'azione. Proietterò sul cartello la mia idea di casa, e questo mi spingerà a fare il primo passo: che sia già un impegno per l'acquisto, o solo una richiesta d'informazioni, sarà una scelta.

Ambiguità, vaghezza, dunque, non come contrario, ma come complemento della precisione.

## **L'illusione della certezza: chi definisce la normalità?**

Quanto è illusoria la nostra certezza? Non sarà solo un modo per rasserenarci? Chi definisce la normalità?

Ripensiamo ancora un attimo alla grammatica. Al dibattito sull'asterisco o sullo [schwa](#). Soluzioni sulla carta più *inclusive* rispetto al plurale maschile usato come "non marcato". Quello che ci ha sempre fatto dire che «Chiara e Mario sono simpatici».

Piaccia o no, la lingua italiana è *gender marked*: a differenza di altre lingue, che hanno il neutro o forme ambivalenti, per noi i nomi, gli aggettivi, le persone dei verbi, sono o maschili o femminili. E per consuetudine – non per legge divina! – il plurale misto diventa maschile.

Mi tengo lontano da questo dibattito (pur ricordando la dura posizione presa dall'[Accademia della Crusca contro lo schwa e l'asterisco](#)). Ma sappiamo che gli studi propongono anche altre soluzioni. Mario e Giovanni sono simpatici, ovvio. Anche Chiara e Mario sono simpatici, ma Mario e Chiara possono essere *simpatiche*, se per scegliere il genere dell'aggettivo consideriamo il sostantivo più vicino. E Stefania, Chiara e Mario possono essere *simpatiche*, se facciamo valere la maggioranza.

Insomma anche la grammatica, come tutte le faccende umane, è un processo in evoluzione. Già nel 1986 la linguista Alma Sabatini diffondeva tramite il Dipartimento della Funzione Pubblica le sue [Raccomandazioni per un uso non sessista della lingua italiana](#). E il fatto che queste siano state accolte, ai tempi, da una raffica di sghignazzi («*Oh ma adesso non si può più aprire bocca!*»), e che ancora oggi, dopo più di 35 anni, se andiamo in banca, in posta, o in ospedale, sul modulo siamo sempre “il sottoscritto”, “il cliente”, “il paziente”, sono solo alcuni segnali della strada da fare.

## **Nomen Omen? Pregi e debolezze delle nominalizzazioni**

Quando il poeta latino Plauto coniò l'espressione *nomen atque omen*, ossia “nome e presagio”, forse non immaginava che sarebbe stata poi impiegata in modo ironico per collegare il nome di una persona a certi suoi tratti personali o sociali (es. il dietologo Grassi, l'oculista Guerci).

Ma se dell'onomanzia, la pratica divinatoria che dal nome di una persona ne stabiliva il destino, recuperiamo l'intuizione o

la suggestione evocativa, qualcosa possiamo imparare.

Per esempio, se dico «è un milanese», per dire che è un po' spocchioso, o «fai meno il terrone», per scherzare su gelosia, attaccamento alle tradizioni ecc., dico una mezza sciocchezza, ma poi la stempero con un sorriso. Se invece comincio a etichettare una caratteristica della persona – una patologia, una scelta ideale, un orientamento religioso o politico o sessuale o sportivo – la stigmatizzo. Ne abbiamo parlato a proposito di rispetto: i maschi, le femmine, le bionde, gli omosessuali ecc.

Intendiamoci, la categorizzazione nominale ha i suoi lati positivi. Quando volgiamo un verbo in un nome, per esempio, affidando a un sostantivo (parola statica) un significato che potrebbe essere espresso con più energia da un verbo (parola dinamica), otteniamo un tono più gentile: dal crudo «Hai sbagliato» a «Vediamo quale sbaglio è stato commesso», addirittura con la forma passiva che nasconde l'attore, o «di quale sbaglio si tratta», impersonale, più delicato.

Sul lato opposto, la vaghezza, che a volte protegge e include le relazioni, altre volte le indebolisce, facendo scomparire molte informazioni su chi compie l'azione e su chi la subisce. «Si è presa una decisione», «È stata avviata una costruzione», «È una dimostrazione di sfiducia», «È una questione di rispetto».

Fraasi che annebbiano i significati: qui l'ambiguità fa correre dei rischi.

## **Rispondere alle domande: sempre?**

Croci e delizie dell'ambiguità emergono spesso anche nelle

conversazioni. Brutto, per esempio, ricevere domande e non rispondere. Meglio qualcosa tipo «non lo so, verifico, domani ti rispondo». Ma quanto è difficile, e importante, saper dire «non lo so»?.

Poi, quando arriva il momento, il dubbio è: rispondere a tutto, e per forza in modo esaustivo?

Non sono sicuro che l'esaustività (sempre che possa esistere) sia un valore. Per chi ha responsabilità di leadership, per esempio, a scuola, in università, in azienda, meglio dare una risposta che non sia ultimativa, che lasci spazio ad approfondimenti, generi nuova conoscenza, coinvolga altre competenze, come a dire: "Non ho un'opinione completa e definitiva".

Uno dei freni alle domande dal pubblico, per esempio, durante una conferenza, è la spocchia dello speaker che ostenta, snocciola numeri, ha già tutte le risposte. A volte proprio un «Sai che non lo so», magari seguito da un «tu che ne pensi?», genera curiosità. Apre, accoglie, include.

## **Dosare precisione e vaghezza nei brief**

Perfino a volte dare indicazioni un po' generiche, perfino un po' confuse e ambigue, può essere utile a chi è leader: per far crescere la squadra, può assegnare un progetto non troppo definito. Anche l'idea della chiarezza e della limpida condivisione dell'obiettivo credo sia sopravvalutata.

Se guido una squadra, non è sempre utile essere disponibile a risolvere ogni problema che si manifesta; accettare la possibilità

che i collaboratori vengano da me in crisi, ci pensino, si/mi facciano delle domande; che non sappiano bene da dove partire, o come partire, e che facciano anche fatica a chiedermi. Se do un brief preciso, me lo realizzano come volevo. Ok. Speravo ci fosse dell'altro, una scoperta. "Quello che mi dici tu ora, io non lo sapevo. Imparo da te".

Ci sono molte idee in giro: bisogna imparare a raccoglierle.

Ambiguo non è per forza insincero. L'ambiguità può generare un dubbio sano, un desiderio di nuova conoscenza. A volte proprio per ottenere informazioni profonde conviene essere un po' vaghi, e poi ascoltare più in profondità.

## **Let it be**

Insomma conviene accettare di non vedere tutto bianco o tutto nero: ci sono molti colori in mezzo. Non è solo dolce o salato, giusto o sbagliato. L'ambiguità è quella linea più o meno sottile che unisce i due estremi. E tutti noi ci muoviamo lì sopra, come acrobati, cercando di tenere l'equilibrio.

*Let it be*, suggerivano i Beatles. Conviene far pace con l'ambiguo. Inutile polarizzare. Non avremo sempre risposte, ma avremo imparato dalle domande. Le incertezze ci insegnano a pensare.

# Sessismo

**Le parole come strumento di educazione  
alla gentilezza: depotenziamo il sessismo linguistico e  
smontiamo gli stereotipi inconsapevoli.**

*Ti amo, io sono in fondo un uomo  
che non ha freddo nel cuore e nel letto, comando io  
Fammi abbracciare una donna che stira cantando*

*Umberto Tozzi, [Ti amo](#)*

Scusa? Un uomo che non ha freddo nel cuore e nel letto e che comanda lui? Ma davvero? Va beh, si dirà, è roba degli anni Settanta. Mezzo secolo fa, ne abbiám fatta di strada. Mah. Sono ancora con noi, a dire il vero, questi pensieri, nei programmi televisivi popolari, nei jingle pubblicitari, nella musica dei bar, nel sentimento comune: motivetti semplici, in apparenza innocui, che tutti abbiám canticchiato senza curarci del significato, con la stessa ignara tronfiaggine con cui da adolescenti abbiám usato le rock star per muovere i primi passi nell'inglese.

Mica intendevamo replicare il maschilismo più becero, né costringere le donne in sudditanza: semplicemente non sentivamo assurda l'idea di ledere il loro diritto ad avere un lavoro, una carriera, una vita sessuale o anche solo sociale, idee politiche proprie e interessi propri. Cantavamo, allegri, con [Vecchioni](#):

*Prendila te quella col cervello  
Che s'innamori di te quella che fa carriera  
Quella col pisello e la bandiera nera  
La cantatrice calva e la barricadera  
Che non c'è mai la sera...  
Prendila te quella che fa il leasing  
Quella che va al briefing  
E viene via dal meeting*

magari anche annuendo – noi maschi, almeno – sull’ultima frase:

*Stronza come un uomo, sola come un uomo.*

Qualche sussulto di sdegno ci toccava, a dirla tutta, su certi eccessi vetero-borghesi:

*Mi dispiace devo andare, il mio posto è là.*

*Il mio amore si potrebbe svegliare, chi la scaldere? > [Poooh](#)*

*Sereno è, sentirti giù in cucina che già prepari il mio caffè > [Dru-  
pi](#)*

*Io camminerò, tu mi seguirai*

*Io lavorerò, tu mi aspetterai, ancora [Umberto Tozzi](#)*

*Ho perso un’altra occasione buona stasera,*

*È andata a casa con il negro la troia! [Vasco](#), pure lui.*

Ma poi alzavamo le mani, noi maschi impuniti, senza avvertirne la disperazione, e nascondendoci dietro il «ma lo dite voi stesse!!!».

*E vieni a casa mia, quando vuoi, nelle notti più che mai*

*Dormi qui, te ne vai, sono sempre fatti tuoi*

*Tanto sai che quassù male che ti vada avrai*

*Tutta me, se ti andrà per una notte > [Mia Martini](#)*

**Si può essere sessisti inconsapevoli? >**

**Definizione di “sessismo”**

Sì, si può. Lo siamo stati, nelle generazioni scorse. Quasi tutti,

o almeno moltissimi di noi. Uomini, donne, anche persone di altri generi. Abbiamo assorbito la cultura dominante. Oggi non vogliamo più. E bisogna che c'impegniamo, per questo, non viene ancora naturale.

Siam partiti dalle canzoni proprio per questo, per riflettere su quanto sia facile lasciar uscire certi pensieri dannosi, senza curarcene troppo, perché li abbiamo dentro, e facile facile vengono fuori; e su quanto, invece, sia complicato controllarli, e via via disinnescarli, depotenziarli, fino a farli svanire.

Ma vediamo il tema più da vicino: le parole hanno un sesso? Hanno un genere, certo. La cultura dell'inclusione ci sta rendendo sempre più accorti nel distinguere il sesso dal genere nella vita comune: ci sono persone di un sesso che hanno un'identità o un orientamento di genere diverso, e questo ha prodotto e ancora produce parecchi problemi nelle nostre società.

Vediamo ora quale rapporto può esserci tra i generi delle parole che usiamo nel quotidiano e il concetto di "sessismo". Partiamo da una constatazione: nella lingua italiana abbiamo il genere maschile e il genere femminile. Stop. Quanto farebbe comodo il neutro! ci eviterebbe lo strazio dei plurali con asterischi, *schwa*, stucchevoli duplicazioni (*colleghe e colleghi*) o altre perifrasi cui ci costringiamo per non cadere in formule poco inclusive.

Fissiamo ora il significato della parola "sessismo". Come quasi sempre, guidati dal Treccani:

Termine coniato nell'ambito dei movimenti femministi degli anni Sessanta del Novecento per indicare l'atteggiamento di

chi (uomo o donna) tende a giustificare, promuovere o difendere l'idea dell'inferiorità del sesso femminile rispetto a quello maschile e la conseguente discriminazione operata nei confronti delle donne in campo sociopolitico, culturale, professionale, o semplicemente interpersonale; anche, con significato più generale, tendenza a discriminare qualcuno in base al sesso di appartenenza.

Quindi, il sesso, più quel suffisso “ismo” che quasi sempre esprime una degenerazione del pensiero e del comportamento (es. *razzismo*, *nonnismo*, *bullismo*).

Ma sempre da Treccani arriva una novità, fresca fresca, che fa riflettere molto sul valore delle parole come non solo espressioni del pensiero, ma anche come creatrici, modellatrici del pensiero stesso. La novità è evidente a colpo d'occhio, sulle definizioni.

**gatta, gatto** (pr: gàt.a, gát.to) [lat. tardo *catta*, *cattus*, forse voce celtica]. - **n. f. n. m. 1. a.** Nome di varie specie di mammiferi carnivori di piccole o medie dimensioni, che appartengono al genere *Felis*, della famiglia dei felidi (la stessa della lince e del puma), con il corpo snello, la coda lunga e il pelo di diversi colori a tinta unita oppure screziato, tigrato o macchiato. **b.** Si usa spesso in similitudini per sottolineare nelle persone alcune qualità proprie di questi animali: *essere agile*, *svolto*, *cor*... **Espressioni:** *avere certe vite come i gatti*, con allusio-

**medica, medico**<sup>2</sup> (pr: mè.dì.ca, mè.dì.co) [dal lat. *medicus*, der. del tema di *mederi* «curare»] (pl. m. -ci). - **n. agg. 1. a.** Che si riferisce o che appartiene alla medicina: *pratica m.*; *cure m.* **b.** Che appartiene o che si riferisce alla professione della medica o del medico: *assistenza m.*; *consulto m.* • **Espressioni:** *certificato medico*, quello che viene rilasciato da una medica o un medico per attestare lo stato di salute di una persona o per dichiarare che ha avuto una determinata malattia. **2. s.**...

Accanto ad altre innovazioni, tutte tese ad avvicinare la lingua scritta a quella parlata, ad accreditare la semplicità come una ricchezza, ad arricchire il lessico comune con termini comparsi proprio negli ultimi anni anche a seguito della pandemia (*dad*,

*distanziamento sociale, infodemia, lavoro agile...*), la nuova versione del Dizionario italiano Treccani, uscita lo scorso ottobre, accelera il passo verso l'inclusione linguistica.

Per esempio, sostituisce l'uso della categoria universale "uomo" con "persona" o "essere umano". Ed è la prima a registrare le forme femminili di nomi e aggettivi insieme a quelle maschili.

Nei dizionari pubblicati finora, la maggior parte di sostantivi e aggettivi femminili o non compaiono come voci, ma con il riferimento al termine maschile: per esempio, "alta, femminile singolare di alto". Treccani ha dato a femminili e maschili la stessa importanza indicandoli entrambi in un'unica voce (o in due voci separate, in alcuni casi specifici) e disponendoli in ordine alfabetico: "amica, amico" oppure "direttore, direttrice".

I linguisti [Valeria Della Valle](#) e Giuseppe Patota, che hanno curato il progetto, [han dichiarato al Corriere della Sera](#) che «questa organizzazione delle voci restituisce alle parole verità e realtà negate, cancellate per secoli», dando spazio e dignità anche ai femminili di molte professioni che pur esistendo nella lingua italiana faticano ad affermarsi nel parlar comune (i citatissimi esempi di *avvocata, sindaca, ministra*, accanto ad altri meno frequenti come *medica, notaia, soldata*).

Se suscitano in alcuni un senso di fastidio, se suonano male o sembrano brutte, è solo perché sono state usate poco finora; e «il fatto che i vocabolari registrassero aggettivi e nomi al maschile – ha aggiunto Valeria Della Valle – corrisponde a una visione androcentrica» (= un pelo maschilista), legata al fatto che i vocabolari in passato sono sempre stati diretti da uomini.

(Giusto per completezza, nella lista delle formule nuove, accanto a “casalinga” c’è anche “casalingo”).

## **“La parola è una materializzazione”**

Lo diceva Alma Sabatini, illustre linguista, nel 1987, ben 35 anni prima del nuovo Treccani, nelle sue *Raccomandazioni per un uso non sessista della lingua italiana*, un documento molto concreto tuttora disponibile nel sito del ministero Pubblica Amministrazione.

Obiettivo: dare visibilità linguistica alle donne e pari valore linguistico ai termini riferiti al sesso femminile, portando in luce il rapporto tra valori simbolici nella lingua e valori concreti nella vita.

L’uso di un termine anziché un altro comporta una modificazione nel pensiero e nell’atteggiamento di chi lo pronuncia e quindi di chi lo ascolta. La parola è una materializzazione, un’azione vera e propria.

Sono solo parole, quindi? Altro che. Sono materia, e bella pesante. Una materia in continuo cambiamento, che però suscita più spesso atteggiamenti di conservazione.

La lingua è una struttura dinamica che cambia in continuazione. Ciononostante la maggior parte della gente è conservatrice e mostra diffidenza – se non paura – nei confronti dei cambiamenti linguistici, che la offendono perché disturbano le sue abitudini o sembrano una violenza “contro natura”. Toccare la lingua è come toccare la persona stessa.

Pazienza se poi, in modo del tutto contraddittorio, si includono neologismi bruttini o *anglicismi* quali *pressurizzare*, *inputare*, *digitare*, e tutti i termini ormai quotidiani della tecnologia come *zippare*, *forwardare*, *downloadare/uploadare*.

Perché mai questi passano senza problemi? Forse perché non ci coinvolgono a livello profondo? O solo perché entrano nel linguaggio in modo subliminale senza che ce ne accorgiamo. Certo è che, posti davanti al problema se accettare o meno il cambiamento, una nuova parola, si assume spesso un atteggiamento “moralistico” in difesa della “correttezza” della lingua, vista come una specie di cosa sacra, intoccabile.

Certo, alcuni cambiamenti importanti sono stati fatti nel linguaggio comune. Chi direbbe oggi senza ritegno parole riconosciute molto spregiative come *negro*, o *giudeo*? Ma anche *servalo*, *domesticalo*, *mondezzaro*, *facchino*? Meglio *colf*, *netturbino*, *portabagagli*. Cambiamenti avvenuti in modo non certo spontaneo, ma come effetto di precise azioni culturali e politiche, tanto da essere alla fine assimilate e diventate spontanee in quasi tutti i parlanti. Vuoi per buona educazione, vuoi per evitare un'altra paura, quella di essere tacciati come razzisti o classisti.

La stessa strada, suggeriva Alma Sabatini, possiamo intraprendere per depotenziare il sessismo linguistico.

## **Le principali resistenze al cambiamento linguistico**

- «È brutto», «suona male», si obietta spesso, anche quando l'alternativa proposta è del tutto accettabile all'orecchio e non impone alcuna forzatura.

- «Ma che ci frega?», «è una questione di poca rilevanza». Il solito “benaltrismo” che individua sempre altrove la sostanza dei problemi sociali davvero importanti. Forse il fatto che il Senato della Repubblica, sul finire della della scorsa legislatura, in una stanca fine di luglio con crisi di governo già aperta, abbia [bocciato l'adozione del linguaggio inclusivo](#) nella comunicazione istituzionale dell'aula ne è una prova.
- «Oh ma allora non si può più aprire bocca!». Reazione viscerale contro le proposte di cambiamento, come se fossero un attentato alla libertà di parola, come se non fossero stati proprio i regimi autoritari a imporre – non a proporre – un certo modo di pensare e di parlare così offensivo, quello sì, della libertà (citiamo solo *frocio* come top dell'eleganza).
- «Ma certo che s'intende anche la donna, quando si dice che *tutti gli uomini sono uguali davanti alla legge*, s'intende, la donna è compresa!». Non è compresa: è tenuta nell'implicito. Ben diverso.
- «E poi la parità ce l'avete già, anzi!». Ecco un'altra stortura ideologica, che spinge molti benpensanti dire che “la donna dev'essere pari all'uomo”, mai che “l'uomo dev'essere pari alla donna”, e nemmeno che “l'uomo e la donna devono essere pari”. Finché il parametro è sempre l'uomo, ne esce uno strano concetto di parità.

## **L'era dell'arbitra. I nomi delle professioni, e oltre**

Il cambiamento che è già in corso nella vita reale, sia per il valore emblematico sia per le conseguenze pratiche, è quello dei nomi di professioni, mestieri, cariche, titoli.

Ma l'auspicio è che si vada ben oltre.

Quindi, partiamo pure da medica, avvocatessa, notaia, ingegnera, direttrice, rettrice, assessora, sindaca (“sindaco donna” o assessore donna” no, per carità), ministra, sostituta procuratrice, prefetta, ambasciatrice, ispettrice. Poi sottolineiamo l’arrivo dell’*arbitra* (proprio così, non *arbitro donna*), che sfida la storia dirigendo una partita di calcio maschile di serie A.

Ma poi possiamo spingerci a superare il plurale degli aggettivi e dei participi passati solo al maschile: possiamo attenerci alla maggioranza dei generi:

- *Paola, Marina, Stefano e Anna sono arrivate stamattina*

oppure scegliere il genere dell’ultimo sostantivo della serie:

- *Paolo, Stefano e Anna sono arrivate stamattina*
- *Ragazzi e ragazze furono viste entrare nel locale*

Possiamo smettere l’uso della parola “uomo” e le varie connotazioni maschili in senso universale:

- *i diritti dell’uomo* > i diritti della persona, dell’essere umano, degli esseri umani
- *l’uomo primitivo* > i popoli primitivi
- *caccia all’uomo* > caccia alla persona, all’individuo
- *l’uomo della strada* > la gente comune
- *i Romani, gli Ateniesi, gli Inglesi* > il popolo romano, ateniese, inglese
- *i bambini, i ragazzi, i vecchi* > le bambine e i bambini, l’infanzia, le ragazze e i ragazzi, l’adolescenza, le persone anziane
- *la fraternità tra le nazioni* > la solidarietà tra le nazioni

E poi, se possibile, lavoriamo su una serie di brutte abitudini: l'uso scontato del maschile, la precedenza sempre al maschile nelle coppie uomo/donna, l'articolo "la" davanti ai cognomi di donne famose (*la Lagard, la Meloni*), il chiamare "dottore" lui e "signorina" lei quando vediamo due persone in camice bianco, l'uso asimmetrico di donne e uomini in campo politico, sociale, culturale, e altre simili.

L'intento è ingessare la comunicazione in un rigido protocollo *gender respectful*? Macché. Solo pensarci un po' di più, e considerare davvero il linguaggio uno strumento di educazione alla gentilezza.

P.S. Se poi, nell'inconscio, qualche motivetto un po' così... torna su, ok, ci sarà da lavorarci ancora.

*Il mare impetuoso al tramonto*

*Salì sulla luna e dietro una tendina di stelle...> [Zucchero](#)*

# Femmina

**Parole declinate al femminile: verbalizzare  
una differenza vuol dire riconoscerla; negarla vuol  
dire costringere le donne a omologarsi  
a modelli maschili.**

CLICCA QUI PER VEDERE  
LA DIRETTA

**Femmina**

*Femmina come la terra / Femmina come la guerra / Femmina come la pace  
Femmina come la croce / Femmina come la voce  
Femmina come la sorte / Femmina come la morte  
Femmina come la vita / Femmina come l'entrata / Femmina come l'uscita...*

*Luciano Ligabue, Il giorno dei giorni*

Fa eccezione questa lista, nella letteratura canora, per l'uso positivo della parola "femmina".

Molto più usata "donna", sia in italiano (*Donne, Quello che le donne non dicono...*) sia in inglese (*Just like a woman, You make me feel like a natural woman...*).

Il concetto di "femmina", almeno nella musica, pare abbia ispirato emozioni per lo più negative.

*Si avisse fatto a n'ato / chello ch'hè fatto a me / s'ommo t'avesse acciso...*

Così scrive Totò nella sua Malafemmena, che piange la sofferenza causata dall'infedeltà dell'amata, tra sfumature contrastanti – *te voglio bene e t'odio* – insulti – *Si' tu peggio 'e na vipera* – residui di corteggiamento – *Si' doce comm'ò zzuccaro* – e la condanna definitiva – *Peró 'sta faccia d'angelo te serve pe' 'nganná*. Con anatema finale: *Ma Dio nun t'o pperdona chello ch'hè fatto a me*.

## Le tinte fosche degli etimi

È avvolta nel mistero l'etimologia di *femmina*.

Pare riconducibile a due origini sanscrite, entrambe legate al tema della fecondità. Che sia la radice *dha* – greco *tha*, latino *fa* – a rimandare all'idea di *allattare*; o la radice *bhu* – il greco *fiu*, da cui *fisis*, la natura – che ispira *il produrre, il generare, il far crescere*, fatto sta che nel latino *foemina* c'è colei che *genera, allatta, nutre*.

Eccola lì, la funzione prioritaria: la maternità.

Altre funzioni ritrovabili in *mulier*, la donna più comune (spagnolo *mujer*), che conserva l'origine proletaria nel gesto del *mulgere*: mungere capre e vacche, nella famiglia latina, era funzione riservata alle donne.

Tutt'altro valore in *donna*, forma contratta del latino *domina*, la signora, la padrona della casa (*domus*), titolo che spesso ancora oggi nel Sud Italia accompagna il nome della donna di rango.

Curioso che l'etimo di *uxor*, moglie, sia rimasto in italiano solo nel contesto più violento, l'uccisione. E per una volta l'estensione del genere va in direzione insolita. Per Treccani, [uxoricida](#) è chi uccide la propria moglie, ma anche chi uccide il coniuge, e quindi anche la donna che uccide il marito (e quindi anche la moglie che uccide la propria moglie, il marito che uccide il proprio marito e così via). Insomma pare ci vogliano dei morti ammazzati per un guizzo di *gender equity*.

(Sottovoce: curioso anche che, per una volta, la lingua inglese sembri meno inclusiva della nostra. *Woman* deriva infatti dal tardo-antico inglese *wimman*, che, teniamoci forte, è composto da *wif*, cioè donna, e *man*, cioè uomo. Dunque, *woman* è “donna-uomo”. Sì, sì, si obietterà, “uomo nel senso di essere umano”, come al solito).

## “Femminile”: ok. “Femmina”: mah

Da tempo vediamo tentativi – a volte ottimi, a volte patetici – di riequilibrare la bilancia, volgendo “al femminile” cose tradizionalmente maschili o comunque affermando quell’identità di pensiero.

A parte la testata [alfemminile](#) (emblematico l’indice delle rubriche: Bellezza, Moda, Genitorialità, Mamme in auto (GIURO!), Amore e psicologia, Oroscopo, Matrimonio, News & gossip, va beh la smetto), c’è la collana delle guide al femminile, lo sport al femminile, la musica al femminile, lo yoga al femminile, il collegio degl’ingegneri al femminile. C’è la medicina al femminile: si chiama [femtech](#) l’insieme delle tecnologie per la salute e il benessere femminile, con molte app per il monitoraggio del ciclo mestruale, della fertilità, delle difficoltà della menopausa.

Ma finché è aggettivo, ok, niente turbamenti.

È quando il concetto compare come sostantivo, *femmina*, che sembra assumere un tono spregiativo. *È una cosa da femmine. Non fare la femmina.* I bambini della mia generazione potevano essere marchiati da frasi del genere.

(Anche se, a Napoli, il *femminiello*, il giovane che esibisce tratti femminili o esplicitamente omosessuali, porta buono.)

## **Mica siam tutti figli di buona donna?**

Un massaggiatore è un cinesiterapista. Una massaggiatrice?

Un uomo con un passato: un uomo che ha avuto una vita, in qualche caso non particolarmente onesta, ma che vale la pena di raccontare. Una donna con un passato?

Un buon uomo: un uomo probò. Una buona donna?

Un uomo allegro: un buontempone. Una donna allegra?

Un gatto morto: un felino deceduto. Una gattamorta?

Uno zoccolo: una calzatura di campagna. Una zoccola?

Un tipo disponibile; un uomo gentile e premuroso. Una tipa disponibile?

Così un famoso [monologo di Paola Cortellesi](#). Parallelismi che fanno emergere il pensiero discriminatorio spesso sotteso alla lingua italiana. Storture che vengono da lontano.

Pregiudizi trasmessi dall'infanzia, attraverso i personaggi della formazione. Cenerentola e Biancaneve sono sì resilienti, ma sempre graziose, diligenti e remissive. Peter Pan è avventuroso, ingegnoso, temerario. Cappuccetto rosso disobbedisce ma poi la paga, e figurarsi se se la cava da sola. Se poi c'è una coppia

mista, Hansel e Gretel, è lui il problem solver. Le donne di potere sono spesso streghe invidiose e cattive. Sì, ci sono anche uomini malvagi, ma poi sono sconfitti dall'eroe saggio e valoroso. La regina, tesoro, spesso era in camera a ricamare.

## Femmine da nascondere

Festival di Sanremo 2021 (ben cinque co-conduttrici volteggiano intorno al re): Beatrice Venezi, la più giovane donna a dirigere un'orchestra in Europa, dichiara di voler essere chiamata "direttore".

«Per me quello che conta è il talento e la preparazione con cui si svolge un determinato lavoro. Le professioni hanno un nome preciso e nel mio caso è *direttore d'orchestra*».

Chissà perché contadina sì, operaia sì, commessa sì, maestra e infermiera sì, e direttrice no. Eh, perché è il ruolo, si dice, come l'avvocato, il medico, è il ruolo che si riveste. Come se fosse il ruolo a richiedere il maschile.

Per carità, ognuno può preferire l'etichetta che sente più adatta, ma attenti a teorizzare: se si nasconde il tratto femminile, si nascondono o si squalificano tanti sacrifici e sforzi della storia.

Ha fatto rumore anche, nella recente turbolenta estate politica, la scelta del Senato di respingere – a scrutinio segreto – l'emendamento di una senatrice che chiedeva di adottare il linguaggio di genere nella comunicazione istituzionale dell'aula. Governo già dimissionario, ok, la mente altrove, ma si chiedeva solo di usare un linguaggio rispettoso e inclusivo nei testi del Regolamento, evitando il maschile standard per funzioni e ruoli. Siamo su

problemi come *il segretario, il presidente*. Niente.

Verbalizzare una differenza vuol dire riconoscerla; negarla vuol dire costringere le donne a omologarsi a modelli maschili. Il ruolo declinato al maschile non è neutro, è maschile. Nega la differenza. Negare anche un piccolo passo di progresso, in una delle più importanti istituzioni del paese, esprime qualche avvisaglia di una cultura reazionaria e retrograda.

## Scusi Dottrice, anzi, Dottora

Lettore, lettrice; pittore, pittrice; traduttore, traduttrice.

Le parole che finiscono al maschile in -tore terminano in -trice al femminile. Deriva dal latino: le parole in -tor al maschile si tramutavano in -trix al femminile. Come mai la parola *dottore* al femminile diventa *dottoressa* e non *dottrice*?

Quando ho letto questo brano in un articolo su [noidonne](#) ho avuto un piccolo fremito. È vero. Anche attrice, conduttrice, nuotatrice. Persino calciatrice, per la gioia di chi pensa che una donna che parla di calcio non si può sentire, figurarsi giocare.

Piccola indagine personale. Il femminile in -essa ha avuto a volte un'origine ironica o spregiativa. *È una filosofessa da quattro soldi*, esemplifica [Treccani](#). All'inizio del '900, quando iniziarono a entrare in una professione maschile, le donne stesse per lo più rifiutavano di esser chiamate *dottoresse*. Tuttora la maggioranza preferisce *il dottore, il medico*. Forse neutralizzando il termine sentono difesa l'altezza della categoria.

Piccolo esperimento personale. Da qualche tempo, quando giro per ospedali, azzardo la formula “Scusi, Dottrice”. Nei giorni più spavaldi, persino “Dottora”, sulla scia dell’*assessora* ormai diffusa, e del semplice *signora* il cui suffisso *-ora* non ha mai generato turbamenti.

La reazione ondeggia tra il distratto (*non ho tempo*), il benevolo (*sarà straniero*), l’infastidito (*come si permette*), ma m’è capitato anche di sentirmi chiedere ragione di quell’appellativo, e allacciare una riflessione (pochi istanti, eh, che non son luoghi per sermoni linguistici). Ho gioito, un giorno, all’ospedale di Biella, leggendo su un volantino in bacheca:

*E se oggi provassimo tutte/tutti con “dottora”? Noi siamo ciò che diciamo e ciò che pensiamo. Esprimiamoci in modo più rispettoso: diffonderemo rispetto.*

## Ci fossero più epiceni

Si chiama epiceno (dal greco *epì*, sopra, e *koinòs*, genere comune) un sostantivo che indica individui di entrambi i sessi con la stessa forma. Si usa per gli animali: gorilla, aquila, pantera, coccodrillo. Ma anche per esseri umani: persona, personaggio, vittima, vedetta, sentinella.

Mario è *una* persona, non *un* persona. Claudia è *un* personaggio. Piero è *una* sentinella.

Diversamente da molti sostantivi comuni usati per entrambi i generi, dove però l’attenzione è sull’articolo (*il/la dentista*), o ancor più sull’apostrofo (*un assistente/un’assistente*), gli epiceni

sono inclusivi per definizione, non contemplano il cambio di genere grammaticale in nessuna direzione, tanto da costringere a volte a precisazioni buffe (*gorilla maschio/gorilla femmina*) o a ridondanze (*la vittima, un uomo di 50 anni*).

Chissà, adottassimo la formula “persona”, per indicare sia Mario sia Claudia sia Piero, chiamassimo “esseri viventi” le persone che sono su questa terra, titolassimo “Dichiarazione dei diritti delle persone” e non dell’uomo, magari daremmo un’accelerata all’inclusione dal linguaggio.

## Accelerazioni

Per accelerare a volte bisogna provocare.

Abbiamo già raccontato qui alcuni episodi recenti che hanno acceso l’attenzione sul linguaggio di genere.

Il caso dell’[università di Lipsia](#), dove un giorno il rettore decreta che per un mese in tutti i documenti si parli solo al femminile: *le docenti, le studenti, le coordinatrici didattiche*, intendendo maschi e femmine.

Il caso di Scrivere donna, una ricerca in cui molte scrittrici analizzano le particolarità del linguaggio femminile, e quello di [Caratteri di donna](#), concorso letterario organizzato da Comune e Università di Pavia, in origine riservato alle donne autrici, ora aperto a chiunque, proprio per superare gli stereotipi.

Altri casi di accelerazione presentano toni ancora più netti.

A volte c'è la forza del testimonial.

Nel 2014 Emma Watson lancia all'ONU la [campagna Hefor-She](#), che coinvolge gli uomini nella lotta contro la discriminazione femminile. «Ho deciso che ero femminista, ma 'femminismo' è diventata una parola impopolare. La parità di genere è un fatto di libertà, che riguarda tutti. Vi invito a farvi avanti, a farvi vedere e a chiedervi: se non io, chi? Se non ora, quando?»

Altre volte, il problema va reinquadrato.

Nel libro di Riccarda Zezza e Andrea Vitullo pubblicano il libro [MAAM, Maternity As a Master](#), il messaggio è: la maternità è un master che rende più forti uomini e donne. Spesso vissuta dalle aziende come un peso, è invece un'occasione di crescita, che genera nuove energie e abilità essenziali anche nel lavoro. In pochi mesi il libro diventa un corso di formazione, frequentato all'inizio da donne, ma presto da molti uomini, che ne traggono nuovi paradigmi sul rapporto tra maternità e lavoro, e nuovi modelli di leadership.

(E speriamo esca presto anche uno studio sull'impatto della paternità negli ambiti professionali.)

Altre volte, c'è un drastico ribaltamento di prospettiva.

Che accadrebbe, per esempio, se solo per un giorno i maschi subissero le conseguenze di una società sessista e violenta governata dalle donne? Lo immagina nel 2010 la regista francese Eléonore

Pourriat nel corto *Majorité Opprimée*. Le donne fanno jogging a petto nudo; il marito casalingo porta il figlio all'asilo mentre la moglie è al lavoro, ricevendo molestie dalle ragazze per strada; un bambinaio musulmano confessa le angherie subite dalla padrona.

Un ribaltamento dove comunque la violenza e l'oppressione restano protagoniste, e lo schema buoni-cattivi suscita attenzione solo perché invertito, non combattuto o risolto. Ipotesi estrema, non certo da realizzare: da studiare, certo sì.

## Bucce di banana

- *è intelligente, per essere una donna*
- *è una donna con le palle*
- *chissà cos'ha fatto quella per lavorare*
- *anche lei però, se va in giro vestita così, se la cerca*
- *dovresti essere contenta che ti guardano*
- *ma cos'hai oggi, hai le tue cose?*

Son passati anni, per fortuna, da quando sentivamo nei bar, ma anche negli uffici, frasi così. O no? Pare di no.

Si è molto parlato quest'estate della Festa degli uomini, organizzata a Nimis, in Friuli, ormai da 45 anni. Uno degli eventi della festa consiste in una competizione tra donne che mangiano banane, tenute ad altezza cintola e porte loro da una schiera di uomini. Per aumentare la grazia: le concorrenti sono inginocchiate, bendate, mani legate dietro la schiena. Con buona pace di chi pensa che oggettificazione, sessualizzazione, mercificazione del corpo della donna siano paranoie veterofemministe.

«È una goliardata», smussano gli organizzatori, «e fatevela una risata, ogni tanto». Confesso, non so se andrei a firmare una petizione per invocare la soppressione dell'evento. Ma mi chiedo se il rituale, condito da simboli fallici, riti propiziatori ed elezione del David più mascolino, sia ciò che occorre oggi per un dignitoso affermarsi della cultura del rispetto e dell'inclusione.

Magari la prossima volta, nella sfilata delle femmine davanti al distributore del caffè, i colleghi maschi potrebbero pensare un attimo in più, prima di parlare o ammiccare.

Sempre che parlare o ammiccare sia necessario.

*(E viceversa, eh, chiaro)*

# Potere

Da nome a verbo, da dominio a libertà.

Se è sostantivo: una forza sopra una debolezza.

Se è verbo: la possibilità di compiere un'azione.

CLICCA QUI PER VEDERE  
LA DIRETTA

**Potere**

*Si può, siamo liberi come l'aria, si può  
 Si può, siamo noi che facciamo la storia, si può  
 Si può, io mi vesto come mi pare  
 Si può, sono libero di creare  
 Si può, son padrone del mio destino  
 Si può, ho già il nuovo telefonino  
 Si può, far la guerra per scopi giusti  
 Si può, siamo autentici pacifisti*

*Giorgio Gaber, Si può (da Libertà obbligatoria)*

Chissà, o tu che leggi queste righe (apprezzerai l'impegno inclusivo nello star fuori sia dai "cara lettrice/caro lettore" o "cari lettori" sia lo strazio di schwa, asterisco e simili), chissà se leggendo il titolo e poi le prime righe della canzone di Gaber hai avuto almeno un piccolo inciampo, un dubbio linguistico: "potere" sostantivo o verbo?

Perché se seguiamo la definizione di [Treccani > sostantivo](#)

capacità, possibilità oggettiva di agire, di fare qualcosa...Capacità di influire sul comportamento altrui, di influenzarne le opinioni, le decisioni, le azioni, i pensieri... Dominio, balia, possesso... Nel diritto, qualunque facoltà di compiere azioni giuridicamente rilevanti, sia come manifestazione immediata della personalità, e quindi della capacità giuridica, di un soggetto...

ci riferiamo all'azione più o meno violenta di una forza sopra una debolezza: il potere potere politico, quello economico, quello militare, quello familiare della *patria potestas*.

Se poi ci smarchiamo dall'ambiguità prodotta insieme dal suono e dal significato, e viriamo sulla forma pienamente nominale, abbiamo la "potenza", che in una lingua vicina alla nostra, il francese, addirittura individua la forca, sì, proprio lo strumento per l'impiccagione. Sarà che i nostri cugini, imbevuti di *liberté* e di *égalité*, son così insofferenti all'autorità preconstituita da identificarla con la sua faccia più feroce.

Se invece seguiamo la definizione di [Treccani > verbo](#)

avere la possibilità, la capacità, la libertà, oppure i mezzi per fare qualcosa

percepriamo subito qualcosa di diverso: un'apertura, una disponibilità, un essere liberi di fare ciò che abbiamo in animo.

Treccani propone prima la definizione del sostantivo, poi quella del verbo. Altri dizionari – De Mauro, Paravia; Grande Dizionario Italiano dell'Uso, Utet; DIR, Dizionario italiano ragionato, G. D'Anna-Sintesi – scelgono il contrario: prima il verbo e poi la sua trasformazione in sostantivo.

E non pare un dettaglio da poco, sia in senso generale, per una riflessione sempre benefica sull'influenza delle parole sul nostro agire, sia con un riferimento più specifico al linguaggio inclusivo, che è il focus di queste pagine.

La mia posizione, e il consiglio che ne consegue, è per il focus sul verbo: provo a raccontare perché.

## Se intendiamo “potere” come sostantivo

Possiamo anche evitare le fosche tinte di dominio, di autorità, di sopraffazione (ma mettilo un attimo al plurale, che paura! diventano subito i *poteri forti*).

Possiamo anche viverlo in positivo, il potere, nel senso di possibilità, di opportunità di affermazione, libertà di pensare, di scegliere e di agire, pur sempre nel rispetto di sé e degli altri. Ma se gli mettiamo accanto il complemento di specificazione “delle donne”, il quadro si raggela.

Fan paura i numeri presentati in un recente articolo di Daniela Hamai su *Repubblica* (precedente alle ultime elezioni), dal titolo *[Il potere delle donne](#)*.

Al Parlamento europeo siede il 39,3% di donne. In Europa le ministre sono il 30%, le premier il 14,3% e dal 2019 la Commissione europea e la Banca Centrale Europea sono in mano a Ursula von der Leyen e Christine Lagarde. Qualcosa si muove, ma nel mondo sono solo venti i capi di Stato donne. Magro bottino. Ancora più magro in Italia dove le cariche di Premier e Presidente della Repubblica sono da sempre saldamente in mano agli uomini e il numero di ministre dell'attuale governo si ferma a otto su ventitré. Le nostre percentuali, in verità, non sono entusiasmanti neppure nelle aziende dove, secondo il Gender Diversity Index 2021 presentato dall'European Women On Boards, le donne che ricoprono ruoli dirigenziali sono il 17% e le Ceo il 3% (la media europea è del 7%). Numeri al ribasso anche tra le italiane che lavorano: sono il 53,2% contro il 78% delle svedesi e il 70,2 delle francesi.

Non è un paese per donne, vien da commentare. Troppo facile? Forse.

Ma se stiamo sul sostantivo, il potere, appunto, stiamo sulla sostanza. E la sostanza è proprio quella. Quello è il significato odierno di “potere”, almeno quel significato, quello che vediamo messo in pratica ogni giorno nella politica, nell’economia, nelle professioni, nei media, per fortuna non nella scuola, ma non è certo abbastanza per cambiare.

E non sembra un caso, allora, se anche una buona parte della cultura femminista predica da anni l’incompatibilità tra donne e potere, almeno finché per “potere” s’intende una cultura vetero-maschilista che ha poco a che fare con l’emancipazione, l’uguaglianza di trattamento e di carriere, il rispetto per ogni genere, e tutte quelle belle cose che possiamo scrivere nei *purpose* delle imprese, ma poi non ci rompete troppo le scatole con ‘ste robe che di certo non alzano il fatturato né portano voti.

È vero che qualcosa sta cambiando.

- Il [Gender Diversity Index](#) citato da Hamau, per esempio, ci dice che in Europa le aziende guidate da una donna hanno il doppio delle donne in posizione apicale (38%) rispetto alla media (19%).
- Una ricerca pubblicata sulla [Harvard Business Review](#) mostra che le donne in posizioni di vertice sono valutate superiori agli uomini in diverse abilità di leadership, come prendere l’iniziativa, esprimere e sviluppare resilienza, portare risultati, ispirare e motivare i colleghi, risolvere problemi e guidare il cambiamento, rispettare integrità e onestà.

- Si affermano nuovi modelli di leadership femminile: oltre alle due già citate super leader, Ursula von der Leyen e Christine Lagarde, c'è la premier finlandese Sanna Marin e quella estone Kaja Kallas, anche se ancora faticano a sottrarsi alle chiacchiere del mondo sui loro outfit o sui loro comportamenti extra-professionali. Persino la britannica Liz Truss, protagonista di un'inquietante staffetta nel cuore degli inglesi con l'amatissima regina, ha dovuto districarsi tra i paragoni con la sua antesignana Margareth Thatcher, la *Lady di ferro* (sembrano molto adatte alle leader le metafore metalliche > chissà come se la passa ora *la cancelliera coi nervi d'acciaio*).
- Da qualche mese una donna guida il governo italiano, e per fortuna si è spenta la soporifera discussione su dubbi come “Va bene perché è una donna o perché sa guidare un governo?”, o “Farà bene alle donne avere al vertice una donna che pensa come un uomo?” e simili.

Ma è anche vero che ogni sostantivo fa quello che è nato per fare: so-sta. Sta fermo. Esprime ciò che sta sotto, ciò che è ancorato alla radice di un significato. Punta alla conservazione, non al cambiamento. Anche il potere, quindi, tende a proteggere e replicare se stesso. Confrontiamo la parola “cambiamento” con “cambiare”, l'espressione “prendere una decisione” con “decidere”, o “compiere una scelta” con “scegliere”. Il sostantivo è conservativo, il verbo è dinamico.

## **Da nome a verbo: da dominio a libertà. La forza del verbo modale**

Se invece intendiamo “potere” come verbo, per di più modale,

si apre un universo di libertà.

Ripasso-flash dei verbi che la grammatica chiama servili o modali: *volere, dovere e potere*.

Accompagnano, *servono*, un altro verbo all'infinito e gli aggiungono un modo particolare, una sfumatura di significato (volontà/intenzione, obbligo/necessità, possibilità/permesso).

- *vorrei andare al mare* > esprimo un'intenzione o un desiderio
- *dobbiamo consegnare i documenti entro domani* > sottolineo l'obbligo/necessità
- *posso prendere in carico quel progetto?* > chiedo il permesso

In neuro-linguistica, con un termine desunto dalla logica, sono chiamati “operatori modali” perché non soltanto indicano il modo dell'azione, ma soprattutto influenzano il modo di *pensarla* quell'azione, il modo in cui il nostro cervello *opera*. Ha implicazioni molto diverse dire che il tale fa/non fa qualcosa, oppure che vuole/non vuole fare qualcosa, o che deve/non deve fare qualcosa.

- *voglio cambiare lavoro / Vorrei cambiare lavoro*
- *devo cambiare lavoro / Non posso cambiare lavoro*
- *voglio passare più tempo con la mia famiglia*
- *non devo farmi coinvolgere troppo a fondo*
- *posso finalmente dedicarmi più a me stesso*
- *non devi sopportare le sue prepotenze*
- *non devi perdere questa occasione*

- *vuoi darmi una mano?*
- *potresti prenderti in carico una parte del lavoro?*

Il verbo *potere*, usato in certe frasi al posto dei suoi compagni di funzione logica,

- *devi farcela / Puoi farcela*
- *dovresti cambiare / Potresti cambiare*
- *dobbiamo imparare / Possiamo imparare*
- *vogliamo fidarci / Possiamo fidarci*
- *voglio crescere / Posso crescere*
- *volete decidervi...? / Potreste decidervi a...*

esprime la libertà, la possibilità di compiere una certa azione, ma anche l'essere in grado di compierla quell'azione, l'esserne capaci, il sentirsene all'altezza. Enfatizzando le conoscenze e le abilità personali, sa motivare con più energia, perché induce a concentrare l'attenzione non sulle condizioni della riuscita, ma già sulle modalità in cui quell'azione può essere compiuta. Non il *se* (ipotetico, dubitativo) si può fare quella cosa, ma il *quando-dove-come* la si può fare.

Lo sanno bene i pubblicitari.

- *se vuoi, puoi*
- *da oggi puoi contattarci al numero verde...*
- *ogni settimana con la nostra newsletter anche tu puoi preparare piatti deliziosi*

## **Una palestra di autostima**

Usato con se stessi, nel dialogo interiore, il verbo *potere* rafforza

l'autostima, libera la capacità di comportarsi con gli altri in modo assertivo senza passare per prepotenti.

Se infatti intendiamo l'assertività come un sano equilibrio tra aggressività e passività, che poi si traduce nel saper accettare i contrasti, nel saper dire dei buoni no, nel sentirsi ben responsabile del proprio comportamento, non di quello del mondo intero, nel saper chiedere, senza sfrontatezza ma anche senza remore inutili (amo la prima parte di quel proverbio, “chiedere è lecito“), possiamo includere in quel territorio semantico anche l'autostima, appunto, la fiducia in se stessi.

Possiamo anche permetterci di usare quelle forme espressive che gli inglesi chiamano *I language*, per esempio, ossia la capacità di parlare con i verbi in prima persona. Se diventa una tendenza – *io voglio, io faccio, io mi aspetto che, io decido, io, io, io...* – molto probabilmente è indice di dominanza, o di un ego senza freni. Tutt'altra cosa se la intendo come la possibilità di esprimere il mio punto di vista, di sentirmi a mio agio per aver detto ciò che ritengo necessario dire. È un tratto di responsabilità, che dice “ho questi pensieri, sono i miei, puoi non essere d'accordo, questo è quello che io credo, possiamo confrontarci”.

## **Yes we can (con juicio)**

Di certo ricordiamo il *Yes we can* di Obama del 2008. Slogan super-assertivo, che si accoppiava alla parola chiave di quella campagna elettorale, “Change”. Il senso era dunque *Yes, we can change. We have the chance to change*, possiamo cambiare.

Il gioco di parole CHANGE-CHANCE precedeva di molto quella campagna. Per esempio, la frase

Your life does not get better by chance, it gets better by change

di Jim Rohn, imprenditore e speaker motivazionale tra i top del mondo, è degli anni '70. Più antica ancora quella di Aristotele (alcune antologie di citazioni famose giurano l'abbia addirittura pronunciata in inglese)

Life is full of chances and changes, and the most prosperous of men may in the evening of his days meet with great misfortunes

che per altro, ricordandoci che le grandi disgrazie possono capitare anche alla persona più fortunata, imbecca la china opposta, non di spinta energetica, ma di invito alla cautela.

Ma quel *Yes we can* trovò eco in tutto il mondo. Da noi fu Walter Veltroni, nello stesso 2008, a usarla con il suo "Si può fare". Fu un fiasco nelle urne, ma almeno guadagnò una [canzone](#) capace di spopolare su YouTube: sulle note di "Ymca", dei Village People, partiva con "Walter, io mi fido di te, dico Walter", con il ritornello che inneggiava a squarciagola "I'm Pd". (*no comment*)

## Si può fare?

Intendiamoci: non è che qui si voglia inneggiare al poter fare proprio tutto ciò che si vuole. Ci mancherebbe. Ci son cose che proprio non si possono fare. E non nel senso triestino del [no se pol](#), quella frustrazione del sentirsi sempre un po' tagliati fuori

dai movimenti della storia, ma nel senso dei naturali confini che un vivere civile pone alle aspirazioni individuali. Chi lavora in un ospedale, per esempio, o chi assicura l'ordine pubblico nelle strade, non può permettersi lo smart working (non la pensano così alcuni agenti delle forze di polizia inglesi che, trovando molto più gradevole lavorare da casa, ora [rifiutano di tornare sulle strade](#)).

E poi ci sono cose che si devono fare, come pagare le tasse, andare a votare, rispettare le persone, la natura, le leggi, i semafori, gli orari eccetera.

Ma se il buon senso ci sostiene, son più le cose che si possono fare di quelle che no. Si può garantire allo stesso tempo la differenza e l'uguaglianza. Si può promuovere l'inclusione come abito di pensiero, e il [rispetto](#) di ogni genere e orientamento sessuale come pratica naturale. Si può smettere la guerra come sbocco di una controversia. Si può costruire dialogo tra giovani e anziani, tra persone di ogni angolo del mondo, persone con e senza religione, con e senza disabilità. Si può.

Si può persino chiudere in musica, per esempio, oltre che iniziare.

E quindi possiamo ricordarci che quasi sempre [Si può dare di più](#), come dice quella famosa canzone. E se non ci stordiscono quegli oltre 100 verbi in [Si può fare](#) di Branduardi, la scelta ci appare davvero sconfinata:

*Si può fare, si può fare, si può prendere o lasciare*

*Si può fare, si può fare, puoi correre, volare*

*Puoi cantare, puoi gridare, puoi vendere, comprare*

*puoi rubare, regalare, puoi piangere, ballare...*

Perfino in amore, parola di Beatles, è vero, possiamo fallire tutto, ma è altrettanto vero che *We can work it out.*

*Try to see it my way*

*Only time will tell if I am right or I am wrong*

*While you see it your way*

*There's a chance that we might fall apart before too long*

*We can work it out*

*Prova a vederla come la vedo io,*

*solo il tempo dirà se ho ragione o torto.*

*Mentre tu continui a fare di testa tua*

*è possibile che possiamo cadere fra non molto.*

*Possiamo risolverlo*

# Binario

**Superare il binarismo linguistico è una forma di educazione all'inclusione e alla gentilezza, per andare oltre le polarità di genere e promuovere il rispetto dell'unicità della persona.**

## Binario

CLICCA QUI PER VEDERE  
LA DIRETTA

Partiamo dalla fine.

- una netta contrapposizione tra il maschile e il femminile è falsa e pericolosa. Va ripensata.
- i genitali non fanno il genere: sesso e genere sono cose diverse.
- il linguaggio inclusivo può aiutare a favorire il rispetto tra i (molti) generi esistenti.

### Quel “due” che è ovunque

Anni fa studiavo il nome per una società di consulenza informatica: la soluzione fu unire, al nome del gruppo di appartenenza, il suffisso “Byte”.

Di corsa al dizionario > *Byte*. Niente definizioni, solo una freccia > *binò*: «Duplice, formato da due parti o enti, o che ha due caratteristiche». Latino, dunque. E per arrivare a *byte* dovevi passare da *binario*, *binocolo*, *abbinare*, *combinare*. E da *bit*.

*Bit*: «Unità elementare d’informazione propria degli elaboratori elettronici, che indica la scelta tra le due uniche possibilità operative dell’elaboratore stesso, corrispondenti ai due elementi del sistema binario 0 e 1». Ed eccolo, il *byte*: contrazione di *b(inar)y (octe)te*, ossia “ottetto binario”; negli elaboratori elettronici storicamente il byte è il numero di bit utilizzato per codificare un carattere alfanumerico. 8 bit, appunto.

Oggi l’indagine su “binario” riserva altre sorprese.



## Aggettivo o sostantivo?

Prima c'è l'aggettivo: *binarius*, da *bini*, due per volta.

Certo, e con molte evidenze. In musica, il ritmo binario ci fa picchiare il piede, battere/levare. Dalla chimica da cucina spunta il re dei composti binari, NaCl, cloruro di sodio. In aritmetica sono binarie l'addizione e la moltiplicazione. E poi le pratiche quotidiane, *on-off*, apri-chiudi. In

linguistica l'*opposizione binaria* è la relazione tra due suoni opposti (nasale/non nasale, sonoro/non sonoro, alto/basso, grave/acuto). E in grammatica c'è lo schematismo binario, maschile/femminile (un attimo di pazienza, per questo).

Dopo l'aggettivo, il dizionario dà il sostantivo: sistema di due rotaie parallele... per veicoli ferroviari... Va bene. Ma è il senso figurato a essere più interessante: comportamento, linea di condotta, modo di procedere. *Rimettere uno sul giusto binario*, *uscire dal binario della legalità*, *politica del doppio binario*, quella del politico che gioca su due tavoli, per vincerne almeno uno.

Pare evidente che stare dentro i binari è bene, uscirne è male.

## Dentro i binari e fuori: messaggi dai libri

A cogliere lo spirito dei tempi, spesso prima di altri, è la letteratura.

[Spatriati](#) è il romanzo di Mario Desiati vincitore del Premio Strega 2022. Che significa il titolo: essere senza patria o essersene andati? Non riconoscersi in alcuna identità, o avere un'identità, culturale, geografica, politica, ed essersene allontanati?

Martina Franca, Puglia, cavallo tra i due secoli, l'adolescenza e i soliti dolorosi passaggi. Crescendo, i due protagonisti sentiranno scivolare via ogni possibile identità, rifiuteranno le famiglie, il loro paese e anche una identità sessuale. Nei rapporti con le persone conteranno le affinità, la curiosità e l'attrazione reciproca, senza orientamenti in cui identificarsi. Se per molti l'identità sessuale, etero o omo, è stata una patria, una scelta in cui ritrovare comportamenti e stili di vita, per i protagonisti del romanzo non è più così, neanche questa patria esiste più, vagano senza punti di riferimento. Errare, non tenendo conto dei confini, è l'unico modo per vivere.

Per il poeta Giovanni Giudici, "[sbinariata](#)" è la vita uscita dai binari, disorientata, sregolata, deviata dalla sua destinazione o dal suo destino. Però il prefisso s- (latino ex) sa includere valori opposti: quello privativo, appunto, come in *slealtà*, *sfiducia*, *sfortuna*, e anche quello intensivo, come in *sbatte*, *scacciare*, *sbeffeggiare*.

Sbinariato, dunque, può essere "fuori dai binari" oppure sbalottato tra il di qua e il di là.

Il binario si complica.

## **“Non binario”: ben più di due generi**

Partiamo dalla [definizione](#) di “non binario”.

Persona che rifiuta lo schema binario maschile-femminile nel genere sessuale e, a prescindere dal sesso attribuito alla nascita, non riconosce di appartenere al genere maschile né a quello femminile...

...oppure che si riconosce in entrambi, alternativamente o contemporaneamente.

Una [madre testimonia](#) a Repubblica: un giorno, in cucina, mentre scola la pasta, si avvicina la figlia:

Mamma, sono trans. Anzi, sono non binario. Hai presente i binari di un treno? Sono due, come maschio e femmina. Io sono come un terzo binario in mezzo che fa come un serpente, che si avvicina ora dalla parte della femmina, ora dalla parte del maschio. A volte mi sveglio più maschio, a volte mi sveglio femmina, non so nemmeno io da cosa dipende. Mercoledì, per esempio, ero maschio.

## Piccolo glossario

“Non binario” è un termine ampio che include le persone la cui percezione del proprio genere non rientra nel binarismo uomo/donna. Molte le sfumature: proviamo a capire meglio.

Innanzitutto la differenza tra sesso e genere. In un documento del 2011 l'[Organizzazione Mondiale della Sanità](#) riassume così:

Il **sesso** si riferisce alle diverse caratteristiche biologiche e fisiologiche di maschi e femmine, come organi riproduttivi, cromosomi, ormoni, ecc.

Il **genere** si riferisce alle caratteristiche socialmente costruite di donne e uomini – come norme, ruoli e relazioni di e tra gruppi di donne e uomini. Varia da società a società e può essere cambiato.

Per l'*orientamento sessuale*, ossia l'attrazione fisica ed emotiva di una persona verso altre persone, si distinguono persone eterosessuali, asessuali, pansessuali, e l'universo *LGBTQIA+*, ossia *Lesbian, Gay, Bisex, Transgender, Queer, Intersexual e Allied* (merita attenzione il ruolo degli "alleati", familiari, amici e supporter della comunità, e il "+", che indica che la lista può ampliarsi).

Quanto all'identità di genere, ossia il senso interiore del proprio genere: ci sono persone *agender*, che non s'identificano in alcun genere; persone *cisgender*, che hanno identità ed espressione di genere corrispondenti al sesso assegnato alla nascita; *demiboy/demigirl*, che si identificano parzialmente in uno dei due generi; *gender fluid*, le cui identità di genere varia con il tempo e le situazioni; *intersexual*, che hanno organi o caratteristiche sessuali sia maschili sia femminili. Persone *queer*, che non si conformano alle consuetudini su genere e/o sessualità, non dichiarano la propria identità o si stanno interrogando sulla stessa (*q = questioning*). E persone *transgender*, che hanno identità e/o espressione di genere diversa dal sesso biologico e, dal punto di vista dell'orientamento sessuale, possono essere eterosessuali, bisessuali, omosessuali.

Fino a pochissimo tempo fa, inoltre, il disallineamento tra sesso biologico e identità di genere era considerato una malattia: solo dall'ultima edizione della [Classificazione statistica internazionale delle malattie e dei problemi sanitari correlati \(ICD-11\)](#),

entrata in vigore nel 2022, è stata tolta dal capitolo delle malattie mentali e inserita in quello della salute sessuale.

Eppure conserva quel nome così sanitario, *disforia di genere*: se *eu-foria* rimanda al sentirsi bene, quel prefisso *dis-* rimanda a una pena non facile da sopportare.

Per alcune persone, infatti, può bastare modificare la propria *espressione di genere*, ossia tutto ciò che si dice o si fa per indicare agli altri o a sé la propria femminilità, mascolinità o ambivalenza. Altre persone, invece, per ridurre la sofferenza, devono modificare il proprio corpo attraverso trattamenti ormonali e/o chirurgici.

## Breve storia del pensiero binario

Il “non binarismo” è sempre esistito: secondo alcuni studiosi è stata la cultura occidentale a separare i tratti associati alla mascolinità da quelli associati alla femminilità. Famiglia, educazione, media, psicologia popolare, quasi tutto converge sull’idea che uomini e donne sono individui del tutto diversi, con desideri e tratti diversi, e che questo è innato, biologico, inevitabile.

Ma il genere non è innato, è fluido, mutevole, condizionato dalla società. Spiega Pani Farvid, docente di psicologia applicata alla New School di New York e fondatrice del SexTech Lab, nel suo TED dal titolo augurale, [Saying goodbye to binary gender](#):

Nella Grecia antica, il tuo genere era dedotto dalla posizione che assumevi nel sesso. Agli uomini adulti che erano donatori di sesso

veniva assegnato il genere maschile; agli uomini e alle donne che ricevevano il sesso veniva assegnato il genere femminile.

Continua Pani Farvid:

Durante il 1600 gli uomini indossavano colori audaci, motivi intricati, tacchi alti, collant, parrucche, makeup. Nel Rinascimento il corpo femminile ideale era voluttuoso, seno piccolo, fianchi larghi, pancia e cosce grandi. In epoca vittoriana il rosa era visto come colore maschile, e il celeste colore femminile.

Il contesto è estremamente importante nel plasmare non solo il modo in cui comprendiamo il genere, ma anche il modo in cui lo eseguiamo quotidianamente.

## **Il genere non è nei genitali**

Dal punto di vista biologico, del resto, donne e uomini sono molto più simili che diversi. Anzi, quasi identici: delle 23 coppie di cromosomi che abbiamo come esseri viventi, ce n'è una sola che ci differenzia come femmine o maschi. Anche le neuroscienze per lo più concordano su quanto urlava più di un secolo fa Charlotte Perkins Gilman, icona del movimento femminista americano: «Non esiste un cervello femminile o maschile. Il cervello non è un organo del sesso».

Appurato che non è nel cervello, il genere non è nemmeno nei genitali. Il fatto di avere lo stesso etimo (greco *genos*), che rimanda al produrre, al generare, non ne fa una cosa sola. Lo diceva già nel 1949 Simone de Beauvoir, con la frase «Donna non si nasce, si diventa» che riassume la sua opera più nota, *Il secondo sesso*.

## Oltre il genere: superare il binarismo linguistico

*Ma tu in quale bagno vai? E il sesso come lo fate? Gli ormoni cambiano il carattere? Ma un trans può tornare indietro?*

Raccontano gli attivisti che son queste le [domande più frequenti](#) rivolte alle persone non binarie, in conversazioni che alternano legittimi desideri di conoscenza a schizzi di curiosità pruriginosa.

Resta la difficoltà di adottare un linguaggio volto a non offendere o discriminare le persone non binarie, e a non farle sentire invisibili (suggerimenti utili: [www.italianoinclusivo.it](http://www.italianoinclusivo.it) e [International guide to gender-inclusive writing](#)). Il linguaggio *gender-specific* infatti può risultare poco inclusivo. Se il genere non è rilevante per il messaggio, possiamo usare termini neutri, rispettosi delle diversità. Anche in inglese, lingua già da sé più attenta a questi aspetti: anziché *ladies and gentlemen*, meglio *everyone*, *colleagues*, *team*; *partner* o *spouse* anziché *husband*, *wife*, *boy/girl-friend*; *parental leave* anziché *maternity/paternity leave*.

Per alcune persone non binarie il genere grammaticale non ha rilevanza, ma proprio perché ciascuno è differente, conviene non dare per scontato il genere al primo sguardo (pare maschio > lui, pare femmina > lei). L'uso del pronome neutro *they/them*, per esempio, rappresenta meglio la fluidità di genere, ma pare poco praticabile nell'italiano, dove neppure [l'asterisco e lo schwa](#) sembrano convincere. E poi, per carità, se non azzechiamo il pronome, che sarà mai: si può anche chiedere: «che forma preferisci?».

Il greco e il latino, del resto, da cui viene l'italiano, avevano il genere neutro, che indicava per lo più oggetti e concetti astratti

(in effetti, dov'è la logica nel considerare gli oggetti maschi o femmine?). L'italiano non ha il neutro. Alcuni studiosi (es. Giuliano Bonfante, *Esiste il neutro in italiano?*, 1961), hanno cercato di farlo esistere, o di riconoscerne dei residui in alcune forme di plurale (le braccia, le uova). Ma esistono buoni motivi per riconsiderare il senso del neutro, che qui proprio nella sua connotazione in negativo (*neuter* è “né l'uno né l'altro”) ci sarebbe così utile, aggirando l'incasellamento in maschile e femminile su desinenze, concordanze e pronomi.

Alcuni sforzi si cominciano a vedere. Nei quotidiani, per esempio: *chi ci legge*, anziché i lettori, *le persone*, *gli esseri viventi*, anziché tutti gli uomini. Anche nelle circolari aziendali, per un messaggio al personale, c'è chi s'impegna per evitare sia il maschile sovraesteso (*cari colleghi*) sia la forma doppia (*care colleghe e cari colleghi*) sia le variabili con punti apostrofi chiocciole barre asterischi schwa o desinenze in u (*care/i colleghe/i, carei, care.i, car@, carə, car\**, *car'*, *car\_*, *caru collegu...*).

Forse un'educazione all'inclusione e alla gentilezza può passare anche da un ripensamento sulla lingua, per superare le polarità di genere e promuovere il rispetto dell'unicità della persona.

# Abilismo

La discriminazione nei confronti delle persone con disabilità si concretizza in strutture, linguaggi, pregiudizi e atteggiamenti non inclusivi. Parole e comportamenti abilisti evidenziano la disabilità anziché la persona. persona viene prima della disabilità.

 [CLICCA QUI PER VEDERE LA DIRETTA](#)

**Abilismo**

*Il mio amico almeno è una bella persona  
... non parla mai di odio e sfortuna  
anzi dice era peggio non essere nato  
non avrei mai potuto vedere la luna*

*Gianni Morandi, [Il mio amico](#)*

**Prima premessa**, una definizione.

Abilismo: «discriminazione e pregiudizio sociale nei confronti delle persone con disabilità.» Così Treccani.

Possiamo aggiungere il presupporre che tutte le persone abbiano un corpo abile.

Elementi consci, dunque (discriminazione, esclusione, violenza volontaria), ed elementi inconsci (presupposizione, sbrigatività, superficialità). Una visione bilaterale che ci accompagnerà nell'analisi di questa parola. Che è abbastanza nuova, e che quindi conveniva scolpire nel pensiero.

**Seconda premessa:** proprio per l'influenza dell'inconscio, è possibile che con tutto l'impegno che ci mettiamo, anche dentro l'accorato appello contro l'abilismo che inizia tra poche righe siano scivolati dei messaggi involontariamente abilisti. Chiedo alla comunità disabile di credere nella buona fede ed, eventualmente, segnalare/correggere i miei errori. Grazie.

Ora cominciamo dalle canzoni, che sembra più leggero.

## Canta che ti passa?

No che non passa: mica è una malattia la disabilità, come vedremo più avanti. E poi, se la musica avesse anche il potere di eliminare le barriere culturali, saremmo a posto.

Può ispirare, però.

Molti artisti ci hanno provato, dando voce alle persone che sono discriminate per le loro disabilità.

C'è la canzone di Morandi sopra citata, del 2003, [Il mio amico](#).

L'anno prima, su invito di Pubblicità Progresso, Lucio Dalla scriveva [Per sempre presente](#):

*Non è vero come dice qualcuno: quello è diventato un po' scemo  
Non capisce più niente / è che il dolore ha il sopravvento*

Toni in bilico tra il patetico e il paternalistico, ok. Meglio che niente.

Ci ha provato con l'ironia Lorenzo Baglioni, in [Canto anch'io no tu no](#), inanellando una serie di problemi – niente treno, niente autobus, niente scale – per dimostrare che la vita in sedia a rotelle è resa ancora più complessa dalle barriere architettoniche presenti nelle nostre città.

Jovanotti con l'autoironia:

*bruttissima questa canzone, lo so, è una delle canzoni più brutte che siano state mai scritte, ma l'ho scritta con il cuore*

dice commentando la sua [Dammi più voce](#), dedicata a Spartaco, un ragazzo con sindrome di Down, scritta per lanciare sui social una raccolta fondi.

Nel 2007 addirittura vince Sanremo [Ti regalerò una rosa](#), struggente lettera che un uomo con problemi psichiatrici scrive all'amata dal buio del manicomio dov'è rinchiuso. Scelta coraggiosa trattare la disabilità psichica, tra le più difficili da riconoscere e accettare nella nostra società.

Cambiando arte, molti film raccontano la disabilità. Per limitarci a una manciata: *Nato il quattro luglio*, di Oliver Stone, tratta le vicende di un eroe del Vietnam dopo la perdita delle gambe e il reinserimento nella società; la stessa sorte del tenente Dan di *Forrest Gump*. Rocambolesche combinazioni di discriminazione e di amicizia in *Quasi amici*, il cinismo romanesco di Verdone in *Perdiamoci di vista*, fino al recentissimo *Corro da te* (2022), dove la bellezza sfacciata di Miriam Leone e Pierfrancesco Favino mette in ombra la vita in sedia a rotelle, ma sparge comunque pensieri utili sull'argomento.

Se poi andiamo alla letteratura, possiamo perderci tra best seller recenti come [La solitudine dei numeri primi](#) e classici come [Rosso Malpelo](#).

Cominciamo ora a scavare dentro la parola “abilismo”.

**PER APPROFONDIRE:** [Le parole sono finestre oppure muri: il linguaggio della disabilità](#)

## Macro abilismo e micro abilismo

Qual è il ruolo del linguaggio nella gestione delle relazioni tra persone con e senza disabilità?

Per dirla con Marshall Rosenberg, psicologo americano fondatore del movimento per la [comunicazione non violenta](#), le parole possono essere finestre oppure muri.

**Il linguaggio è un fattore ambientale**, è collocato in un contesto, e quindi può fungere da barriera o da facilitazione all'inclusione.

Alcune parole possono essere percepite come offensive, lesive della dignità personale, indipendentemente dalla volontà di chi le dice. Uno scrupolo di rispetto può essere d'aiuto per prevenire certe gaffe, o non inciampare in termini orrendi come *handicappato, paraplegico, invalido, ritardato, anormale, mongoloide, cerebroleso...*

Quella desinenza *-ismo*, di per sé, sa di degenerazione, come *sessismo, razzismo ecc.*

È frutto di pregiudizi sociali, spesso inconsci, forse ancora più difficili da rimuovere o correggere. Esprime un pensiero che crea e irrigidisce la dicotomia *abile/non abile*. Definisce le persone solo per la loro disabilità, ne attribuisce a priori certe caratteristiche, imprigionandole in stereotipi.

Rientrano nell'abilismo comportamenti di vario tipo, più o meno evidenti, spesso interiorizzati dalle stesse persone con disabilità. Tra questi: la **spettacolarizzazione**, gli

**atteggiamenti pietistici** o paternalistici (*poverino quell'invalido, quel cieco, quello costretto in carrozzina*); o l'**infantilizzazione**, come il cameriere che al ristorante si rivolge al vicino, chiedendo «per il ragazzo cosa portiamo?».

Nel linguaggio comune, con le metafore **sei sordo? sei cieco? sembri un handicappato**, la disabilità è usata per esprimere una negatività, spesso senza considerarne l'effetto discriminatorio.

Auspiciando che manifestazioni così evidenti siano in diminuzione, possiamo riconoscere anche forme minori di comportamento abilista, più nascoste, insinuate nel quotidiano. Per esempio, scegliere un luogo inaccessibile per un meeting o un evento, o usare una sedia a rotelle di qualcun altro per appoggiarsi, o per appoggiarci sopra degli abiti.

Poi ci sono forme di micro-aggressioni abiliste. Per esempio, fare domande invasive sulla storia medica o sulla vita intima di una persona con disabilità; supporre che la disabilità debba essere ben visibile, altrimenti che disabilità è; chiedere «Quanto sei disabile?» o «Com'è successo?».

Spesso queste micro-aggressioni partono da spunti goliardici, non intenzionalmente offensivi. *È uno psicopatico, oggi sei bipolare, hai finito le medicine?, bisogna che ti trovi uno bravo*: battute da spogliatoio, che però implicano che una disabilità renda una persona inferiore, che sia un problema da risolvere, anziché una parte inevitabile dell'esperienza umana.

**PER APPROFONDIRE:** *Diversity Language*

## La disabilità non è una malattia

Tra gli atteggiamenti abilisti c'è anche il presupporre che la disabilità sia una malattia, una disgrazia, che necessiti di una "riparazione".

A volte non è la disabilità a provocare sofferenza, ma l'impossibilità di fare certe cose quando ci scontriamo con un contesto sfavorevole. Differenza tutt'altro che banale: per un bambino la malattia si trasmette, "se sto vicino a una persona cieca prendo la cecità?".

Evitiamo dunque il linguaggio pietistico, compassionevole, o sensazionalistico, come *costretto sulla carrozzina, relegato, ridotto in carrozzina*; meglio *persona che si sposta in carrozzina*; evitiamo di dire *affetto da disabilità, soffre di...* Queste espressioni pongono la persona con disabilità come una vittima da aiutare. Meglio *persona con disabilità*.

Può essere utile, su questo, vedere com'è stata definita la disabilità dagli organismi internazionali, nello scorrere degli ultimi decenni.

**1970:** l'Organizzazione Mondiale della Sanità pubblica l'*International Classification of Diseases, ICD*. Primo passo verso una precisa identificazione, ma il vizio è già un po' nel nome, *disease*. Approccio medico e causale: la disabilità è espressione di una patologia.

**1980:** l'OMS pubblica l'*International Classification of Impairments, Disabilities and Handicaps, ICDH*, che introduce un significato preciso: *impairment*, menomazione, perdita, anomalia di una funzione fisica o psichica. Disability è quindi, a seguito di un *impairment*, la diminuzione della capacità di

svolgere alcune attività, misurabile rispetto a un certo standard di normalità. Dunque: se ho una menomazione ho una disabilità e un handicap nella società. Al di là delle aberrazioni insite nei concetti di *normalità*, *anormalità*, di *standard di normalità*, è ancora un approccio tutto legato alla persona, rigido e bloccante nella sua concatenazione logica.

**2001:** arriva una rivoluzione con l'*International Classification of Functioning, Disability and Health, ICFDH*. Centro sul *functioning*,

il funzionamento. L'OMS attesta che le due classificazioni precedenti non descrivono la realtà delle persone, sia per l'approccio medico sia per il determinismo che ne deriva. Scompare il concetto di handicap, e arrivano il concetto di funzionamento e il ruolo dell'ambiente.

## **Il ruolo dell'ambiente**

Dunque la disabilità si delinea in modo nuovo: non è una condizione immutabile, ma la conseguenza di una complessa relazione tra la salute di una persona e i fattori personali e ambientali, le circostanze in cui vive. Ambienti differenti possono avere un impatto diverso sullo stesso individuo con una certa condizione di salute: se l'ambiente è una barriera, la disabilità è messa in evidenza; se invece l'ambiente è un facilitatore, può uscirne il funzionamento.

Negli ultimi anni diverse aziende che producono oggetti di uso comune hanno inserito questo concetto nelle loro dichiarazioni valoriali: l'accessibilità è un diritto umano fondamentale, e quindi è quel prodotto che deve adattarsi a chi lo usa, non il contrario. Lo stesso dovrebbe valere per l'ambiente.

Per esempio, se una persona è cieca – mal funzionamento degli occhi – inevitabilmente risentirà di un handicap. Secondo l'ICFDH, la cecità genera una disabilità nel momento in cui l'ambiente erige delle barriere e fa esprimere la disabilità visiva. Se invece esistono dei facilitatori, si esprime il funzionamento. Pensiamo, negli ambienti di lavoro, ai tasti braille sugli ascensori, o ai software accessibili dagli screen reader: la persona cieca può esprimersi come la persona vedente.

S'inquadra così un'esperienza che tutte le persone, nel corso della vita, possono sperimentare: in base al cambiamento delle proprie condizioni di salute, e in base a come l'ambiente può essere una barriera o un facilitatore. Non si parla più di una condizione che colpisce una minoranza di persone, ma di qualcosa che può riguardare gran parte dell'umanità. E non è quello svantaggio ineluttabile che la persona deve sopportare (*portatore di handicap*), ma un quadro di problemi su cui tutti potremmo avere un grande ventaglio di soluzioni.

**PER APPROFONDIRE:** [\*Disabilità: parliamone. Ma come?\*](#)

## **La persona innanzitutto: lasciamo la disabilità nell'aggettivo**

Un errore nel quale s'incorre spesso è evidenziare la disabilità anziché la persona. L'aggettivo "disabile" e tutti gli altri termini che indicano il tipo di disabilità (*paraplegico, tetraplegico, cieco, sordo, amputato* ecc.) non vanno usati come sostantivi, altrimenti si confonde una parte con il tutto, si schiaccia la persona sotto la disabilità, la si riduce a una sola delle sue caratteristiche.

«Io sono più della mia cecità», dichiara ad alta voce Cecilia Fort, *Disability Champion* di Generali Italia, appassionata divulgatrice della cultura della disabilità. «La prima cosa da tener presente quando si parla di disabilità, e quando si parla con persone con disabilità, è usare un linguaggio rispettoso che si focalizzi sulla persona, anziché sulla sua specifica disabilità, che deve rimanere in secondo piano, come uno dei suoi tanti attributi. Quando devo descrivere me stessa, dico che sono una donna bionda, una lavoratrice qualificata e una persona cieca. Ecco perché dico che sono più della mia cecità: la mia cecità si affianca alle tante altre caratteristiche che mi completano.»

Attenzione ai sostantivi, dunque: sono le parole che più definiscono la sostanza (*sub-stanzia*, ciò che sta sotto) delle nostre idee (che poi, se guardiamo davvero la sostanza, più che *abili o disabili*, a dirla tutta, siamo tutti *limitatamente o temporaneamente abili*; i miei dolori alle anche, da logorìo sportivo, sono sempre lì a ricordarmelo).

Funziona così: se comincio a chiamare una cosa, una persona, un comportamento, con un nome differente, dopo un po' quella cosa, quella persona, quel comportamento cambiano significato e valore. Per me e per chi mi ascolta. Sono processi chiamati dai linguisti *nominalizzazioni, categorizzazioni, stigmatizzazioni*. E che diventano, in un attimo, pregiudizi inconsci, che si trasmettono nelle famiglie, nei gruppi organizzati, modi di essere e di concepire l'essere degli altri.

Sappiamo bene che chi fa una stupidata non è per forza uno stupido, chi dice una bugia non è in automatico un bugiardo.

L'esperienza nell'educazione dei figli, o nelle gestione delle relazioni professionali, c'insegnano a correggere i comportamenti scorretti, non a colpire le persone. Com'è allora che continuiamo a dire *i ciechi, i sordi, gli zoppi, i disabili...*, come nel linguaggio medico *i tossici, i depressi, i cronici*? Diverso se metto un certo significato in un aggettivo, o in una descrizione, collegato a persona: *persona cieca, persona sorda* ecc.: il tono diventa più rispettoso.

Altre espressioni, invece, van proprio evitate. Un giorno in un bar ho sentito questa: «L'hanno assunto perché è disabile». Risposta di una commensale (l'avrei applaudita): «Ah, se mi procuro una disabilità assumono anche me?».

## Politically correct?



La vignetta di Vauro qui riprodotta è nel portale Treccani Lingua Italiana, alla voce [Politically correct](#).

Dire “diversamente abile” o “con abilità diverse” lascia intendere che qualcuno sia comunque diverso dagli altri; in pratica, inferiore.

Nè ci salviamo con la negazione: *non vedente o non udente* invece di *cieco o sordo* non migliorano la condizione di chi vive una disabilità. In entrambi i casi si sottintende una premura dal sapore pietistico e compassionevole, poco utile se vogliamo trattare una persona con disabilità al pari degli altri.

Da evitare anche le inutili inibizioni: dire a una persona cieca «ci vediamo dopo», o «hai visto?», o a una persona che si muove in sedia a rotelle «fai un salto qui» o «dai muoviti», può essere accettato (anzi, spesso le persone con una disabilità sensoriale tendono a sviluppare nel linguaggio proprio quello specifico riferimento sensoriale). Evitiamo di irrigidire il discorso se è presente una persona con disabilità: esclude, non include!

## Oltre le parole: il linguaggio dei comportamenti

Dopo aver scavato dentro la parola “abilissimo”, proviamo a fare un po’ di luce anche fuori. Il linguaggio è infatti anche quello dei comportamenti. Alcuni consigli pratici.

- **con una persona cieca o ipovedente.** Sempre utile identificarsi: «Sono Tizio, alla mia destra c’è Caio». Molto importante anche fare una descrizione verbale dell’ambiente in cui ci si trova e di ciò che accade intorno. Non potendo usare le espressioni del volto o i gesti, bisogna farsi capire solo con le parole e con le sfumature paraverbali (volume, velocità, pause, intonazioni...). E attenti al cane: non accarezzare, toccare, richiamare o offrire del cibo a un cane guida mentre indossa la pettorina: sta usando tutte le proprie risorse per concentrarsi.

- **con una persona sorda.** Prima di parlare, attirare la sua attenzione con un contatto visivo o con un tocco leggero sulla spalla, accertandosi di non essere in ombra. Lasciare la bocca ben visibile, e articolare chiaramente le parole, senza urlare (che altera i movimenti delle labbra). Concentrarsi sulla sostanza del discorso e non cambiare argomento improvvisamente: anche i più veloci interpretano non più del 40% del discorso leggendo le labbra, il resto lo indovinano o lo ricostruiscono dal contesto.

Fin qui, qualche scrupolo per la coscienza.

Poi, speriamo che anche l'inconscio sia stato a sentire.

# Età

**I pregiudizi sull'età ci colpiscono da sempre:  
una soluzione è la contaminazione positiva di  
competenze, linguaggi e abilità tra generazioni per  
attivare una sorta di *mutual mentoring*.**

CLICCA QUI PER VEDERE  
LA DIRETTA

## Età

*It's not time to make a change  
Just relax, take it easy  
You're still young, that's your fault  
There's so much you have to know*

*Cat Stevens, Father and Son*

«Posso chiederti quanti anni hai?»

«Non si chiede l'età a una signora»

Capita ancora di assistere a scenette come questa o, a volte, di esserne parte.

Come se l'età fosse solo un numero, come se dichiarare l'età, a qualunque età, fosse sconveniente. E non vale solo per le donne, il concetto di età è democratico e riguarda tutte le persone. Ci confrontiamo ogni giorno con il concetto di età: la data di nascita, le aspettative che abbiamo rispetto a persone che appartengono a una specifica generazione, gli appellativi *junior* o *senior*, i segni del tempo sul viso e sul corpo, la percezione del nostro presente e del nostro futuro.

In base agli stadi dello sviluppo (infanzia, adolescenza, giovinezza, età adulta e vecchiaia), tendiamo a categorizzare – inconsapevolmente e con la spinta della narrazione pubblicitaria e del marketing – le persone ai poli di questa linea del tempo, *giovani* o *anziane*. La giovinezza e la vecchiaia però sono *stereotipi*, categorizzazioni consolidate e arbitrarie.

Quando una persona può definirsi vecchia? Quando invece è giovane? Rispetto al passato, tra l'altro, le classiche tappe (scuola, università, lavoro, famiglia, pensione) sono molto cambiate, cambieranno ancora, e con loro cambiano anche le nostre categorizzazioni.

Classificare le persone giovani o anziane spesso porta con sé il peso del pregiudizio e non mette in conto che c'è uno scollamento tra la realtà oggettiva, cioè l'età anagrafica, il numero, e la realtà soggettiva, come ci sentiamo noi stessi e come ci percepiscono le altre persone.

## Tra piscelli e vecchi rimbambiti

Il termine *ageism* (da *age*: età) nasce nel 1969 da un'idea dello psichiatra e geriatra americano Robert Neil Butler, per assonanza con parole come *razzismo* e *sessismo*.

Partiamo dalla definizione in inglese. Apro un paio di dizionari.

1. *Discrimination or prejudice against persons on the basis of their age*

E fin qui, mi trovo. Ma poi?

2. *Unfair treatment of people because they are considered too old.*

Come? Solo il "too old"? non anche viceversa?

Proviamo con l'italiano, anche se la parola *ageismo* non è ancora di uso comune. Sorpresa: o non trovo nulla, o trovo "discriminazioni basate sull'età", o direttamente "discriminazione degli anziani".

Anche qui: come se la discriminazione potesse essere a senso unico, dai giovani verso gli anziani. È davvero scomparso il *nonnismo*, quella forma di *bullismo* che consente ai più anziani di schernire, offendere, sottomettere i più giovani? E non solo dalle caserme: intendo nelle scuole, negli uffici privati e pubblici, negli ospedali. Frasi come «fotocopiami questo fascicolo, così ti fai le ossa», o «dategliela a quello nuovo 'sta mappazza», o «se la fa il pischello la guardia 'sto weekend», sono scomparse dal frasario degli ambienti di lavoro?

Il Treccani poi mi stabilizza: *Forma di pregiudizio e svalorizzazione ai danni di un individuo, in ragione della sua età; in particolare, verso le persone anziane.*

## Un pregiudizio democratico

I pregiudizi sull'età sono consolidati da secoli, forse ben più radicati nella parte conscia del nostro agire. Pensiamo alla letteratura classica, al teatro, al cinema, dove l'eroe in genere è un giovane ardimentoso, e l'anziano è saggio, sì, ma spesso anche malandato e magari pure un po' rintonato. Pensiamo al messaggio di certe canzoni. Da *Father and son*, di Cat Stevens, dove un padre sbraita perché il figlio la pianta di scalpitare per cambiare il mondo e si trovi una brava ragazza, e il figlio gli rimprovera di non capire un accidente.

A *Teach your children*, di Crosby Stills and Nash, che suggerisce ai genitori

*Insegna bene ai tuoi figli  
l'inferno dei loro padri è svanito,*

*nutrili dei tuoi sogni*

Ma nel contempo suggerisce ai figli

*E tu, di tenera età,  
non puoi sapere delle paure in cui sono cresciuti i tuoi genitori,  
aiutali con la tua giovinezza,  
insegna bene ai tuoi genitori*

O anche a *Un vecchio e un bambino*, di Guccini, dove fin dalla prima strofa i due *si preser per mano, e andarono insieme incontro alla sera.*

Oppure *A modo tuo*, di Elisa, che dedica alla figlia questi versi

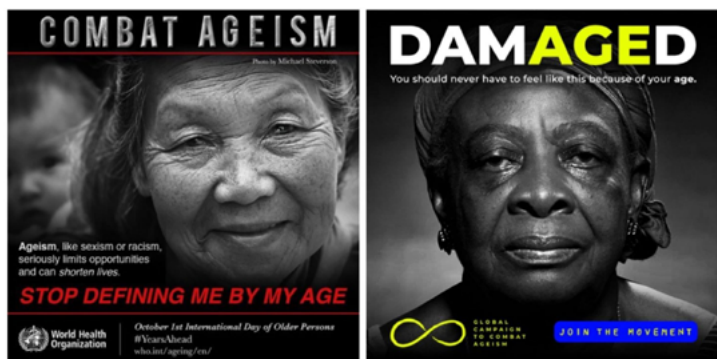
*Sarà difficile diventar grande  
Prima che lo diventi anche tu*

Tutte le persone giovani – auguriamolo loro, almeno – un giorno saranno vecchie. E tutte le persone vecchie sono state giovani. Sono le due esperienze che più facilmente convivono nella vita di chiunque. È vero, le une in genere non pensano le altre come semplicemente un tempo diverso di se stesse, ma il loro inconscio è intimamente più connesso. Questo certo non significa che la contrapposizione tra le due età estreme non possa essere pericolosa. Tutt'altro. Forse però significa, rispetto ad altre forme di pregiudizio o di discriminazione, che qui può essere più agevole una soluzione d'inclusività, basata sulla reciprocità, sull'intuizione del vantaggio possibile dallo scambio di punti di vista.

## L'età come il numero di scarpe

Come tutte le forme di discriminazione, anche l'ageismo è definito da un gruppo di maggioranza e usato come metro di giudizio per tutto ciò che è esterno a quel gruppo.

L'Organizzazione mondiale della sanità (OMS), inoltre, denuncia che nel mondo 1 persona su 2 è ageista, ossia discrimina le persone anziane. Le persone più in età sono associate a fragilità e malattia, e possono essere felici e in salute solo se si mantengono giovani. In una potente campagna, l'OMS urla «Stop defining by my age», e spiega che l'ageismo può limitare seriamente le opportunità e accorciare la vita. In un'altra campagna la parola AGE è incorporata dentro parole terribili come damAGED, disparAGED, disadvantAGED, discourAGED, ravAGED.



Il problema è serio.

Voglio solo notare che, forse, più che in una contrapposizione ideologica, l'ageismo si colloca in una dialettica naturale.

Allenarsi a comunicare correttamente il processo dell'invecchiamento può aiutare le persone anziane ad affrontare l'età e quelle giovani a promuovere comportamenti positivi e inclusivi in tutti gli aspetti della vita, dai luoghi di lavoro a quelli di svago, dalla politica ai media, ai social media (qualcuno parla addirittura di [positive ageism](#)).

[Alexa Pantanella](#), esperta di linguaggi inclusivi e fondatrice di D&I Speaking, suggerisce: «E se facessimo dell'età uno di quei numeri che ci accompagnano, tipo il numero delle scarpe che portiamo? Chi ha interesse a conoscere quanto portiamo di piede? E che valore ha questo numero nel definire se stiamo vivendo più o meno bene una fase della vita?»

## Prima o poi ci tocca

Di essere persone giovani? Di essere persone anziane?

*I ragazzi di oggi una volta eravamo noi  
Eravamo noi quelli sbagliati, maleducati  
Seduti al banco, sì, ma degli imputati  
E adesso siamo noi  
Che facciamo i nostalgici, patetici  
Cercando un mondo che non c'è più  
Che non c'è neanche mai stato, ce lo siamo inventato, dai  
Lo abbiamo visto solo alla TV  
Che lo diceva tua madre, lo diceva tuo padre  
E adesso invece, lo dici tu  
Che 'sti ragazzi di oggi, 'sti ragazzi di oggi, 'sti ragazzi di oggi  
Non li capisci più*

[Ok, Boomer](#), dei Zen Circus con Brunori Sas.

(Data di uscita: 13 maggio 2022. Ecco. Giusto perché mi pareva di sentire qualche commento sulle precedenti citazioni musicali da boomer).

*Una volta eravamo noi e adesso invece, lo dici tu.*

L'ageismo è la discriminazione in cui può capitare d'immedesimarci tutte e tutti, prima o poi.

Prima o poi ci tocca essere tra le persone più giovani, quelle *cresciute nella bambagia*, che *non han voglia di lavorare*, che *non apprezzano ciò che hanno*, immature e prive dell'esperienza utile per vivere la vita e la professione. I *bamboccioni*.

E prima o poi ci tocca essere persone anziane, ritenute lente, meno motivate ed entusiaste, ferme nelle loro idee e poco inclini ai cambiamenti.

Per questo, dicevo poco sopra, la diversità in questo ambito può già contenere in sé la chiave dell'inclusione. Frasi come «Quando avrai la mia età», o «Sei troppo giovane per capire», da un lato, e dall'altro come «Come sei boomer!», o «È troppo vecchio per quell'incarico», possono essere più facilmente conciliabili grazie al linguaggio, e anche più capaci di produrre nuovo valore.

Prendiamo la frase appena citata: «È troppo vecchio per quell'incarico». Si può gestire con una domanda (attenzione al tono, che non suoni polemico!), per generare un dubbio e sciogliere la rigidità: «Intendi vecchio in senso anagrafico o per il valore della sua esperienza?». O, all'opposto: «La nuova

ragazza del terzo piano è un'incapace». Ristrutturazione possibile: «È nuova, appunto. Per essere alla prima esperienza, ha avuto un buon inizio.» Se con il linguaggio evitiamo di sclerotizzare le differenze, e troviamo il punto di snodo tra una posizione e l'altra, questa diventa un elemento di contatto, anziché di divisione.

Un buon esempio, in questo senso, è il [Protocollo boomer](#), la spassosa idea del gruppo comico *The Jackal*, che spiega l'apparente difficoltà dei genitori nell'utilizzare la tecnologia e i media digitali come un pretesto per ottenere attenzione da parte dai figli. Sorridendo, è individuata una chiave positiva.

## L'acqua calda: il mutual mentoring

Il problema delle differenze generazionali, dunque, può trovare in se stesso la soluzione. È quello che oggi viene chiamato *reverse mentoring*, o meglio *mutual mentoring*.

Mentore è il personaggio della mitologia greca cui Ulisse affida il figlio Telemaco prima di partire per la guerra di Troia. Simbolo di fiducia totale. Nelle imprese, il mentore non ci evita di compiere errori, non ci risolve i problemi né ci indica come comportarci. Al contrario, grazie alla sua esperienza, ci aiuta a risolvere le cose da noi stessi, senza dire «io farei così», o «in casi come questo io ho fatto così», ma solo dicendo «ok, osserviamo questa situazione», o al massimo «cosa pensi di questo?». In pratica, il mentore usa la propria saggezza per aiutare qualcun altro a sviluppare la sua. Questo, a ben vedere, può funzionare in entrambe le direzioni del confronto generazionale. Il *mutual mentoring* è un patto, è la scintilla di

uno scambio di valori e competenze, di una relazione non gerarchica, basata sulla reciprocità e sul desiderio d'imparare, l'una parte dall'altra. Vero, sembra l'acqua calda. Ma c'è di più. Nello stereotipo, l'età buona per commettere errori è la giovinezza. Quando sono maturo, il mondo si aspetta che io non commetta più errori, o almeno i soliti errori. A meno che sia molto vecchio, e allora torna l'immagine del vecchio rimbambito.

Invece ogni età ha i propri errori. E che *errore* abbia lo stesso etimo di *errare* è solo un motivo in più per accogliere il concetto con benevolenza. Tutti commettiamo errori, a ogni età. E a tutte le età l'errore è fonte di conoscenza. Sterminata la letteratura sull'argomento: da Cicerone, che nelle Filippiche spiega: «l'errare è di tutti; il perseverare è dell'ignorante»; a Bertolt Brecht: «Intelligenza non è non commettere errori, ma scoprire subito il modo di trarne profitto», fino al bel libro di John Maxwell [Sometimes you win, sometimes you learn](#), che dimostra che i grandi apprendimenti della vita si traggono proprio dalle sconfitte. A tutte le età. Essere vicini a un'altra persona, per sostenerla nell'affrontare prove difficili, nel gestire i propri errori, è proprio il senso del *mentoring*, pratica sempre più diffusa nella cultura manageriale contemporanea.

Per carità! Nessun scimmiettarsi. Patetico se io attacco a parlare come i miei studenti (anche se familiarizzare con il “[giodizio](#)”, il gergo giovanile, è una scoperta molto istruttiva per ogni persona matura).

Come pure suonano strane le [frasi dei vecchi in bocca ai giovani](#). Molto più agevole è condividere il linguaggio di certe attività “cross”, che possono appassionare generazioni diverse:

musica, fotografia, sport, pesca, bicicletta.

Ne sa qualcosa Luciana De Laurentiis, che ha raccontato in un TED i vantaggi delle *matching skills*, ossia la condivisione di abilità per la contaminazione positiva. Tutt'altro che facile. Ma quando c'è rispetto, c'è reciprocità.

E basta uno sguardo anche dentro la parola *reciprocità*: *Recus* =indietro, *procus* =avanti. Reciproco: ciò che va e torna. Perché è vero che ogni scambio inizia con un atto di fede – la fiducia, l'amore, il chiedere scusa, il disarmo – ma è quando poi diventa reciproco che qualcosa di prezioso si accende.

# Violenza

L'esercizio del potere da parte di alcune persone che cercano di preservare la propria autorità/identità a danno di altre. Il concetto si intreccia con quello di genere e ha effetti sulla lingua e sulla realtà.

# Violenza

CLICCA QUI PER VEDERE  
LA DIRETTA

Quando ho bisogno d'ispirazione su una parola, apro il dizionario. Spesso al piacere della scoperta aggiunge il gusto dell'inversione, da mezzo a fine: da strumento di consultazione occasionale, può diventare invito all'apertura mentale.

## **violenza**

*dal latino vis, forza*

- l'essere violento; tendenza a usare la forza fisica per imporre ad altri la propria volontà
- carattere violento di un'espressione, una parola, un gesto
- intensità con cui si manifesta un fenomeno naturale o atmosferico: un incendio, una piena, un sisma
- coercizione aggressiva, esercitata su qualcuno con mezzi fisici, influenzando sulla psiche o la volontà.

Concetto quasi senza confini. Conviene delimitarlo, altrimenti ci si perde.

Non è violento il *catcalling*, quel campionario di complimenti non richiesti, commenti volgari indirizzati al corpo, strombazzate dall'auto, domande invadenti e altre forme di molestie sessiste?

E che sarà mai? Dai che fa piacere pure a te.

Sì, come no. Piacere immenso da uno sguardo penetrante, un commento o un fischio per strada.

E non è violento anche chiamare insistentemente “boomer” le persone in età? (e qui parlo con diretta cognizione di causa) O chiedere a una donna, durante un colloquio, se desidera avere figli? O, al ristorante, ignorare una persona con disabilità, e chiedere a chi l’accompagna «Per lei/lui cosa ordiniamo?».

Potremmo continuare. Stringendo il campo, il concetto generale di *violenza* è l’esercizio del potere da parte di alcune persone che cercano di preservare la propria autorità/identità, a danno degli altri. Come suggerisce l’attivista americana Bell Hooks, nel suo appassionato *[Feminism is for everybody](#)*, la nostra società sembra accettare l’idea che sia normale esercitare potere su chi non ne ha. Quindi, se prevale la logica della dominazione, la violenza è un modo di comunicare e strutturare la relazione. Concetti che Hooks doveva avere ben presente, essendo nata e cresciuta nel Kentucky segregazionista degli anni Cinquanta, e avendo sperimentato la violenza nelle varie sfumature di razza, classe e genere.

## **Giochi di parole, giochi di forza**

Avete voluto la parità? Se ragazza fosse stata a casa, se l’avessero tenuta a freno, se si fosse vestita in modo decente, non sarebbe successo niente.

Nel [1978 a Latina](#) quattro uomini stuprano una ragazza diciottenne e vengono chiamati in tribunale. Ironia della sorte, sotto processo finisce la ragazza. Oltre al danno, infierisce la violenza del pensiero comune, con una pressione distruttiva su chi è già vulnerabile.

Un anno dopo, un collettivo di sei registe femministe dirige per la Rai il documentario [Processo per stupro](#), che racconta ciò che avvenne in quell'aula giudiziaria e che tanto sconvolse l'opinione pubblica. Una fotografia della visione culturale italiana e di come viene affrontata la violenza di genere nelle aule giudiziarie. Un documento sulla doppia violenza esercitata nei confronti della giovane donna, prima dagli imputati e poi dagli avvocati, dalle famiglie. Per la prima volta la tv mostra l'evidenza: l'avvocata della ragazza, Tina Lagostena Bassi, denuncia la concezione che vede la donna come oggetto e che da vittima la trasforma in imputata.

Era il 1978: quanto e come è cambiata la situazione?

## **Genere e violenza**

La [violenza di genere](#) è un'espressione introdotta a Pechino nel 1995 dalla *IV Conferenza delle Nazioni Unite sulle Donne*, e ripresa in occasione della *Convezione di Istanbul* (2011) con l'obiettivo di eliminare e prevenire ogni forma di violenza contro le donne. Violenza fisica, psicologica, economica, istituzionale contro la donna che non rispetta il ruolo sociale impostole.

La violenza di genere è dunque solo violenza contro le donne?

Quando ne sentiamo/leggiamo nei notiziari, ci facciamo subito un'idea di chi ha subito e di chi ha aggredito. E anche se quest'ultima non compare subito, è facile vedere la sagoma di un uomo.

*Uomini-autori/donne-vittime*: questo è il significato cristallizzato nella nostra mente.

Certo, i numeri parlano chiaro: i reati a sfondo sessuale e la condotte persecutorie (*stalking*) registrano un numero più consistente di aggressori maschi e vittime femmine. Forse però il legame tra genere e violenza è più sfaccettato.

Se per genere intendiamo le identità maschile, femminile e non-binaria, nell'espressione *violenza di genere* dovremmo includere anche la violenza subita dalle persone trans, queer e omosessuali, oltre che la violenza esercitata dalle donne stesse sugli uomini o su altre donne, sempre originata da questioni legate al sesso o al genere, appunto.

## **La lingua genera la realtà o viceversa? Il caso della parola “femminicidio”**

Le Parti incoraggiano il settore privato, il settore delle tecnologie dell'informazione e della comunicazione e i mass media, nel rispetto della loro indipendenza e libertà di espressione, a partecipare all'elaborazione e all'attuazione di politiche e alla definizione di linee guida e di norme di autoregolazione per prevenire la violenza contro le donne e rafforzare il rispetto della loro dignità.

Dice così anche l'articolo 17 della citata convenzione di Istanbul: i mass media hanno la responsabilità e il dovere di prevenire la violenza.

Da molti anni ci s'interroga sugli effetti della violenza

nei/dei media sul pubblico, e da qualche anno il dibattito si è riaperto in considerazione della complessità aggiunta da media digitali, che ospitano la violenza in varie forme.

Una conclusione emerge chiara: i media e l'industria culturale hanno un ruolo centrale nel contribuire a creare linguaggi e pratiche attraverso cui i concetti di genere e violenza s'intrecciano. Sono le cornici entro cui si crea la conoscenza sociale e si plasma la percezione della realtà.

Prendiamo ad esempio la parola *femminicidio*. Nel 2006 il termine compariva in soli tre articoli su tutta la stampa italiana, nel 2011 in 51, nel 2012 in ben 751. Nel 2013, l'anno della legge sul femminicidio e del riconoscimento del termine da parte dell'Accademia della Crusca, la parola era su 4.986 articoli di cronaca e non. (*fonte: [Rivistweb – la piattaforma italiana per le scienze umane e sociali](#)*)

Come lo definisce l'antropologa Marcela Lagarde, il femminicidio è «la forma estrema di violenza di genere contro le donne, prodotto della violazione dei suoi diritti umani in ambito pubblico e privato, attraverso varie condotte misogine (...) che comportano l'impunità (...) tanto a livello sociale quanto dallo Stato e che, ponendo la donna in una posizione indifesa e di rischio, possono culminare con l'uccisione o il tentativo di uccisione della donna stessa».

Il linguaggio influisce sul modo in cui pensiamo e agiamo. Dal momento in cui il termine *femminicidio* è diventato di uso comune sui media, ha portato con sé precise rappresentazioni cariche di pregiudizi e di strumentalizzazioni di vittime e carnefici.



## I commenti seguono la narrazione

- *se forse ci si impegnava a stare insieme come una volta*
- *lui si sentiva trascurato*
- *portava il pane a casa, la donna oggi pretende troppo da questi uomini*
- *evidentemente la donna non aveva capito il profondo sconvolgimento che la sua decisione di privarlo della famiglia aveva prodotto nel marito*

Sono alcuni commenti presi dal web e riportati in una [lezione di Giulia Siviero](#) per *ilPost*.

Le narrazioni di violenza sconvolgono l'opinione pubblica, che si fa un'idea in base a ciò che viene mostrato e alle parole usate dai media per raccontare gli episodi, spesso proponendo una lettura semplificata degli eventi, che si riduce a poche e ripetute espressioni.

Per esempio, quando la violenza è associata all'amore:

Amore passionale, delitto passionale, amore malato, amore criminale. Lui l'amava troppo. Lei si è disteso accanto in un estremo gesto d'amore malato. Dieci anni felici poi la tragedia, sembrava un amore perfetto, uniti nella morte per sempre.

3 settembre 2017. Specchia, provincia di Lecce. Noemi Durini, 16 anni, scompare dopo essere uscita di casa alle prime ore del mattino. L'ultima persona ad averla vista è un diciassettenne con cui aveva una relazione da circa un anno. La sera del 13 settembre il ragazzo confessa ai carabinieri di averla uccisa.

E il titolo è bell'e pronto:

La ragazzina ribelle e un amore malato  
*Il Giornale*, 14/09/2017

Oppure, quando il comportamento di chi aggredisce è conseguenza di quello della vittima:

Accecato dalla gelosia, lei lo aveva tradito, lei lo aveva lasciato, aveva perso da poco il lavoro, soffocato dai debiti, non sopportava l'idea di perderla, è disperato, in lacrime durante l'interrogatorio, si era sentito abbandonato

Ancora un paio di titoli sul caso di Specchia in cui il ragazzo viene descritto come una persona fragile, con le sue insicurezze adolescenziali:

La confessione del ragazzo: «L'ho uccisa perché voleva lasciarmi»  
*Quotidiano di Puglia*, 13/09/2017

Quando poi il movente è associato a una patologia, il vocabolario esplode: *follia, raptus, delirio, perdita di controllo, ha perso la testa dopo una lite.*

Cuneo: la confessione del militare che ha ucciso la fidanzata:  
“Abbiamo litigato, ho perso la testa”  
*Repubblica*, 23/05/2020

## Altri tipi di “vis”

Nel dizionario si trovano tanti altri significati di “vis”, ossia violenza-forza. C'è la forza cattiva e quella buona, quella distruttiva e quella costruttiva.

Per esempio, c'è la violenza della minaccia, dell'esagerazione. E non solo nei conflitti, o nei contesti di prearicazione. Persino in ambito sanitario: «Signora, glielo dico chiaro e tondo. Se non smette di fumare si chiuderanno tutte le vene e dovremo amputarle una gamba, e poi magari anche l'altra». Non sto inventando. Sono parole dette dal chirurgo vascolare a mia madre, da sempre accanita fumatrice. Ho provato anch'io a seguire quella strategia. Smussando le punte, ma il senso era quello: parlavo di «conseguenze tremende», «disagi gravissimi», «vita impossibile». Con lei ho toccato addirittura la corda dell'autonomia, dipingendo le tinte più fosche sull'immagine della sedia a rotelle. Effetto: zero. Del resto, frasi come «Il fumo uccide», «danneggia gravemente la salute», «chiude le arterie»..., stampate da anni sui pacchetti, non hanno minimamente ridotto il tabagismo. Anzi, hanno generato familiarità, e un'omeopatica sdrammatizzazione. Addirittura il comico! Circola questa barzelletta: un tipo entra in tabaccheria e ordina un pacchetto; uscendo, nota la scritta: «Il fumo rende impotenti». Si blocca. Torna. «Scusi, mi dà il fumo uccide?»

C'è poi la forza della tenacia, del costante farsi carico del quotidiano, a sopportare pressioni, difficoltà emotive, impatto sociale o economico (la maggior parte delle persone vittime di violenza perdono il lavoro).

Ancora, c'è la forza della disperazione. O, oseremmo dire, della "ri-sperazione". La capacità di trovare un nuovo scopo in cui sperare, dopo il fallimento di una speranza.

## Sinonimi

Per concludere, torniamo al dizionario.

Anche sorvolando sul fatto che l'etimo *vis*, forza, è lo stesso di *virtus*, e anche di *vir*, ossia l'uomo per bene, coraggioso, valoroso, l'eroe, altri spunti interessanti vengono dai sinonimi di *violenza*: *furia, impeto, prepotenza, virulenza; aggressività, ferocia, irruenza; litigiosità, rissosità, crudeltà; sopruso, maltrattamento, angheria, oltraggio; teppismo, vandalismo.*

Altri, persino dai verbi collegati: *violare, oltraggiare, contaminare; devastare, guastare, profanare; infrangere, trasgredire, tradire; danneggiare, insozzare, tingere.*

Tingere? che c'entra tingere?

Beh, è la magia delle parole: *viola*, accento sulla *i*, è l'azione violenta.

Sposti l'accento sulla *o*, e parte il suono caldo, profondo, avvolgente di uno strumento musicale.

E parte il colore, e il profumo, di un piccolo bellissimo fiore.

# Cura

**Anche le parole hanno bisogno di cura, perché hanno una grande responsabilità nel trasferire e generare pensieri, significati, esperienze ed emozioni tra le persone.**



*Ti proteggerò... dalle ingiustizie e dagli inganni del tuo tempo  
... ti solleviero dai dolori e dai tuoi sbalzi d'umore  
e guarirai da tutte le malattie, perché sei un essere speciale  
ed io, avrò cura di te*

*Franco Battiato, [La cura](#)*

Beh, l'ouverture musicale era d'obbligo.

Si potevano scegliere anche altri spunti: [La cura del tempo](#), per esempio, dei Negramaro, o [Abbi cura di me](#) di Simone Cristicchi, o la speculare [Abbi cura di te](#) di Levante. O un pezzo a caso dei [The Cure](#) (magari non proprio *Lullaby*, in cui Robert Smith racconta delle ninne nanne che suo padre gli cantava, tutte con finale terrificante, cose del tipo «dormi adesso, bel bambino, o non ti sveglierai mai più»).

Si poteva partire alla grande con [They Don't Care About Us](#), dove Michael Jackson - sempre impegnato sul piano sociale, fin dal progetto *We Are The World* sulla fame in Africa (1985) - vuol far sentire al pubblico la voce di una comunità che non ha nome. Persone vittime di violenze, soprusi e maltrattamenti da parte di autorità senza volto. Potente inno contro il razzismo, dove il re del pop sfodera la sua voce più rigida, con le urla di bambini che alternano protesta e supplica, e un testo brutale, scandito dal grido martellante

*All I wanna say is that they don't really care about us*

Calcano la mano due super-videoclip, entrambi diretti da

Spike Lee, uno ambientato in un carcere, con esplicite scene di violenza, l'altro in una degradata favela brasiliana.

Ma la scelta è andata su Battiato. Anche solo per affetto. E anche perché in quella canzone è già espressa tutta l'ambivalenza della parola "cura".

## Ambivalenza già nel nome

L'ambivalenza (o l'[ambiguità](#), come abbiamo già ragionato qui in un altro articolo), è una parola spesso associata a concetti negativi, ma che può avere un valore costruttivo.

E allora prendiamola in mano, questa parola, "cura". Anzi, prendiamola nelle due mani: due sillabe, di due lettere ciascuna. Sta già lì il senso della duplicità, del doppio, forse anche del dubbio. Dal latino *cura*, certo. Alcuni etimologisti creativi ci vedono *cor*, il cuore, e addirittura la formula *quia cor urat* = perché *scalda/consuma il cuore*; altri la radice sanscrita KU, o KAU, > osservare, stare in guardia (*cautus*). Siamo quindi sulla sollecitudine, la vigilanza diligente e assidua, l'assistenza premurosa. E già vi si colgono i due impulsi presenti nella parola: quello del riguardo, dell'interessamento attento e sollecito, ma anche quello della preoccupazione e dell'affanno.

E possiamo scorgere altri doppi dentro il significato.

C'è ciò che gli inglesi chiamano *cure*, ossia la cura medica delle malattie, offerta dalle professioni sanitarie dispensando farmaci, diete o esercizi fisici, e poi c'è il *care*, inteso come benessere emotivo, relazionale. Nell'ambito del *cure*, possiamo anche distinguere l'attenzione specifica alla patologia e l'attenzione alla persona.

Nell'ambito del *care*, c'è il *customer care*, ossia il supporto di servizio che banche, compagnie assicurative o telefoniche, piattaforme di commercio elettronico e perfino le istituzioni pubbliche s'impegnano a offrire a clienti e cittadini; e poi c'è l'*employee care*, il *people care*, che le aziende rivolgono alle proprie persone con i programmi di sviluppo professionale. Ne abbiamo visti fiorire molti anche nei mesi della pandemia, con mantra come "abbiate cura di voi stessi", o "abbiamo cura di voi", volti a consolidare la resilienza e la fiducia nel futuro. C'è poi anche il doppio verso dell'azione, attiva e passiva, del dare e dell'avere: e così chiamiamo *care-giver* - che sia professionista di sanità o persona amica, o vicina, o di famiglia - la persona che fornisce assistenza e supporto a un'altra persona che non è in grado di prendersi cura di se stessa, a causa di età, malattia, disabilità o altre circostanze.

E c'è persino il doppio senso del "dare cura a qualcuno" e del "dare/affidare qualcuno alla cura di qualcun altro", come fa pensare il recente caso di [Enea](#), il bambino lasciato dalla madre, appena partorito, alla "culla per la vita" del Policlinico, suscitando molti (troppi?) commenti e iniziative di taglio paternalistico (già, *pater*-nalistico, alle solite).

## Forse amore?

Persino se stringiamo sull'accezione positiva di *cura*, quella dell'attenzione, del riguardo, possiamo intravedere altri due aspetti. Spiegano gli autori del sito [Una parola al giorno](#) La violenza di genere è dunque solo violenza contro le donne? Quando ne sentiamo/leggiamo nei notiziari, ci facciamo subito un'idea di chi ha subito e di chi ha aggredito. E anche

aver cura significa avere a che fare. L'attenzione, anche diligente, può essere una registrazione squisitamente meccanica e chiusa, come un occuparsi. La cura invece non solo si interessa, ma partecipa. Questo si vede quando hai cura di me, ma anche quando faccio un lavoro con cura, quando sarà mia cura avvisarti. Non è mero meticoloso zelo. L'aver cura può accompagnare in libertà, nel disporsi alla scelta di possibilità autentiche, e può farlo guidato dalla sensibilità propria, dalle rivelazioni dell'empatia. È un concetto senza sinonimi (forse, in una certa misura, potrebbe esserlo amore?).

## **Dal mito latino: Cura = ansia**

L'avevano già capito i poeti. Foscolo, fra tutti:

Sento gli avversi numi, e le secrete  
cure che al viver tuo furon tempesta

*In morte del fratello Giovanni*

Ma fu poi la filosofia esistenzialista, con Heidegger, a chiamare Cura l'ansia, l'inquietudine esistenziale, riprendendo il [mito latino di Cura](#), che con gli altri dèi plasmò dal fango l'essere umano e ottenne di possederlo per tutta la sua vita.

Secondo il mito, un giorno, attraversando un fiume, Cura si mise a modellare il fango argilloso e ne trasse una figura umana. Sopraggiunto Giove, la dea gli chiese d'infondere spirito vitale nella scultura, e Giove acconsentì. Cura allora pretese d'imporle il proprio nome, ma lo stesso voleva Giove, e la disputa si complicò quando la stessa pretesa fu avanzata dalla Terra, che poteva vantare di aver fornito l'ingrediente

essenziale. Con l'arbitrato di Saturno, dopo la morte della creatura a Giove sarebbe toccato il possesso dell'anima, alla Terra quello del corpo, ma ad accompagnarla in tutta la vita sarebbe stata proprio Cura, la sua plasmatrice, con tutto il suo carico d'Inquietudine. Associata nel mondo antico all'angoscia, la Cura sarebbe dunque il continuo movimento dell'anima verso il futuro, la struttura stessa dell'agire umano, lo spasmodico e frettoloso prendersi cura delle proprie ansie. Quando sappiamo, invece, che cura è anche sapersi aspettare

*But each lover's steps fall so differently*

*I'll wait for you, and if I should fall behind, wait for me*

Bruce Springsteen, [\*If I should fall behind\*](#)

## Prima il “care”, poi il “cure”

Dizionario Treccani:

- **cura: 1** > a) interessamento solerte e premuroso per ...; b) riguardo, attenzione; c) impegno, zelo, diligenza; d) l'attività in cui si è direttamente impegnati; e) oggetto costante dei propri pensieri;
- **cura: 2** > a) complesso dei mezzi terapeutici e delle precauzioni mediche...; b) uso continuato di un rimedio...; c) l'opera prestata dai medici per guarire un ammalato.

Dizionario De Mauro:

- **cura: 1)** Interessamento premuroso e sollecito, impegno diligenza, attività, occupazione; **2)** Insieme dei rimedi usati per guarire da una malattia, terapia, rimedio.

## Dizionario Utet-Gradit:

Persino nel verbo, dove potrebbe prevalere il senso dell'agire terapeutico-sanitario:

- **curare: 1)** fare oggetto di cure, seguire con premura e interesse nei dettagli;
- **curare: 2)** sottoporre a cure mediche e trattamenti necessari alla guarigione.

Insomma i principali dizionari mettono al primo posto la persona, e dopo la malattia. Com'è, allora, che pare così difficile questo concetto? Persino in quella parte della medicina che sta più vicina all'anima che al corpo.

Spiega Eugenio Borgna, primario emerito di psichiatria dell'ospedale di Novara e docente di Clinica delle malattie nervose e mentali all'Università di Milano: «Noi medici diamo troppa importanza al sapere, troppo poca alle emozioni»<sup>1</sup>.

«Per noi è centrale la capacità di mettersi in relazione con i pazienti, costruire un'atmosfera di fiducia, far loro capire che sentiamo il loro dolore. Tutti i medici dovrebbero avere la percezione sanguinante degli aspetti psicologici della malattia. Si dà un'importanza spropositata all'intelligenza e al saper fare, mentre dovremmo dare più valore alle antenne delle emozioni. Purtroppo la formazione psicologica dei medici in Italia è zoppicante. Perfino tra gli psichiatri non sempre c'è piena coscienza della delicatezza del primo incontro con il paziente, delle parole, del tono di voce usato, dei gesti, e di come tutto questo influenzi l'evoluzione della malattia. Eppure si è

---

<sup>1</sup> Lorena Zerbin, *Quando è l'anima a sanguinare*, in *Il linguaggio della salute*, Centopagine 2012, pag. 109

constatato che fino al 30% dell'efficacia terapeutica di un farmaco antidepressivo o di un ansiolitico è determinato dal modo in cui il medico sa presentare il farmaco, quando lo prescrive, inserendolo in un contesto psicologico.

«In ogni relazione medica - continua Borgna - è fondamentale il rispetto della persona, del suo pudore: anche le parole del chirurgo o del cardiologo, seppur più scarse, devono rispettare la fragilità del paziente, che si abbandona completamente al medico. Nel formulare la diagnosi, poi, usare parole sbagliate può amplificare il dolore e compromettere la guarigione, persino avere conseguenze su tutta la vita di una persona. Il modello ancora dominante in medicina è quello naturalistico, in cui la malattia è determinata da cause biologiche che seguono il loro corso. Invece l'ambiente, e soprattutto le relazioni, sono fondamentali nell'arginare le sofferenze».

## **Cure and care coaching**

[Cure and care coaching: la comunicazione che cura](#) è il titolo del libro di Giuliano Mari, fisioterapista, coach e trainer di comunicazione, la cui tesi è: quando le persone soffrono di una patologia nel corpo, la mente può aiutarle molto nel processo di guarigione.

Chi svolge professioni sanitarie potrebbe (dovrebbe?) quindi associare alla propria competenza tecnica - *cure* - anche le tecniche di *care coaching*, che sviluppano una comunicazione virtuosa, in grado di ridurre le convinzioni limitanti (“non esiste una cura per me”, “sarò sempre vittima di questa malattia”...) e di produrne altre più funzionali.

L'identità è una convinzione su se stessi, su chi si crede di essere. Aiutando le persone a capire che la patologia non è qualcosa che è, ma qualcosa che si ha, e che il significato di “essere malati” è ben diverso da quello di “avere una malattia” (ne abbiamo parlato in questa rubrica riflettendo sulla difficoltà di [dire no](#) o di dare cattive notizie, lo spiega qui in modo più preciso l'autore del libro, Giuliano Mari, citando i [livelli logici](#)), le persone possono trarne una maggiore fiducia in se stesse e nella possibilità di dare una cura alla propria sofferenza.

## La cura delle parole

*Le parole sono fatte, prima che per essere dette, per essere capite. Proprio per questo, diceva un filosofo, gli dei ci hanno dato una lingua e due orecchie. Chi non si fa capire viola la libertà di parola dei suoi ascoltatori. È un maleducato, se parla in privato e da privato. È qualcosa di peggio se è un giornalista, un insegnante, un dipendente pubblico, un eletto dal popolo. Chi è al servizio di un pubblico ha il dovere costituzionale di farsi capire*

È lapidario il pensiero di Tullio De Mauro, maestro della linguistica italiana, nel sito [dueparole](#). Anche le parole hanno dunque bisogno di cura, perché hanno una grande responsabilità nel trasferire - ma anche nel generare - pensieri, significati, esperienze ed emozioni tra le persone.

È ciò che abbiamo cercato di fare fin qui in questa rubrica, da quasi due anni, guardando [dentro alcune parole importanti](#) della nostra lingua, per coglierne i valori e le sfumature, e per poterle usare con più efficacia nel nostro impegno per l'inclusione di ogni differenza. Grazie a chi ha messo un po' della propria cura con noi, in questo sforzo, e a chi vorrà metterne in futuro.

# Gener-azione

A caccia di un vocabolario condiviso per nuovi accordi tra generazioni apparentemente inconciliabili. Parliamo di Queer, Famiglia, Clima, TikTok, Bellezza

## Gener-azione

CLICCA QUI PER VEDERE  
LA DIRETTA

Rieccolo, il trattino.

Nelle puntate scorse ci aiutava a identificare le connessioni tra le parole, aprire quelle composte, come una cerniera, e guardarci dentro, in cerca di qualcosa di prezioso (respons-abilità, ri-spetto, sem-plicità...).

Stavolta serve a connettere i temi della scorsa stagione, centrati sull'inclusione di genere (>>> sessismo, femmina, binario, violenza...), con quelli di questa stagione, all'inclusione intergenerazionale, ossia il dialogo possibile tra le fasce di età. E a connettere i significati della prima metà della parola, "gener", con il pragmatismo portato dall'AZIONE: suffisso che basta aggiungere ad altre metà già significative (rel-, partecip-, motiv-, negozi-, form-, trasform-, comunic-...) e senti un'esplosione di fatti, densi e concreti.

Partiamo ancora una volta dal dizionario (sapendo che ci entri con un dubbio, ne esci con dieci):

### **generazione**

- L'atto del generare, il processo per cui esseri viventi producono esseri viventi della stessa specie, e il risultato di tale processo
- L'insieme dei discendenti che si trovano a una stessa distanza da un capostipite comune
- Nella specie umana, l'insieme degli individui aventi pressappoco la stessa età

- In statistica, nelle scienze attuariali e nel linguaggio comune, il tempo medio (all'incirca 25 anni) che intercorre tra una generazione e quella successiva.

Sono solo alcune delle definizioni dal Treccani.

E teniamoci lontano dalla teoria linguistica della grammatica generativa di Chomsky, che pure ci induce in tentazione, concentrata com'è sugli aspetti mentali del linguaggio, e interessata a ciò che accomuna le lingue naturali oltre a ciò che le distingue (in questo testimone del concetto stesso di diversity & inclusion).

Facciamoci bastare una suggestione, suggerita dal verbo latino *adolescere*, crescere, per altro al participio, un modo sottostimato dai linguisti: al presente ci dà l'adolescente, al passato la persona adulta. Chi è in trasformazione, chi compie la fatica del crescere, e chi quella fatica l'ha compiuta già. Da un lato un cambiamento, dall'altro il prodotto finito. Due tempi diversi della vita, identica AZIONE (e dai).



## Generazioni: un po' di ordine?

Non sembra difficile. 7 le generazioni viventi: rivolgiamo un pensiero alla “Greatest Generation” (nate/i tra 1901 e 1927), che han vissuto (o combattuto) la Seconda Guerra Mondiale, e alla “Generazione silenziosa” (1928-1945), protagonista della ricostruzione (che poi vorrei proprio conoscerla la mente sociologica o demografica che ha battezzato le generazioni culturali: magari mi consiglierebbe una buona marca di whisky).

Dalla nostra prospettiva, c'è da studiare bene i *baby boomer*, e poi le ultime lettere dell'alfabeto, X-Y-Z, per poi ricominciare alla greca, con l'alfa dei piccolissimi.

**Baby boomer** (1946-1964). Spesso definiti conservatori, resistenti al cambiamento (che poi devo ancora conoscerlo, anche tra i giovani, un essere umano così propenso al cambiamento), ossessionati dal lavoro, dalla stabilità dei valori e dei comportamenti sociali, anche se in realtà protagonisti di grandi rivoluzioni culturali, una su tutte il '68. Con tali cliché, come sarà lo sguardo dei più giovani?

**Gen X** (1965-1980). La definizione risale al primo movimento punk inglese, e sottolinea il nichilismo (X come segno di cancellazione > il nulla), il rifiuto dei valori dell'età precedente, il senso di pessimismo e di sfiducia. Etichettare questa generazione come cinica e individualista non creerà qualche barriera nel confronto con le altre?

**Gen Y, o Millennial** (1981-1996). Descritti come narcisisti, pigri, scostanti. Pare contengano sia il prototipo del bamboc-

cione sia quello del choosey (schizzinoso). Giovani adulti che vivono in casa con i genitori, restandone dipendenti sul piano economico e affettivo. Oggetto di critiche anche perché sembra siano i principali beneficiari del reddito di cittadinanza, che per molti è insostenibile, disincentiva la ricerca di un lavoro, crea dipendenza, abusi e frodi, iniquità sociale, inflazione. Pennellate che non inducono al rispetto e alla simpatia da parte delle generazioni precedenti e successive.

**Gen Z** (1997-2012), o anche Centennials, Digitalians, iGen, Plurals, Post-Millennials, Zoomers... Facile stereotiparli come dipendenti dalla tecnologia, superficiali, poco impegnati, molto social con i loro smartphone, ma per il resto molto individualisti. Ma così non si valorizzano le competenze e le prospettive che possono offrire alle altre età.

**Gen alfa** (nate/i dopo il 2012): non etichettiamoli, almeno loro, i veri nativi digitali, e sorvoliamo sul fatto che abbiano cellulari e tablet fin dalla culla.

Di recente si è anche aggiunta la **Generazione C**. Con vari significati per la C: tra le più in voga c'è *connected customer*. E si capisce che l'età c'entra poco: rientrano nella categoria anche persone 50-60-70enni, purché usino smartphone o tablet per informarsi, leggere e scrivere recensioni di acquisti, mostrare sensibilità alla *user experience*, insomma comprare online.

Ma tutte queste classificazioni non finiranno per irrigidire gli stereotipi, e quindi influenzare malamente le relazioni intergenerazionali? (altro che Diversity & Inclusion) E se volessimo favorire la collaborazione e l'apprendimento reciproco proprio

sfidando gli stereotipi, promuovendo il dialogo e abbracciando la diversità di prospettive e di competenze?

Vediamo se la lingua ci dà una mano: ecco alcune parole chiave per un dialogo tra età diverse.

## **Alfabeto intergenerazionale**

L'alfabeto è una struttura logica semplice. Distribuire alcune parole lungo un alfabeto è una scelta espositiva che offre un mix tra comprensione razionale e intuitiva. Azzardiamo quindi una lista di parole, alcune senza tempo, altre più contemporanee, alcune più scavate, altre solo sfiorate, che sembrano avere qualche rilevanza sul confronto tra generazioni.

**Ansia.** «*Ogni mattina mi sveglio / sto già cominciando a odiare un po' il mondo*». Così Giorgio Gaber apriva nel 1980 la sua *Pressione bassa*, e poi ripeteva, in un crescendo, «*C'ho l'ansia c'ho l'ansia c'ho l'ansia c'ho l'ansia*». Precursore: dai boomer l'ansia era minimizzata, ritenuta naturalmente passeggera, semplice coda di nervosismo. Solo più tardi è stata riconosciuta come effetto della pressione della società, ma affrontata in modo individuale. Più recente è la disponibilità a parlarne in modo aperto, cercando terapie e supporto, anche online. Oggi «che ansia!» è tra gli intercalari più diffusi del linguaggio giovanile.

**Bellezza.** Su questa parola, confesso: *I have a dream*. Un sondaggio popolare: «Apri l'armadietto di un bagno a caso: contiene rasoio, dopobarba, creme idratanti e antirughe, lifting per il contorno occhi, siero e olii per le borse, fondotinta, corretto-

ri, mascara, ombretti, rossetti, eyeliner, cipria, pennelli, shampoo, balsamo, maschere per capelli, cerette, pinzette e creme depilatorie, profumi, deodoranti, lozioni varie. Ad abitare quel bagno è una sola persona: indovina il genere.» Ripeterci il sondaggio ogni 2 o 3 anni. Senza malizia, eh, né indulgenza sessista; solo spirito di osservazione.

**Clima.** Interessante l'etimo: in greco è *inclinazione*. È l'angolo di una regione della terra rispetto a equatore e poli, e la temperatura che la caratterizza. Qualcosa di obliquo, dunque, non stabile. Proprio come il clima, e mica solo oggi. Che il cambiamento climatico sia una costante della vita dell'umanità, visto che una cosa inclinata è per natura soggetto a cambiamenti?

Uno studio pubblicato su *The Lancet* mostra che il 60% dei giovani nel mondo è preoccupato per la crisi climatica. È evidente che chi ha oggi 20 o 30 anni, e quindi un orizzonte di vita lungo, abbia più preoccupazione per la sostenibilità rispetto a persone più in età. E che espressioni come "Agenda 2050", "Green Deal", "Net zero", abbiano impatti diversi per chi si vede in prima persona dentro quell'orizzonte e chi no.

Altrettanto vero, però, che gridare «vi siete mangiati tutto», o «ci avete rubato il futuro» non aiuta un vero confronto con chi dovrebbe sentire l'urgenza dei più giovani. Una negoziazione intergenerazionale sarebbe più proficua dei pur importanti *Fridays for Future*. Le parole di guerra generano effetti repentini e violenti: servono parole che generino accordi gradualmente e inclusivi.

Se poi scaviamo nella parola **Digital** scopriamo che il ponte

tra l'etimo latino *digitus*, dito, e il significato tecnologico è nell'inglese *digit*, cifra, numero. Quindi se oggi è quasi sinonimo di "elettronico" o di "informatico" è solo per quell'umanissima origine del dito quale primo strumento per contare (zero e uno sono i numeri del codice binario). E lì, dopo le riflessioni già fatte in tema di ageismo, nella prospettiva del dialogo intergenerazionale potremmo citare sia gli aspetti positivi della cultura digitale, come la comunicazione facilitata da smartphone e social media, le videochiamate (pensiamo al sollievo portato in tempi di Covid a famiglie, scuole, università e professioni), e anche gli aspetti negativi, come il divario digitale, l'isolamento, le derive patologiche per l'uso eccessivo, l'impatto sulla salute mentale e sulle relazioni, la minaccia alla privacy ecc.

Dentro la parola **Erasmus** potremmo riscoprire che il progetto è un acronimo > E.R.A.S.M.U.S. = European Region Action Scheme for the Mobility of University Students, e anche un richiamo al filosofo umanista Erasmo da Rotterdam, fermo difensore della pace tra i popoli, che viaggiò in tutta Europa per ampliare le proprie conoscenze.

Il concetto di **Famiglia** ci racconta quanto sia cambiato il sistema di valori nella società. La famiglia, prima sacralizzata, elemento di misurazione di successo o fallimento della persona, poi criticata, attaccata, ora rinasce sotto nuove forme e con altri obiettivi. Quello di **Genitorialità**, prima schematizzato in madre padre e un po' di figli, si apre oggi a progettualità e forme diverse. E lì in zona c'è quello di **Homeless**, non nel senso romantico di *clochard*, ma della fatica di molte persone, studenti, lavoratrici e lavoratori di ogni età, ad avere una casa.

Nel cuore dell'alfabeto incontriamo la parola Inclusionione, che ispira questa rubrica, alla **J** il calciatore ceco Jakub Jankto, primo atleta di serie A a dichiararsi omosessuale, sfidando il machistissimo mondo del calcio italiano. Alla **K** possiamo riconoscere il ruolo di bilancino dello stipendio (RAL 50K = Retribuzione annua lorda 50mila euro); simbolo, oltre tutto, di un'economia va sempre più abbandonando la materialità di carta e monete. Alla **L** potremmo impantanarci su come cambia la concezione del **Lavoro** per effetto della pandemia, di criteri di retribuzione e di *work-life balance* in continua evoluzione, delle continue **Migrazioni**, sia quelle tra piattaforme tecnologiche, sia quelle di enormi gruppi di persone in fuga dai loro paesi; e anche in cerca di una definizione di **New Normal** che rappresenti un **Orizzonte** vivibile per qualche miliardo di persone.

E poi potremmo confrontarci su motivi e conseguenze del disamore per la **Politica**, fenomeno che non riguarda solo le generazioni più giovani, ma che vede partire da lì le preoccupazioni maggiori. La **Q** potrebbe essere lettera simbolo di libertà. Infatti il significato di *Queer* è forse l'elemento più interessante dell'universo *LGBTQIA+* (*Lesbian, Gay, Bisex, Transgender, Queer, Intersexual* e *Allied*, con il "+" che tiene aperta la lista): in origine *eccentrico, insolito, bizzarro*, indica oggi le persone che non si conformano alle consuetudini del binarismo su genere e/o sessualità, o si stanno interrogando sulla propria identità (*q = questioning*).

C'è poi una parola – meglio, un valore – oggi di gran moda: **Resilienza**, la capacità di un individuo di affrontare avversi-

tà e traumi senza opporvisi, ma adattandosi al cambiamento. *Resilienza* sembra aver vinto la battaglia con resistenza. (A me continua a piacere anche *resistenza*, il saper stare dietro, *re-*dietro, *sistere* = stare, non in attacco, ma a difesa di un valore).

E lì vicino anche **Sostenibilità**, parola chiave per l'economia, degli Stati, delle Istituzioni, delle aziende, delle famiglie. Parola chiave per l'ambiente. *So-stenere* è stare sotto. Garantire fiducia e agilità a chi sta sopra. Come l'acrobata che sostiene, da sotto, l'acrobata che sta sopra, e dà equilibrio, stabilità, coraggio.

In fondo troveremmo **TikTok** che, fedele al proprio nome (il ticchettio di un cronometro e il ritmo di un tamburo), è il social media più proiettato nel futuro, motore di talento, creatività e passione. Poi troveremmo **Università**, luogo per eccellenza del confronto tra generazioni, che è diventata un'opzione di massa e offre ai giovani l'occasione per viaggiare nel mondo. E poi **Veg**, parola capostipite di un complesso dibattito sul cibo, che spazia dalla diffusione dei disturbi alimentari fino al confronto etico ed economico sui cibi sintetici.

In coda, una riflessione sul **Washing**, che sia *greenwashing* (l'ambientalismo di facciata), oppure *pink* o *purplewashing* (le verniciate di femminismo), o anche *rainbowwashing* (i brand che si presentano come alleati della comunità LGBTQI+), o di ogni altro colore ci si tinga per indicare un impegno di facciata.

Saltiamo le tre lettere di coda, X-Y-Z, che hanno già avuto il prestigio di rappresentare un'intera generazione.

## Le parolacce: un connettore tra generazioni

Non è per puro gusto di originalità che trova spazio, in questo contesto, un elogio delle parolacce. Quale originalità, poi, se il turpiloquio ha contaminato giornali, tv, cinema, politica, tutto? Il fatto è che la potenza espressiva del parlare libero merita qualche considerazione nel nostro contesto.

Non azzardo un'analisi socio-linguistica dei lati fastidiosi e offensivi, sintomi di violenza e disagio. Mi limito a un'osservazione: una volta desemantizzata, spogliata dei significati concreti, la parolaccia perde il carattere di volgarità, e può farsi puro divertimento, comunicazione genuina, diretta, simpatica, creativa. E anche inclusiva.

Inclusiva, sì. Perché saranno stati le scrittrici e gli scrittori, i cantautori, gli artisti che hanno interpretato la rivoluzione culturale del '68. Sarà stato il fermento di quegli anni nelle famiglie, nelle scuole, nelle piazze, negli uffici (Fantozzi santo subito, con quella sua eroica definizione della corazzata Potemkin). Sarà l'espressività di quel linguaggio così vivo che attraversa tutte le età. Se riusciamo ad aggirare quel retaggio perbenistico che ad alcuni fa bollare il tono come rozzo e irrispettoso, scopriamo che è merito della generazione dei boomer aver portato quell'energia dentro la vita reale.

Intendiamoci, non sto qui a osannare l'antico *celodurismo* dei politici padani o il *vaffa day* grillino: il dibattito politico ne avrebbe fatto a meno. Né sostengo che il cantautorato italiano è così ricco proprio grazie allo sfogo di Masini contro i denigratori, o alla colorita rima di Pino Daniele nel suo *Je so' pazz*,

o alle congetture di Fabrizio De Andrè sul carattere arcigno delle persone basse (Un giudice). Né, alzando il tiro, che la gloria di Dante sia dovuta a quel censuratissimo verso sulle sonorità corporee del diavolo Barbariccia.

Propongo solo un pensiero: viva la parolaccia, quando dà forza buona al messaggio, e viva la sua funzione di connettore tra le generazioni. Senza abuso, senza trivialità, ma anche senza falsi pudori. La nostra lingua è così felicemente ricca di parolacce! Sul piano relazionale, si potrebbero considerare l'indice della cordialità tra le persone. Le usiamo negli scambi di lavoro per accompagnare un incarico, un augurio, un pericolo, la pigrizia del collega, una conferma attesa dal cliente, o una rampogna dal capo (*sorry, cazziatone*). Ragazze e ragazzi le usano oggi con i nonni, che non si limitano ad ascoltare rassegnati, ma ci costellano, a loro volta, i racconti delle assemblee condominiali o delle code al supermercato. Le usano madri e padri con figlie e figli per ridurre le distanze, per vivacizzare la propria immagine, magari indurita da poca frequentazione.

Un prezioso sotto-linguaggio, che la mia generazione si divertiva a cercare nel vocabolario, e che poi si è iniziato a usare in vari momenti d'incontro, prima in cerchia ristretta, con la sordina, poi in situazioni più formali. Oggi credo meritino pari dignità rispetto a forme espressive con tradizioni più nobili: lo spregiativo *-acce* potrebbe restare solo come originaria nota di colore.

# Ansia

**Ecco perché imparare dai giovani a esprimere le turbolenze psichiche migliora la vita. E perché la medicina di genere cambierà il destino (e il linguaggio) della salute**

 [CLICCA QUI PER VEDERE LA DIRETTA](#)

Ansia

Ansia, ansietà, ansimare, ansiogeno, ansiolitico, ansiosamente, ansioso >>> vedi **angere**.

Così dice il mio dizionario, da cui contavo di ricevere un aiuto, e invece mi crea altri problemi. Come se prendessi un ansiolitico e ti montasse l'ansia (paradossale? neanche troppo: nei bugiardini di alcune magiche gocce, tra le controindicazioni c'è proprio scritto "può produrre stati di ansia").

Andiamo a vedere questo *angere*, ed ecco diversi compagni di viaggio: la celebre *angina pectoris*, quell'improvviso dolore al cuore con irradiazione a spalla, braccio, polso, combinato a un senso di esplosione imminente; e poi l'*angoscia*, quella stretta alla gola collegata a umore malinconico. E via crescendo, con l'*angustia*, la ristrettezza di spazio o di sostanza, o la grettezza/meschinità del pensare e del sentire. Insomma c'è sotto quel senso dello stringere, del soffocare, e poi quello stato di apprensione, d'insicurezza, di paura rispetto a un pericolo, quasi sempre con alterazioni fisiche collegate a difficoltà respiratorie.

Ed ecco qui. anche lei, l'*ansia*, pure proveniente da quell'*angere*, parola oggi in disuso nel suono, ma di gran moda nel significato. Se qualche decennio fa la si minimizzava, riducendola a sensazione passeggera, poco più che nervosismo fugace, negli ultimi anni l'ansia è riconosciuta come conseguenza della pressione sociale, e quindi affrontata sia a livello individuale sia in modo più aperto nelle scuole, nei luoghi di lavoro e di aggregazione, con varie forme di supporto, comprese quelle online.

Come abbiamo visto in una recente micro-antologia delle parole generazionali, tra l'altro, «che ansia!» è tra gli intercalari più diffusi del linguaggio giovanile. E senza scatenare psicosi collettive (pare che Millennial e Gen Z siano tra le categorie più ansiose della storia, oggi con il sovraccarico dell'*eco ansia*), possiamo ritenere positivo il fatto che i giovani riescono con più facilità a dire: vado da uno psicologo per risolvere i miei problemi compulsivi; prendo un farmaco per migliorare il tono del mio umore; prendo un ansiolitico per contrastare i momenti di ansia. Senza essere costretti a dichiarare: ho un disturbo ossessivo-compulsivo; soffro di depressione; soffro di un disturbo d'ansia. (Giorgia e Gianrico Carofiglio, *L'ora del caffè*, pag. 29).

## **Ampliando lo sguardo > “salute”**

Ampliando lo sguardo, proprio un senso di ansia può avvolgerci se scaviamo dentro il concetto di “salute”, sia fisica sia, appunto, mentale. Un senso di paura che solo in parte si attutisce se offuschiamo il significato della parola, e lo riduciamo al suono: “SALUTE!”. Magari vengono in mente il rito del *salutare*, del levare i calici per il brindisi, del rispondere a uno starnuto (consuetudine che risale addirittura al Medioevo, quando la peste era diffusa, e quindi l'augurio era letterale, mentre il nuovo galateo la ritiene una tamarrata).

Ma viene da scattare sull'attenti, se leggiamo la definizione di “salute” nella Costituzione:

Art. 32 – La Repubblica tutela la salute come fondamentale



perché, come disse il commediografo latino Terenzio, *senectus ipsa est morbus*, la vecchiaia è di per sé una malattia: frase cruda, eppure con un suo realismo. Soprattutto perché la sfida della medicina oggi non è più l'acuzie, su cui ha raggiunto una specializzazione notevole, ma la cronicità. C'è bisogno di dare soluzioni soprattutto alle persone anziane, in continuità di assistenza. La prestazione eseguita non chiude il rapporto: cura, ma spesso non guarisce. È quindi centrale la capacità di gestire e mantenere la relazione, attutendo l'ansia di pazienti e familiari per le precarietà della salute.

Un'altra connessione interessante è quella tra il tema dell'ansia, specie se collegata alla salute, e il genere, in particolare sulle credenze che questa connessione ha diffuso. Per esempio: che l'ansia sia condizione normale per le donne, deplorabile per gli uomini. Sulla salute, al contrario, è diffusa l'idea che le donne siano molto più resistenti e anche più resilienti, meno lamentose degli uomini.

Su questa connessione ha messo l'attenzione **Gabriella Rinaldi** in un recente convegno medico, in una relazione dal titolo *Linguaggio di genere: parole che curano*. L'attenzione è sul rapporto tra la lingua e la medicina di genere, più propriamente la "medicina genere-specifica", ossia lo studio di come le differenze biologiche e socio-culturali influenzano la salute delle persone. Si tratta di una storia recentissima: fin dalle origini la medicina sembra aver avuto un'impostazione androcentrica (le donne sono "maschi mutilati", grazie Aristotele per questa bella immagine), riconoscendo all'uomo il privilegio di rappresentare la norma da cui trarre conclusioni e su cui costruire soluzioni, e relegando la salute femminile alla specificità della

riproduzione.

«Il mondo è costruito su dati maschili», dichiara l'attivista Caroline Criado Perez nel suo libro *Invisible women*, analizzando il *gender data gap* in molti ambiti del vivere, tra cui anche la salute. Per esempio, per una patologia ascrivibile a malattie comuni, spesso si propone una soluzione tenendo conto in prevalenza di casistiche al maschile. A partire dall'infarto: saltano subito alla mente il dolore al braccio sinistro e il fastidio al petto, ma le donne hanno spesso sintomi diversi, come bruciore di stomaco e dolore al collo. Differenze da rimarcare nella cura, e ancor prima nella ricerca! E il fatto che l'universo femminile sia soggetto a equilibri più volatili tra stati calmi e stati ansiosi, a più cambiamenti e cicli ormonali nel mese, che possono alterare i risultati delle ricerche, dilatando i tempi e quindi esigendo più soldi, stenta a sostenersi come giustificazione.

Un lento progresso ha preso il via con la quarta conferenza mondiale delle Nazioni Unite sulle donne del 1995 a Pechino, dove è emersa l'esigenza di una prospettiva di genere anche per la salute fisica e mentale, che comincia ad avere un buon riconoscimento anche in Italia. Dal 2016, i Quaderni del Ministero della Salute sulla medicina di genere sottolineano che va considerata la differenza cellulare tra corpo maschile e femminile per distinguere sintomi, diagnosi delle patologie, terapie e modalità di prevenzione, e quindi garantire equità e appropriatezza della cura.

Dopo tutto, ciò che è simile non è per forza uguale.

## Tre auspici

Tre auspici per poter ragionare di ansia e di salute, in vari contesti – famiglie, luoghi di cura, università, giornali, eventi scientifici – potrebbero essere:

1. che i professionisti della cura si sforzino di parlare più semplice
2. che si consolidi tra loro la cultura dell'ascolto
3. che si potenzi l'abilità nel "dialogare" le cattive notizie.

Vediamo di che cosa potrebbe trattarsi (qui il condizionale interpreta il senso dell'auspicio).

**1) Parlare più semplice.** Non nel senso di diretto, senza filtri: la rudezza del dottor House va bene al cinema, non negli ospedali. Nel senso di comprensibile. Certo, è un problema comune alle lingue settoriali (se n'è parlato a proposito di semplicità). Tra specialisti è efficace usare un linguaggio tecnico: legittime le parole come ioide o *gastrocnemio* in un dialogo tra patologi, *angiogramma* o *ecodoppler* tra radiologi, *ananca-smo* o *nomofobia* (è la paura di non avere con sé il cellulare > *no-mobile-phobia*) tra psicologi. Ma se un medico mi dice, al bar: «Ho avuto un paziente affetto da *ematoma circumorbitale*», per intendere un occhio nero? Se mi catapulta in un quadro del Caravaggio, descrivendo la mia «cute pallida, sottile, normoelastica, disidratata, rossa alle estremità, con segni di flogosi...»? Se io dico «mi sento stringere qui al petto», e quello attacca con l'inquisizione, «per caso avverte anche cefalea intensa, olocranica, a localizzazione sovraorbitaria associata a fotofonofobia, nausea, talora emesi»? Puoi capire come mi si

placa l'ansia.

**2) Una cultura dell'ascolto.** Una ricerca del British Medical Journal parte da una domanda: quanto tempo dedica un medico di base all'ascolto del racconto del paziente? Inteso come ascolto puro, monodirezionale, senza distrazioni da interferenze. Risultato inquietante: 22 secondi. Da lì in poi non è che il medico non ascolti più, ma le/gli entra in testa molto altro. Mica solo fatti suoi, magari un pro-memoria: *devo ricordarmi che l'altra volta l'antibiotico le ha fatto male... ha qualche allergia? chissà se prende i farmaci...* Ma parlandosi/ascoltandosi dentro, ascolta meno chi parla.

Una rinforzata cultura dell'ascolto potrebbe anche dare più corpo a un concetto di medicina legato alla narrazione, al valorizzare – ben oltre il sintomo – l'esperienza soggettiva della persona che soffre, con tutti i dettagli e le sfumature. In una visita medica, e ancor più in una seduta di psicoterapia, in un incontro di life-coaching, o in altri contesti di supporto a stati ansiosi, non si realizza solo l'incontro tra un sapere tecnico e l'oggetto dello studio, o tra sintomo e cura: sono sempre in gioco le emozioni e le esperienze individuali. Spesso anche solo l'ascolto di una storia di ansia e di dolore è già uno straordinario lenitivo della sofferenza.

**3) Abilità nel “dialogare” le cattive notizie.** Dialogare, sì. È infatti proprio il dialogo la chiave per rendere più efficace e meno penoso, per entrambi i poli, uno dei momenti più delicati della strategia di cura. Si potrebbe sciogliere, almeno in parte, quella barriera fatta d'imbarazzo, paura, senso d'ineadeguatezza, che a volte costringe il personale medico-sanitario

a trincerarsi dietro atteggiamenti duri, scostanti, o a frasi di circostanza che incrementano l'ansia, altro che attutirla.

È un'abilità che si può allenare, tenendo presenti pochi essenziali requisiti. Si parte – di nuovo – dall'**ascoltare**: capire come comunicare la notizia, dove, quando, con quali toni e atteggiamenti, con quale progressione, e poi dosare le parole, misurando il loro risuonare nelle emozioni.

C'è poi da strutturare il messaggio, avvolgendo la cruda descrizione tecnica tra un tono caldo iniziale, che instauri un feeling accogliente, e una riconciliazione finale, che orienti lo sguardo verso un futuro da costruire insieme, che sia una speranza possibile, una terapia pesante, o l'accettazione di uno stato immodificabile.

Utile anche proporre un percorso, non solo un intervento (*parliamo di questo, poi coinvolgiamo i chirurghi; ora facciamo questo, vediamo come va, poi decidiamo se serve fare quello o quell'altro*).

E poi tenere il linguaggio sull'avere, non sull'essere: *lei ha*, non *lei è*. Una gran differenza per chi deve accettare una patologia. Se noi "siamo", non possiamo essere altro: siamo introversi, siamo svogliati, siamo malati. Identificare la persona con la patologia (*è uno psicotico, un tossico, un diabetico...*) tende a cronicizzare quella patologia, perché l'identità influenza le convinzioni e i comportamenti. Se noi "abbiamo" qualcosa, possiamo essere anche altro: abbiamo un atteggiamento ansioso in certi contesti, ma in altri possiamo essere più rilassati; se abbiamo una certa malattia, possiamo essere in salute per tutte le altre parti di noi. L'essere porta a un'assolutezza, e spesso

profetizza stabilità. L'averne aumenta l'accettazione del messaggio e la probabilità di autocorrezione.

Sempre con lo scrupolo di dire la verità, senza pietose bugie o inutili indoramenti, né quell'atteggiamento autodifensivo che spesso riduce a pochi freddi passaggi un mero adempimento. Insomma, correndo il rischio di sostenere la fatica dell'empatia, il carico ansioso potrebbe rischiararsi almeno un po' e aprirsi in un'ipotesi più o meno stabile, appunto, di salute.

# Futuro

**Se raccontare il passato aiuta a consolidare un'esperienza, raccontare il futuro ci fa sentire più preparati, e magari anche capaci di influenzare i passaggi importanti della vita.**

 CLICCA QUI PER VEDERE  
LA DIRETTA

**Futuro**

*Chissà chissà domani (...)*

*Su quali strade camminerà, cosa avrà nelle sue mani (... ...)*

*E se è una femmina si chiamerà Futura*

*Lucio Dalla, Futura*

Grammatica: sostantivo femminile.

Sintassi, semantica, declinazione, coniugazione, congiunzione. Tutti sostantivi femminili.

È forte il genere femminile nel campionario del pensiero linguistico. Però quando arriviamo ai modi dei verbi, che esprimono le forme dell'azione, ecco, tutti nomi al maschile. *Indicativo congiuntivo infinito participio imperativo gerundio*. Mezza eccezione per *condizionale*, che ha anche il femminile, ma lì indica la sospensione di una pena, tutta un'altra storia.

Diverso per i tempi: prese come parole in *sé, presente, passato e futuro* sono aggettivi, quindi hanno sia il maschile sia il femminile. Ma quando diventano sostantivi tocca stare attenti: *presente* è il buro-archetipo della lettera commerciale (*con la presente siamo lieti di...*); *passata* è il pomodoro della nonna conservato in bottiglia. È con *futura* che si trema:

*Il suo nome detto questa notte mette già paura*

canta Lucio Dalla. Una coppia, futura-paura, che è già nel senso comune, prima che nella rima. È un suono pieno di aspirazioni, ma anche di precarietà, specie per chi ha perduto casa o lavoro o affetti o luoghi.

Aruspici, cassandre, cartomanti, esperti di viscere di animali o di voli di uccelli: l'interpretazione del futuro, e il contestuale sforzo di rassicurazione (tipo l'*Andrà tutto bene* in pandemia) sono tra le occupazioni principali degli esseri umani. Chissà se la lingua ci aiuta a capirci qualcosa.

## Un movimento dell'essere

Che il futuro sia un movimento dell'essere è spiegato dall'etimo: il verbo *fiio* è una forma antica del latino *sum*, essere, che sopravvive nel nostro passato remoto (*fui*), nel congiuntivo, regno dell'ipotesi e dell'incertezza (*fossi*), e anche nella parola stessa "futuro". Sarebbe interessante anche lo studio di altre connessioni, come quella con il greco *phyo*, diventare; con la *physis*, forza della natura e divinità originatrice del cosmo; e di lì con la *fisica*, e pure con il *feto*.

Ma perché un movimento dell'essere dovrebbe far paura? Forse perché è un essere strano, un essere che ancora non è. Che sta davanti, lontano, non si fa vedere. Magari si affaccia (sogni, desideri, progetti), in una dimensione informe, di promesse e magari di minacce, comunque difficile da definire. Che, poi, in latino i verbi *spero*, *promitto* e *iuro* vogliano l'infinito futuro, non conforta gran che. E neppure ciò che resta del participio futuro, che in latino indicava l'imminenza di un'azione: che quello *venturo* sia un anno propizio, o che il restauro sia *dura-*

*turo*, che sian proprio contenti i *morituri* salutando l'imperatore prima di farsi sbranare, o che il *nascituro* porti in casa più gioia che ansia, pure quando sarà *creatura*, sono pur sempre incognite.

## L'insostenibile leggerezza del diventare

Chi sono davvero?

Magari ce lo siamo chiesto, in varie fasi della vita. O chi vorrò essere?, o chi-come voglio diventare tra 3-5-10-20 anni? O ancora: come mi vedo tra 5-10-20 anni? Quando inizia davvero il futuro? stasera? tra un mese? dopo le ferie? Per raggiungere quale traguardo sono disposto a soffrire?

Domande brevi, cui è difficile trovare risposta guardando per aria in atteggiamento speculativo. E chissà quanto tempo ci andrebbe a rispondere.

Figurarsi se le complichiamo un po':

- perché spesso coniughiamo le frasi future con verbi al presente? e non solo per il futuro imminente, ci vediamo domani; anche per i progetti a lungo termine, *fnisco l'università poi faccio un master*; o per indicare un'esitazione, *un giorno o l'altro me ne vado da qui*;
- che significato danno al futuro le generazioni viventi? Segnate dagli stessi eventi e da modi simili di vivere il presente (cultura, valori, economia, clima...) e il passato (decisioni, esperienze, memoria...), le persone come intenderanno le prospettive dell'avvenire?

- perché la gente crede all'oroscopo? Un po' tutti, eh: se anni fa poteva intrattenere pensionate/i e casalinghe/i, oggi è materia di consumo anche per la popolazione colta (fare colazione leggendo su Internazionale l'oroscopo di Brez-sny è un rituale ancora vivo fra i Millennial > *festivalpsicologia.it*). E con qualche risvolto aberrante, come l'*astrocrazia*, il governo delle relazioni fondato sugli stereotipi dello zodiaco. La questione, da buffa, può farsi pesante, quando finisce per delineare una particolare discriminazione: sembra incredibile, in Cina riguarda le persone della Vergine, con annunci di lavoro e app d'incontri che le escludono;
- perché Dorian Grey è atterrito dalla paura d'invecchiare, e si vende l'anima per restare in eterno giovane e bello, fino a ottenere che la decadenza si rifletta sul suo ritratto, e invece oggi spopolano nei social applicazioni come *FaceApp*, *AgingBooth*, o *Diventa Vecchio*, che usano l'intelligenza artificiale per invecchiare i volti umani? (funzionano anche per ringiovanirli, ma questa funzione è usata pochissimo).

Insomma se persino per i vip della politica, della cultura e dello sport – pur sempre travolti da tempeste di acido ialuronico e da interventi estetici – oggi sembrano sexy anche i capelli grigi e le zampe di gallina, forse è perché la proiezione nel futuro ha un'attrattiva irresistibile. È l'essere che si fa *divenire*, o nella forma più intensa *diventare*. *De-venire*, venire da, venire giù. O anche venire a essere, trasformarsi, farsi diversi da ciò che si era (simile in inglese, *become*, *be-come*). Un movimento che si esprime nel tempo e nello spazio, e che sembra voler scavalcare il presente, forse perché il passato appare come un quadro di confronto più stabile, più pratico e maneggevole, per ogni cambiamento.

Anche se figuriamoci se il presente si lascia scavalcare:

Ogni vita che salvi, ogni pietra che poggi  
Fa pensare a domani, ma puoi farlo solo oggi

*Domani, canzone realizzata da "Artisti uniti per l'Abruzzo", pochi giorni dopo il terremoto del 2009*

## **Tempo/spazio e manipolazione linguistica**

Prima di essere nelle parole, il tempo è una percezione, che ha una stretta connessione con lo spazio. Notiamo come gesticoliamo, o muoviamo lo sguardo o l'asse del corpo, quando raccontiamo qualcosa: in genere scandiamo i racconti del passato con gesti verso la nostra sinistra, o verso il basso, o l'indietro; desideri o progetti futuri, invece, con gesti verso destra, in alto o in avanti; gesti più vicino al corpo disegnano il presente.

È la **timeline**, la linea del tempo, il modo in cui organizziamo nella mente i capitoli della nostra esistenza. Lo facciamo anche con le parole: ed ecco espressioni come *hai una vita davanti, mettiamocelo alle spalle, guardiamo oltre*, o con metafore spaziali che rivelano passaggi temporali, come *ricominciamo daccapo, riavvolgiamo il nastro, saltiamo a piè pari, voltiamo pagina*.

Un uso accurato delle parole legate al tempo può sfumare un problema, spostandolo nel passato, o rin vigorire una speranza, collocandola in un futuro imminente:

A – È una decisione rischiosa.

B – Sì, poteva sembrare rischiosa, ma pensando ai vantaggi che porterà, ora possiamo prenderla.

*Poteva – porterà – possiamo.* Passato-futuro, e infine presente. Un corto circuito linguistico che produce effetti interessanti. Noi non ci spostiamo mai in modo lineare lungo i tre tempi della vita: piuttosto, sulla base delle esperienze, di ciò che abbiamo imparato o fallito (*passato*), e in vista di ciò che speriamo (*futuro*), noi viviamo la vita oggi (*presente*).



## Da “obiettivo” a “risultato atteso”: potere della prefigurazione

Forse è anche per questo che allo storytelling è stato riconosciuto il potere di propulsore di cambiamento. Non è solo racconto di eventi: è una specie di eredità per il futuro. Chi guida persone, a scuola, in azienda, nello sport o nella politi-

ca, spesso cita condottieri, eroi, geni dell'arte o della scienza, per accendere una volontà nuova. Ricorre al potere evocativo di una storia per ispirare un cambiamento, e trasformare un "obiettivo" in un "risultato atteso". L'*obiiettivo* (latino *ob-jicere*, *ob*, davanti + *jacere*, gettare) è davanti a noi. Il *risultato* (*re*, dietro + *sultare*, saltare) è un participio passato, qualcosa che, nella nostra mente, è già alle nostre spalle. L'aggettivo "atteso", in più, ne fa pregustare la gioia.

Come abbiamo visto con l'oroscopo, tendiamo a prefigurare tutto il prefigurabile: meteo, traffico, mercati, fino all'umore di chi stiamo per incontrare. Smaniamo per fantascienza, fantapolitica, fantacalcio e fantasanremo. Vorremmo avere le capacità paranormali dei *pre-cog*, o *precognitives*, del film *Minority Report*, dove si possono prevedere i crimini e perfino arrestare i potenziali criminali prima che li commettano (va beh, lì c'è Spielberg, sempre quello di *Ritorno al futuro*, e sotto c'è il romanzo di Philip Dick).

Ma il prefigurare, da istinto, può diventare una scelta: se la scriviamo prima, la storia che vogliamo realizzare poi, abituiamo cervello e cuore a viverla come già realizzata. Così pianifichiamo viaggi, traslochi, cambi di lavoro o d'identità; facciamo prove di evacuazione a scuola, in ospedale, negli uffici. Se raccontare il passato aiuta a consolidare un'esperienza, raccontare il futuro prima che accada è una strategia comportamentale: saremo in grado di riconoscerne i passaggi importanti quando si verificheranno per davvero. E magari anche a influenzarli, e a trarne beneficio. Ecco il senso del futuro anteriore, un tempo verbale che sposta il pensiero in avanti, e fa vivere la fatica necessaria come in buona parte già compiuta.

Dopo che ti sarai diplomato, ti aspetta in regalo la moto nuova.

Ai primi dieci che si saranno iscritti al nostro corso, un libro in omaggio.

Appena avrai finito i compiti, puoi andare a giocare.

In quest'ultima frase, *avrai finito*, rispetto a *finirai*, il futuro finisce nell'ausiliare, la parte debole del pensiero. La parte semanticamente rilevante va nel passato, *finito*. È la suggestione del ribaltamento temporale: ti proietti nel futuro, e lo percepisci come già noto, quindi più agevole.

È un futuro anteriore anche l'*I have a dream* di Martin Luther King: quello era un obiettivo, non un sogno, ma raccontarlo con quella passione suggestiva, dettagliata, visibile, l'ha reso vero.

(Ok le premonizioni, ma piano a prendere i sogni per realtà: frasi tipo *If you can dream it you can do it* lasciamole a Walt Disney o a gente simile, altrimenti hai voglia comportamenti dissennati!).

## Appendice musicale

Come si chiude, ora, una riflessione sul futuro?

Si è aperta con *Futura*, vediamo se si riesce pure a chiudere in musica, sfruttando la sterminata offerta disponibile sull'argomento. C'è caso che ne esca una specie di play list, magari

viene buona per festeggiare una ricorrenza in anticipo, o per suggerire a qualcuno (un po' gnucco) di farlo.

Niente ordine cronologico: solo qualche tema.

C'è la promessa di amore eterno: fra tutte, l'intramontabile *I will always love you* di Dolly Parton, regina del country, portata al successo mondiale da Whitney Huston.

C'è la proiezione del rimpianto: *One day*, di Asaf Avidan (*One day baby, we'll be old, and think of all the stories that we could have told*).

C'è l'incitazione a stare sul presente anziché farsi angosciare dal futuro: *Adesso*, di Diodato e Roy Paci (*Adesso è tutto ciò che avremo*), o *Domani mai* di Claudio Baglioni (*Domani non arriva mai*).

C'è l'incoraggiamento a superare le difficoltà: *We shall overcome*, in un'infinità di versioni, da quella di Pete Seeger, che riprende l'originale gospel, a quella di Bruce Springsteen o quella di Joan Baez per il presidente Obama.

C'è l'accettazione un po' zen del destino: *Que sera sera* di Doris Day (*Whatever will be will be*), o *Che sarà* di Josè Feliciano (*Che sarà della mia vita, chi lo sa*), di cui Achille Lauro ha conservato solo il titolo, fino alla mitica *Let it be* dei Beatles.

C'è la fatica del crescere, con *Quando sarai grande* di Edoardo Bennato, o *Diventare grandi* di Samuel e Willie Peyote (*Secondo te cosa vuol dire diventare grandi? Uscire meno quando c'hai*

*trent'anni? Perdere i capelli, perdere di vista i fratelli / E incontrarli ai matrimoni e ai compleanni).*

C'è la speranza di miglioramento: *Domani è un altro giorno* di Ornella Vanoni.

E per chiudere il cerchio, c'è la fiducia:

*Aspettiamo che ritorni la luce*

*Di sentire una voce*

*Aspettiamo senza avere paura, domani.*

*ancora Lucio Dalla, Futura*

# Cringe

**Il bello dei vocaboli, non solo quelli nati dal web, è la loro natura mutevole, la loro disponibilità a farsi usare da chiunque, unendo sensibilità, ideologie e culture diverse**



«*Odio mio sto cringendo!*»

Se n'era uscita così mia figlia, durante un pranzo, e fu il mio primo incontro con la parola *cringe*.

“L'avrà sentita da suo marito, informatico, roba da nerd”, pensai, senza darci peso.

Non avevo colto che commentava una battuta che avevo appena scambiato con il ristoratore, a mio giudizio piuttosto arguta e spiritosa. Ora che ho appena avuto una nipotina (mi sa che è *cringe* pure dire qui che ho avuto una nipotina), penso a come sarà dura non far *cringiare* lei.

Sì, sembra essere proprio *cringe* la parola simbolo delle difficoltà nel dialogo intergenerazionale. Ma se l'associamo solo a quella smorfia, quell'arricciare le labbra, contorcere il naso, contrarre le sopracciglia e inclinare il capo, insomma quel disgusto per qualcosa che è e non dovrebbe essere (questa, dall'Huffpost, una delle tante rappresentazioni, ma la rete è piena anche di meme sul tema), ne cogliamo solo la forza *esclusiva*. Fedeli allo scopo di questa rubrica, che è promuovere i *linguaggi inclusivi*, proviamo qui a trattarla come ponte, e non come muro, tra sensibilità, ideologie, culture, generazioni diverse.

Cominciamo allora a scavarci un po' dentro, con la cautela di chi cerca di muoversi tra imprecisioni, ingenuità, approssimazioni.

## Quando nasce la parola

L'11 gennaio 2021 *cringe* entra nell'elenco delle nuove parole dell'Accademia della Crusca, con l'etichetta “giovani rete, social media”, con bivalenza sostantivo-aggettivo, e con la definizione:

Agg. ‘imbarazzante, detto di scene e comportamenti altrui che suscitano imbarazzo e disagio in chi le osserva’.

Sost. 1. ‘la sensazione stessa di imbarazzo’; 2. ‘il fenomeno del suscitare imbarazzo e, in particolare, le scene, le immagini, i comportamenti che causano tale sensazione’.

Dall'inglese *to cringe*, nei significati di ‘*to draw in or contract one's muscles involuntarily (as from cold or pain)*’ (rannicchiarsi o contrarre i muscoli involontariamente come per il freddo o per il dolore), ‘*to recoil in distaste*’ (indietreggiare per il disgusto), ‘*to shrink in fear or servility*’ (rannicchiarsi per paura o per servilismo) e infine ‘*to feel embarrassed and ashamed about something*’ (provare imbarazzo e vergogna per qualcosa); sostantivo *cringe* ‘the act of cringing’.

Ma ci sono flash precedenti. In inglese la parola è attestata da secoli, ed è riferita al piegare il capo, o il busto, come atto di sottomissione al nemico. Nel 2011, su Twitter, viene adottata dalla cultura globale e caricata di un senso nuovo: l'idea di contorsione non è più davanti al nemico, ma a una situazione imbarazzante. Sempre via web arriva all'uso comune, in particolare da quando iniziano a spopolare, nel 2015, alcune raccolte di videoclip intitolati *Try not to cringe*: pieno spirito di sfida, prova a non imbarazzarti guardando questi video.

Poco prima della Crusca, nel 2020, la cantante Beba, leader del *female rap* italiano, con un brano dal titolo *Cringe* aveva smascherato la condizione di chi cede alla dipendenza dai social, criticando chi li usa per mostrare una vita perfetta che in realtà è finzione. Sarebbero loro il vero *cringe*.

*Vorresti essere lei, vuoi tutto ciò che non hai  
Tutta piena di like, sì, ma non ti piaci mai (No, no)  
Ibiza, Hawaii, passi a fare storie quasi tutta la festa  
Questi social ti hanno dato alla testa  
(... ...) Più marketing che musica sul tuo Insta ID  
Non bastano i seguaci per pagarti il feat*

*Cringe, cringe, io penso soltanto tu sia cringe*

Un cocktail d'imbarazzo e sfida, persino nell'appello rivolto agli ascoltatori a cercare nuovi orizzonti oltre a quelli di tendenza nel web (*Mi sono rifatta il senno, ne vuoi un po'?*).

Ancora più sprezzanti Salmo e Noyz Narcos, nell'omonimo brano del 2023, velenoso contro i giovanissimi che bollano la loro musica come *cringe*, e pronto al contrattacco sui loro idoli fasulli.

*Odio 'sti bambini che mi scrivono "cringe"  
Ti squarcerei quella fottuta laringe  
Hai visto che ridicolo il tuo idolo che finge*

*In studio fa il fenomeno e dal vivo non spinge*

Quindi *cringe* è qualcosa di finto e inappropriato, che genera

disgusto e imbarazzo? In un certo senso sì, ma andiamo più a fondo.

## **Imbarazzo/vergogna sì, ma preventivo/a**

In realtà *cringe* non è pari pari “imbarazzante”: se da un lato esprime il disagio per un comportamento fuori tempo o fuori luogo, in un’altra sfumatura descrive uno stato d’animo che, quell’imbarazzo, addirittura lo anticipa.

Per intenderci: la famosa scena di Emilio Fede che apre un Tg4 con «Che figura...» è imbarazzante, non *cringe*. Prendere schiaffi dalla mamma in presenza degli amichetti era sì imbarazzante, pure umiliante, ma neanche lontanamente *cringe*.

*Imbarazzante* è un participio presente: indica un’azione in corso, esprime contemporaneità. Il *cringe* più puro si manifesta ancora prima: è quella sensazione di allarme legata a un qualcosa che temiamo stia per accadere e che ci sembra goffo, fuori posto, che ci fa appunto ritrarre lo sguardo, storcer la bocca o coprire il volto. Per esempio, da ragazzi, solo l’idea che la mamma mostri ai nostri amici le foto da bambini si traduce poi in imbarazzo vero e proprio quando accade. È dunque ciò che va evitato per non finire in situazioni imbarazzanti.

Un po’ come quando, volendo rafforzare un concetto alla cena tra amici, o alleggerire la riunione tra colleghi, mostriamo quella scena di Fantozzi o di Mr Bean che ci aveva fatto sbellicare, e subito si forma nella nostra mente, prima che sui loro visi, un frustrantissimo punto interrogativo.

Del resto, l'etimo di *imbarazzare* è proprio “mettere o intrappolare in una barra o in un ostacolo”, che poi è la situazione sconveniente da cui è difficile uscire.

## **Altre situazioni per cringiare**

Ci sono poi altre situazioni che possono farci *cringiare*, soprattutto se osservate in terza persona.

Venerdì sera: un signore entra con convinzione in un bar elegante, sgargiante camicia a fiori con spalle imbottite. Dettaglio curioso: la serata non è a tema anni '80, e quella moda pareva ben archiviata. Sentiamo i peli rizzarsi? Ok, è *cringe*.

Oppure: primi *flirt* (si può dire *flirt*, o è *cringe*?), 13 anni o giù di lì. Gioventù e ingenuità ti convincono che quello sarà l'amore della vita. Poi arriva settembre, e ne resta un ricordo sbiadito. Molti anni dopo, se ritrovi i messaggi o le letterine di quell'estate, il collo ti si piega da una parte. Ti vedi da fuori, e rieccoti nel *cringe*.

Somiglia a ciò che il filosofo Tonino Griffero, nel saggio *Quasi-cose*, definisce vergogna vicaria:

Ci si vergogna per chi non si vergogna affatto. L'atmosfera suscitata da un comportamento vergognoso contagia i presenti incolpevoli, talvolta persino quando questi si limitano a prevedere tale comportamento.

Una vergogna per conto terzi, tipo quella che proviamo al bar sentendo chi si vanta di aver ricevuto il progetto dal mobiliere,

e poi col disegno in mano ha chiesto altri sei preventivi e scelto il più basso; o di lavorare solo in nero perché mica son scemo da mantenere tutta 'sta gente; o di averne fatte sei (forse sette) la notte scorsa.

A osservarlo più da vicino, comunque, il campo semantico di *cringe* sembra essere in larga misura generazionale. Potremmo riconoscerlo come l'imbarazzo legato alle cose invecchiate male. Come l'effetto – provocato o subito, già attuale o imminente – dell'interazione tra due o più individualità, o tra differenti visioni storiche, valoriali, comportamentali. Se non combaciano, siamo in territorio *cringe*. *Cringiamo* quando sentiamo che imbarazzo/vergogna ci stanno pervadendo e, pur malvolentieri, ci accolliamo anche l'imbarazzo/vergogna che provano altre persone quando ci pensano.



## Dizionario minimo

In altre pagine abbiamo parlato del confronto tra età diverse e degli stereotipi che possono seguirne, sfociando magari in discriminazioni e svalorizzazioni: l'*ageismo*, appunto. Qui, dopo *cringe*, la tentazione è quella di scavare dentro altre parole che potrebbero far sentire “straniere” generazioni semplicemente diverse. Esempi:

- CREEPY: strisciante, raccapricciante, spaventoso, che fa accapponare la pelle; qualcosa o qualcuno che suscita inquietudine
- CRUSH: non c'entra con lo schiacciare, una *crush* è un'attrazione fortissima per qualcuno; si usa anche in forma personalizzata (*Crush oggi m'ha scritto*)
- GHOSTING: dopo un periodo di frequentazione anche intensa, sottrarsi all'improvviso, non
- MORTO/A: effetto divertito, o frustrato, o incredulo (*mi racconta sta cosa e, tipo, io morta*)
- PESO: persona non facile da sopportare (*sto tipo è bello peso*); utile anche per dire “che sbatti” (*peeeeso*)
- SUPER/STRA: prefisso onnivalente di amplificazione, che sia aggettivo o sostantivo o verbo (*supercarino, superinteressante, supersbatta, ti superlovvo...*). Varianti: *top, toppissimo, cool, yeah*
- SPINGERE: sta per “ok” con entusiasmo (*Andiamo a Tenerife? Sì amò, spingere ci sta un botto*), utile anche quando si è carichi per fare qualcosa (*abbiamo 3 ore di tempo e 150 cose da fare, daje raga si spinge*), o per fare

un complimento rispetto a una situazione (*Amò primo stipendio 1200 netti; Wow teso spingere!*), anche nel senso di continua così

- VAI TRA/ IN TRA: sta' tranquillo, anche nel senso di *figurati, non ti preoccupare, nessun problema*. Interessanti le omonime canzoni di Ghali e di Lolo

Ma ne uscirebbe l'ennesima spigolatura del gergo giovanile, che ingombrirebbe queste colonne e che poi ha già altri esempi ben più illustri. Quindi ci fermiamo, e rimandiamo l'appagamento di altre curiosità a questo dizionario minimo, non per dare suggerimenti di lingua, ma solo per raccontare il genio di alcune parole dei giovani, in una minima rappresentatività.

## Mischiare, non scimmiottare

Occhio: un dizionario, specie se minimo, può aiutare a capire. Stop. Rischiosissimo l'andare in riproduzione. Se un boomer risulta cringe, infatti, può essere anche perché ha cercato goffamente di sembrare giovane. È la mancanza di autenticità, la goffa imitazione (quella merita il superlativo, *cringissima* o *super cringe!*).

L'adolescenza è un'età difficile, caratterizzata dalla ricerca di sé: nel passaggio dall'infanzia all'età adulta, l'uso di un linguaggio autonomo permette di acquistare una propria identità, un senso di indipendenza nei confronti del mondo esterno. Questa forma di riconoscimento, di appartenenza,

può creare una contrapposizione tra “noi che ci capiamo” e “voi che parlate diverso”. Spesso gli adulti, quando vivono il gergo giovanile come oscuro, tendono a svalutarlo, ridicolizzarlo, o a irritarsene. Se poi, invece, volendo instaurare un rapporto “da amici” con i figli (*super cringe!*), i genitori tentano di riprodurre quel gergo, è la fine.

Per intenderci, non suggerirei a un amico di rincuorare così la figlia appena scaricata dal partner: «Ah Crush ti ha friendonato? Dai non fare troppo la presa male».

Più fruttuosa potrebbe essere la contaminazione. Per i genitori, significa coltivare curiosità, ma tenendo distanza, per garantire ai figli spazio di autonomia e protezione dalle interferenze. Nel contempo, spronare i figli a maneggiare entrambi i registri: la “loro” lingua, ma anche quella più formale, per i contesti che lo richiedono. Abilità non così diffusa.

Il bello delle parole, dopo tutto, non solo quelle nate dalla cultura di Internet, è proprio la loro natura mutevole, la loro disponibilità a farsi usare da chiunque.

# Consenso

**Come diffondere questa cultura, troppo spesso  
legata al concetto di proprietà?**

 CLICCA QUI PER VEDERE  
LA DIRETTA

## Consenso

*Le ho sparato un bacio in bocca / Uno di quelli che schiocca  
Sulla pista indiavolata / Lì per lì l'ho strapazzata  
L'ho lanciata, riafferrata / Senza fiato l'ho lasciata  
Tra le braccia mi è cascata / Era cotta innamorata  
Per i fianchi l'ho bloccata / E ne ho fatto marmellata*

*Pino D'Angiò, Ma quale idea*

Sarà che, come tutte le parole che hanno un “con” in apertura, anche *consenso* suona allegra, quasi piaciona. E t'immagini tavolate festaiole dove si mangia ogni bendidìo, e alla domanda «ancora un po'?» rispondi sempre «certo!».

Sarà che poi c'è “senso”, parola bellissima e ricca di significati: il senso delle parole, appunto, la direzione di marcia, il richiamo ai valori (di giustizia, della misura...), il buon senso, il senso comune, e poi tutta quella gamma di percezioni fisiche o emotive. Ne abbiám parlato qui.

Grattugia il cuore pensare che negli ultimi mesi la parola *consenso* abbia scalato la classifica di quelle più incendiate dal dibattito pubblico, anche a seguito dei terribili avvenimenti di cronaca che polarizzano la conversazione sui media.

Mano al dizionario: dal latino *consensus*, il con-sentire, il provare insieme le stesse sensazioni. Se rovistiamo tra i sinonimi, lì in zona c'è il *beneplacito*, qualcosa che piace e quindi che si approva e si vuole. Un volere che è effetto di libero arbitrio.

Poi la plastica dei significati si presta a varie deformazioni. L'accezione corrente è quella di formale approvazione da parte di un'autorità superiore, e forse ha a che fare con il potere più che con il libero arbitrio.

Sentiamo Treccani:

conformità di voleri... In diritto, elemento essenziale del negozio giuridico bilaterale o plurilaterale, consistente nell'incontro delle manifestazioni di volontà di due o più soggetti contrapposti... Il consentire a che un atto si compia, permesso, approvazione... In bioetica e nella pratica medica, partecipazione consapevole del paziente alle decisioni sul trattamento terapeutico da seguire, realizzata attraverso una informazione esauriente sulle sue condizioni di salute e, soprattutto, in caso di gravi patologie, sui rischi connessi alla terapia da seguire... Nel linguaggio politico, appoggio, favore espresso da gruppi e strati sociali alla politica di chi è al potere.

Gli ambiti principali cui applicare il concetto di consenso sembrano dunque quelli:

1. politico-economico-sociale: l'appoggio offerto a una persona, un partito, un programma, un'idea che impatti sulla collettività;
2. medico: il consenso informato, l'autorizzazione del paziente a sottoporsi alle cure;
3. relazionale: la volontà comune a compiere una certa azione, compresa quella sessuale.

## 1) **Ambito politico-economico-sociale: salite, discese e smancerie da telecamera**

Nel monologo sulla democrazia, con il suo amaro sarcasmo, Giorgio Gaber diceva:

La democrazia non è nemica della qualità. È la qualità che è nemica della democrazia. Mettiamo, come paradosso, che un politico sia un uomo di qualità. Mettiamo anche che voglia mantenersi a livelli alti. Quanti lo potranno seguire? Pochi, ma buoni. Noooo, in democrazia ci vogliono i numeri, e che numeri! Bisogna allargare il consenso, scendere alla portata di tutti. Bisogna adeguarsi. E un'adeguatina oggi, un'adeguatina domani... e "tac", un'abbassatina. Poi ce n'è un altro che si abbassa di più, e... "tac-tac", un'altra abbassatina... E così, quando saremo tutti scemi allo stesso modo, la democrazia sarà perfetta.

Anche senza farsi trascinare da questo livello di amarezza, possiamo intravedere l'uso del consenso popolare come strumento di potere molto prima che la democrazia si affacci sulla storia dell'umanità. Il *panem et circenses* dei latini, il mecenatismo delle signorie e delle case reali in tutta Europa dopo il Medio Evo, gli slanci di orgoglio nazionale espressi con le varie forme d'arte – urbanistica, architettura, musica (con guizzi creativi come quello che celava dietro il *viva V.E.R.D.I.* l'invocazione a Vittorio Emanuele Re d'Italia) – ne sono degli esempi.

Avvicinando lo sguardo a noi, credo si possa dire che il XX è stato il secolo del consenso di massa. Il XXI finora sembra accentuare la stessa direzione.

Ricordiamo come Marshall McLuhan, quello del mezzo che è il messaggio, nel 1964 individuò gli effetti della tecnologia sull'immaginario collettivo, indipendentemente dalla qualità dei contenuti.

Chissà come la sua mente brillante commenterebbe la regina dell'*influencer marketing* che raccoglie consenso intorno a un pandoro esibendo i bambini malati, per poi scatenare una tempesta di multe, attacchi dalle istituzioni, pubbliche scuse con lacrime riparatorie. O l'imprenditore più *cool* al mondo che si presenta ad Atreju, kermesse della gioventù italiana di destra, con uno dei suoi dieci bambini in spalla, cuore di papà.

Sappiamo che le parole e le azioni seguono lo stesso meccanismo: muovono emozioni e sentimenti, generano reazioni che esprimono la realtà, ma che in parte anche la plasmano. Quelle delle istituzioni, poi, orientano la politica, l'economia, il lavoro, la vita della gente.

Pensiamo allo *Yes, we can* di Obama, potente sintesi del suo obiettivo: ottenere il consenso per creare valore condiviso e senso della collettività. Tre parole ad alta energia.

Pensiamo alla campagna elettorale di Berlusconi del 1994. Annunciando l'ingresso in politica, dichiarava: «Ho scelto di *scendere in campo*». Metafora potente, il calcio, grande amore degli Italiani, il nome del partito e la scelta dei colori: tutto metteva in moto il senso di appartenenza.

Diverso il consenso raccolto da Monti nel 2012 con il suo *salire in politica*. Basta come spiegazione il fatto che *scendere*

è più agevole che *salire*? che il calcio diverte più della politica?

Chissà. Il fatto è che la differenza, più che nelle cose, sta nel modo in cui diciamo le cose, perché il modo ne definisce la consistenza (o l'inconsistenza).

Ancora: 19 luglio 2018, a Sintra, in Portogallo, durante il Forum annuale della Banca Centrale Europea, alcuni ricercatori analizzano come tra il 2006 e il 2013 la comunicazione delle previsioni economiche aveva influenzato il consenso sociale e la capacità di vedere il futuro. Quel periodo, noto come la *crisi dei subprime*, o la *grande recessione*, ha lasciato parole astratte come *spread* o *stagflazione*. Parole che non davano strumenti per prendere decisioni informate.

Forse, se le previsioni economiche fossero state comunicate con chiarezza, le persone avrebbero potuto essere più consapevoli sulla possibilità di accendere un mutuo, cambiare l'auto o il lavoro.

Insomma, le scelte linguistiche di chi ha responsabilità pubbliche forniscono strumenti per fare progetti, sperare e anticipare il futuro. Creano e guidano il consenso.

Anche quelle dei famigliari di chi ha responsabilità pubbliche. "Rapporto consenziente" è la definizione con cui si è difeso Leonardo Apache La Russa, il giovane indagato per una presunta violenza sessualesubita da una sua ex compagna di liceo. Fino al termine dell'indagine il giovane merita tutta la presunzione d'innocenza, certo. Peccato per lui che i nomi di famiglia, che evocano l'epopea *western* (i fratelli si chiamano

Geronimo e Lorenzo Cochis) non ispirino, a pelle, un mood di cortesia, di rispettosi inviti e di pazienti attese della risposta. E la sua incipiente carriera musicale, con un frasario così benevolo e rispettoso, tipo «Sono tutto matto, sono tutto fatto, sono tutto pazzo, ma ti fotto anche senza storia» (Sottovalutata), non è che migliori la situazione.



## 2) Ambito medico: il consenso informato > *qui lo firmo e qui lo nego*

L'ospedale è sporco, la sala operatoria altrettanto. Se il paziente vuol proprio farsi operare, già che firma il consenso all'anestesia, che firmi pure 'sta liberatoria sul "rischio oggettivo aggiuntivo". Un ulteriore consenso da concedere, incrociando le dita, prima di andar sotto i ferri.

Scena da cronache di guerra o da film-denuncia? No, no, è accaduto nel 2021 in Italia, conseguenza di un paio di settimane di sciopero della ditta di pulizia. Ma è solo una ciliegina.

Vediamo la torta.

Il consenso informato in medicina è l'accettazione che il paziente esprime a un trattamento sanitario, in maniera libera, e non mediata dai familiari, dopo essere stato informato sulle modalità di esecuzione, i benefici, gli effetti collaterali e i rischi ragionevolmente prevedibili, l'esistenza di valide alternative terapeutiche. (Enpam, *Una definizione di consenso informato*)

Il termine *informed consent* compare per la prima volta in un processo celebrato in California nel 1957. La sintassi inglese mette bene in chiaro: prima *inform*, poi *consent*: il personale medico spiega bene al paziente la condizione clinica e le possibilità di diagnosi o di terapia. A quel punto, il paziente decide, liberamente e sulla base delle informazioni ricevute, se accettare o meno l'iter.

Il *consenso informato* è un documento delicato perché assume valore quando il paziente comprende ciò che il personale medico gli ha spiegato, anche integrando a voce ciò che è scritto nel testo. A questo proposito, il Recepimento delle linee guida dell'U.E. di buona pratica clinica per la esecuzione delle sperimentazioni cliniche dei medicinali” precisa:

4.8.6 Il linguaggio usato nelle informazioni orali e scritte concernenti lo studio, compreso il modulo di consenso informato scritto, deve essere il più possibile pratico, non tecnico e deve essere comprensibile per il soggetto o per il suo rappresentante legalmente riconosciuto e per il testimone imparziale, ove applicabile.

Chiarezza e trasparenza influiscono sul rapporto di fiducia e sulle aspettative di cura delle persone. Spesso presentato come una mera formalità («Firmi qui, sa... la burocrazia...»), il consenso informato segna in realtà il punto di partenza della terapia: una scelta consapevole e collaborativa. Ecco che l'informazione al paziente è parte integrante della prestazione sanitaria; anzi, è essa stessa prestazione sanitaria, come ogni altro intervento diagnostico-terapeutico.

Utile, per esempio, descrivere i sintomi con parole comprensibili, traducendo i tecnicismi:

Il liquido anestetico può provocare reazioni allergiche generali: respirazione difficile (**broncospasmo**) e gonfiore della gola (**edema laringeo**), fino al collasso cardiocircolatorio da shock anafilattico.

Queste cure hanno dimostrato effetti positivi se somministrati a lungo termine dopo un **infarto acuto del miocardio** (ostruzione completa delle coronarie, le arterie del cuore, che porta a danni cardiaci).

O anche raggruppare gli effetti collaterali in un elenco:

Gli effetti collaterali più frequenti dei farmaci includono:

– ipotensione (pressione sanguigna bassa)

– vertigini/mal di testa/giramenti di testa ...

E, soprattutto, invitare il paziente a segnalare ciò che non è chiaro. Che significa, di nuovo, ascolto.

### **3) Ambito relazionale: sesso o possesso?**

Se poi analizziamo l'ambito tenuto in genere più nascosto, quello delle relazioni affettive, troviamo persino le tracce di un *ratto consensuale*: pratica diffusa nel Sud Italia, prevedeva il rapimento della fidanzata da parte del fidanzato e la fuga lontano dai genitori. La classica *fuitina*.

Curioso che, prima ancora di *consensuale*, si chiami *ratto*, come quello che avvolge di leggenda la fondazione di Roma. Romolo si rivolge alle popolazioni vicine per stringere alleanze e ottenere delle donne con cui procreare e popolare la nuova città. Al rifiuto dei Sabini, risponde con l'inganno: organizza un grande spettacolo per attirare gli abitanti e poi rapire centinaia di donne.

Rifiuto, inganno, rapimento.

Ingredienti presenti anche nel brano funk degli anni '80 citato in apertura, *Ma quale idea*:

*L'ho beccata in discoteca / Con lo sguardo da serpente  
Io mi sono avvicinato / Lei già non capiva niente  
L'ho guardata, m'ha guardato / E mi sono scatenato ...*

Il brano, che ha saputo raggiungere le generazioni successive, reinterpretato dai Flaminio Maphia nel 2005 e oggi viralizzato da TikTok, racconta l'incontro tra un bullo da discoteca e la sua preda. Lei già brilla, lui ne approfitta (scena agghiacciante: ricorda qualche evento recente?)

Lui ne coglie lo sguardo, e lo legge malizioso e consenziente:

*Era cotta innamorata, per i fianchi l'ho bloccata e ne ho fatto  
marmellata*

Servissero particolari:

*M'è venuta una pensata / Nella tana l'ho portata*

*Le ho versato un'aranciata / Lei si è fatta una risata*

*Al mio whisky s'è aggrappata / Cinque litri si è scolata*

*Mi sembrava bell'andata...*

Fino al top del trasporto poetico:

*L'ho bloccata accarezzata / Sul visino suo di fata / Ma sembrava  
una patata*

*L'ho acchiappata, l'ho frullata / E ne ho fatto una frittata*

È successo a diverse attrici vittime di Harvey Weinstein, il produttore cinematografico che da un lato otteneva consenso sociale mostrando un tenace impegno contro povertà, Aids e malattie varie, e dall'altro si cimentava in stupri e violenze sessuali di una certa fantasia.

Sul set succede a Cassie, protagonista di *Una donna promettente*: finge di essere ubriaca nei locali e viene adescata da vari uomini. Quando lui la trascina nella sua tana, lei gli rivela la sua sobrietà e lo scoraggia a comportarsi così. Una specie di terapia d'urto, generata dallo stupro subito dall'amica.

Pensiamo anche ad Artemisia Gentileschi, la pittrice affidata dal padre alla guida dell'amico Agostino Tassi, che la violentò nonostante i numerosi rifiuti. Famoso il processo cui fu sottoposta, lei, per dimostrare la propria innocenza.

La dinamica è ricorrente. Lui, da solo o in compagnia, cerca il contatto fisico, lei rifiuta (subito o a un certo punto, poco importa), lui continua e si prende ciò che vuole. Non è sesso, è possesso. A casa, al lavoro, in discoteca, per strada, sui mezzi pubblici. Fra amici, parenti, colleghi, sconosciuti. Poi lui è descritto come dominato dagli istinti, malato o accecato dalla passione (vedi anche violenza). Lei lo ha provocato? ora ne paga le conseguenze. Si chiama vittimizzazione secondaria ed è anche la narrazione del caso di Palermo salito agli orrori della cronaca.

Secondo Istat (2018) > “Gli stereotipi sui ruoli di genere e l’immagine sociale della violenza sessuale”:

- il 39,3% degli Italiani pensa che le donne possano sottrarsi a un rapporto sessuale non voluto
- il 23,9% pensa che siano le donne a provocare con il loro modo di vestire
- il 15,1% ritiene che la donna ubriaca o sotto effetto di droghe sia responsabile della violenza.

Sebbene il nostro Codice penale specifichi che chi abusa delle condizioni di inferiorità fisica o psichica della persona offesa commette reato di violenza sessuale, come società non siamo ancora in grado di non colpevolizzare chi ha subito molestie e stupri, e anzi siamo convinti che siano le donne a doversi difendere. Siamo cresciuti con la convinzione che gli uomini dovessero vincere quel minimo di resistenza delle donne e che i “no” fossero in realtà dei “sì” pudichi e questa forma mentis si riflette anche sulle sentenze che tutt’oggi vengono emesse e sulle motivazioni date per assolvere chi è accusato di stupro. (Carolina Capria, *Dalla parte di Cassandra*)

Come a dire che in fondo è sempre un po’ colpa di chi subisce, legittimando l’esistenza di un rapporto di subordinazione. Consenso o no, “se l’è cercata”.

## **Dai un bacio allo zio**

La World Association for sexual health indice ogni anno la

giornata mondiale per la salute sessuale, e nel 2023 ha scelto come tema proprio il consenso. Secondo l'articolo 5 della Dichiarazione dei diritti sessuali:

Ogni individuo deve essere libero dalla violenza e dalla coercizione sessuale, inclusi: stupro, abuso sessuale, molestie sessuali, bullismo, sfruttamento e schiavitù sessuale, traffico di persone per scopi di sfruttamento sessuale, test della verginità e violenza commessa a causa di reali o percepite pratiche sessuali, orientamento sessuale, identità ed espressione di genere e diversità fisica.

Il paragrafo specifica che il diritto alla libertà riguarda ogni persona, di ogni identità (biologica e di genere), diversità fisica, età.

I bambini, per esempio, come spesso gli anziani, dipendono emotivamente e fisicamente dalle persone adulte che se ne prendono cura. È facile pensare che figli e genitori – quando l'autonomia non ce l'hanno ancora o non ce l'hanno più – siano estensioni di sé. “Qualcosa”, e non “qualcuno”, da tenere sotto il proprio controllo, a costo d'ignorarne bisogni e confini personali.

«Dai un bacio allo zio», «Abbraccia la nonna», «Vieni che cambiamo il costumino», diciamo, ignorando un disagio o una volontà che magari non sanno esprimersi.

Il linguaggio prepara il terreno ai comportamenti: se qualcuno si sente costretto a baciare o abbracciare qualcun altro,

forse poi avrà meno strumenti per capire e difendersi dagli abusi.

Vale anche per le persone anziane o quelle con disabilità. «Tanto non capisce», «Che t'importa, ormai sei vecchio/a», «Spogliati», sono espressioni mortificanti. Si presuppone che non sia necessario chiedere il consenso per baciare, abbracciare, esporre corpi, ma anche toccare qualsiasi parte del corpo, condividere cibo, fare foto.

E quando tocchiamo la pancia di una donna incinta? Dimentichiamo che è una parte del corpo della donna, e che il contatto genera una risposta fisica ed emotiva.

*Mia figlia, mio figlio, mia madre, mio padre.*

Parafrasando Ella Marciello, la cultura del consenso si forma se c'impegniamo a staccare il concetto di proprietà dalle persone e se capiamo che figli e genitori sono esseri umani, anche quando hanno bisogno di noi.

# Mascolinità

**Ha ancora senso parlare di mascolinità o possiamo archiviare questo concetto?**

## Mascolinità CLICCA QUI PER VEDERE LA DIRETTA

*Man made the cars to take us over the road  
 Man made the train to carry the heavy load  
 Man made electric light to take us out of the dark  
 Man made the boat for the water, like Noah made the ark  
 This is a man's, man's, man's world*

*James Brown – It's A Man's, Man's, Man's World*

Ascoltavo James Brown, genio esuberante e multiforme, capace di combinare gospel, rhythm and blues, soul, funk, rap e disco. Insomma uno che ha sempre messo insieme cose diverse. Sulle parole qui sopra, m'inchiodo.

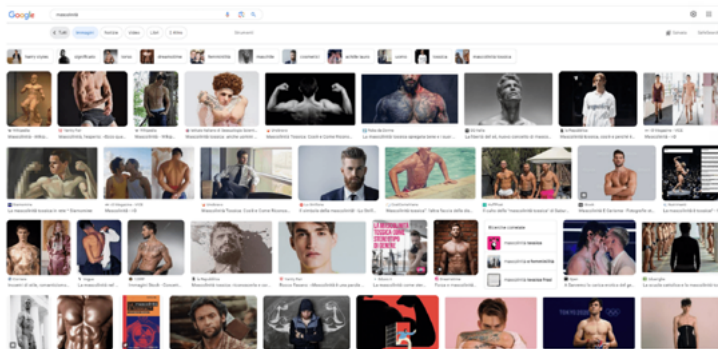
Piano, James. Quando urli che l'uomo ha costruito le macchine, il treno, la luce elettrica, la barca, citi pure Noè, e ripeti più volte *It's a man's world*, che intendi, di preciso?

Chiedo a Google, che come risposta m'aggiunge una lista di domande. La prima: «Perché è chiamato “man's world”?». E di seguito: «Quando James Brown cantava *It's a man's world*, si riferiva alle attività svolte da uomini aiutanti come produrre macchine, treni e denaro».

“Uomini aiutanti”. Un uomo aiutante è un uomo che aiuta, vigoroso, risolutivo. Così il pensiero va al contesto storico della canzone, gli anni '60. Lì il concetto di mascolinità aveva confini precisi, e in caso di dubbi era utile rimmetterlo a posto. Le riflessioni su sesso, genere e orientamento sessuale non erano entrate nel discorso comune, e i pensieri non erano pronti a

cercare nuove parole.

Cambio chiave di ricerca: scelgo “mascolinità”, ed ecco il responso di Google Immagini:



Quadri del nostro tempo. Corpi scolpiti, tatuaggi, sguardi sostenuti, braccia conserte. E, per ampliare lo stereotipo, abiti da donna, acconciature vistose, riferimenti espliciti alla “mascolinità tossica”, espressione che indagheremo tra poco ma che lascia intuire il significato. E perfino del rosa (che, tra l’altro, ho scoperto da poco, fino al secolo scorso era un colore maschile; non solo nella pittura sacra, anche nel comune senso estetico, che pensava il rosa come un mix tra rosso e bianco – il sangue, super virile, e la purezza di spirito – e percepiva invece il blu delicato e grazioso).

Un tempo, certo, era tutto diverso.

## **L’eroico e il sacro**

I libri di storia di rado cominciano quando cominciano gli

esseri umani. Il mio cominciava con degli dei maschi che davano agli uomini potere sulle donne e sulla natura, milioni di guaritrici bruciate come “streghe” perché insegnavano metodi contraccettivi, il razzismo che giustificava il colonialismo, e le lingue romanze, che attribuiscono un genere pure a tavoli e sedie.

(Gloria Steinem, *Women: new portraits*, introduzione alla mostra di Annie Leibovitz)

Eccolo, il solito estremismo vetero-femminista.

Eppure, pensandoci, anche il mio libro di storia iniziava con qualcosa del genere. Credo iniziasse dalle abilità dell'uomo primitivo che poi si è ingegnato per sopravvivere, ha combattuto guerre, conquistato terre e organizzato civiltà. Imprese virili, che poi hanno scritto le leggi dei popoli.

L'uomo al centro, spesso per volontà di un Dio, che non si capisce bene perché dovrebbe avere un genere, ma che per i cattolici è addirittura *Padre onnipotente*, e che dal suo sguardo severo domina tutto il creato. D'altra parte, se i re maschi dominavano vaste porzioni di terra, comprensibile che un super maschio la dominasse tutta quanta.

Al di là del puntiglio di chi vuole linguaggi inclusivi anche per i testi sacri (non è uno scherzo: i teologi episcopali americani propongono parole neutre come *Ruler* o *Creator* al posto di *King*, e addirittura di sostituire *He* con *She*), il punto è che la religione ha contribuito a fare cultura, dando istruzioni precise su maschile e femminile. E a forgiare una concezione del

mondo un filo patriarcale (cfr. Il Post, *Questioni di un certo genere*, pag. 109).

E se dai testi sacri in giù, nelle fiabe, nella musica, nei film, nella pubblicità, le persone sono sempre state rappresentate o “maschili” o “femminili”, ecco i modelli che hanno dettato i modi di stare nel mondo: le bambine rispettose, emotive, diligenti, aggraziate; i bambini ingegnosi, vivaci, temerari, risoluti.

Allora: sorvoliamo sul fastidio che tale schematismo può provocare, dopo tanto lavoro fatto nelle scuole, nelle istituzioni, nei centri culturali e sociali, per affermare la parità dei vari generi. Sorvoliamo anche sugli elementi di falsità che lo schematismo contiene: l'agricoltura, per dirne una, è stata inventata dalle donne, non proprio negli ultimi decenni, e ancora oggi nel mondo è gestita in larga parte da donne; le figure femminili di cui sono piene la letteratura, la pittura, la musica, l'arte in genere, son tutt'altro che figurine belline sciocchine e smorfiose; le doti mostrate dalle donne nelle professioni vanno ben oltre accoglienza sensibilità e intelligenza emotiva, e includono profondità di visione e lungimiranza, solidità amministrativa, organizzazione, educazione/comunicazione, multidisciplinarietà e – attenzione! – *problem solving*.

È comunque innegabile che abbiamo interiorizzato l'assioma per cui ciò che è maschio *non può* essere femmina e ciò che è femmina *non deve* essere maschio. Almeno fino a qualche decennio fa, dunque, mascolinità era decidere, femminilità era obbedire.

Ma... di nuovo... andiamo piano. *Mascolinità / femminilità*. Sento un parallelismo zoppo: anche ammettendo un mondo binario, se di là c'è il *femminile* e di qua c'è il *maschile*, sostantivando ci saranno *femminilità* e *maschilità*. Perché allora *mascolinità*? Che cosa è *mascolino*?

Serve ancora il dizionario.

## Mascolinità è il complementare di femminilità?

*Treccani:*

**Maschilità:** l'essere maschio o maschile; complesso dei caratteri che sono, o sono ritenuti, tipici dell'uomo, in quanto maschio; virilità in senso generico.

**Mascolinità:** il complesso delle caratteristiche (aspetto fisico esterno, psicologia, atteggiamento e comportamento, gusti ecc.) che sono proprie dell'uomo in quanto si differenzia dalla donna, o che a lui tradizionalmente si attribuiscono: *m. d'aspetto, di modi, di voce* (spec. parlando di una donna); *ostentare, vantare la propria m.* (parlando di un uomo).

Uhm... Se il diavolo è nei dettagli, illuminiamo le parentesi: “parlando di una donna” e “parlando di un uomo”. Quindi esiste una maschilità riferibile a una donna? Scaviamo ancora.

Cerco **mascolino**:

con riferimento a donne, con il significato del più comune *maschile*: lineamenti m.; atteggiamenti m.; in abbigliamento m.; un modo di camminare mascolino

A diradare le nebbie arriva una voce autorevole: D'Annunzio, in *Forse che sì forse che no*:

Dorothy Hamilton, con quell'accento strambo che dava qualcosa di buffo a ogni parola, accavalciando una gamba su l'altra mascolinamente e scotendo la cenere della sua sigaretta di tabacco bruno.

Par di vederla, quella donna robusta, autoritaria, virile. Una "virago".

Altra parola problematica. Dal latino *virago*, da *vir*, uomo, maschio: donna che sembra un uomo.

Questo può valere sia come complimento, sia come denigrazione. In un'ottica decisamente rétro, certi sentimenti positivi e qualità erano ritenuti principale appannaggio del maschio (come a esempio forza e coraggio), e trovarli in una donna significava riconoscerle un attributo straordinario: pensiamo alla virago che sventa la rapina disarmando il malvivente, alla virago delle forze dell'ordine che incute reverenza solo a vederla, o a un'attempata virago che porta su per sei rampe di scale quattro confezioni di bottiglie d'acqua. Quest'assimilazione al maschio può essere indotta analogamente da certi caratteri poco femminili dell'aspetto fisico – pensiamo alla virago baffuta e nerboruta – o della personalità – pensiamo alla direttrice



senza immutabile, e se esiste, sul lato opposto, la maschilità ancestrale, recondita, e se entrambe hanno un che d'indefinito, pare esista anche una forma stranamente combinata, amplificata, un po' distorta, ancora meno chiaramente definibile, appunto la mascolinità. Insomma se procediamo lungo il binario maschio/femmina, distribuendo di qua e di là i valori della visione tradizionale, se continuiamo a pensare la mascolinità per contrasto rispetto alla femminilità, noi blocchiamo lo sguardo sugli stereotipi. Può assicurare, sulle prime, ma è sterile e anacronistico.

Un'altra lettura ci dice che la mascolinità può avere due forme: una praticata da femmine che esibiscono tratti maschili, e una praticata da maschi che li esasperano, quei tratti.

Tra le prime, esistono nella storia prove secondo cui molte donne leader sarebbero state sanguinarie e bellicose più degli uomini. Uno studio del 2017 dell'università di Chicago, dal titolo *Queen*, dimostra che, partendo dal 15° secolo, le regine europee avevano il 38,8% di probabilità in più rispetto ai colleghi maschi di portare i propri paesi in guerra. Elisabetta I e Vittoria d'Inghilterra, Maria Teresa d'Austria, Caterina la Grande di Russia, descritte non proprio come dei fiori delicati (James Hansen, *Nota Diplomatica: Regine sanguinarie*, 1 luglio 2022).

Quanto ai maschi che esasperano i tratti maschili, difficile scegliere tra i molti esempi illustri. Rispetto alle performance di tanti leader di casa nostra, di certo non sfigura l'ex premier britannico Boris Johnson, raggiungendo livelli stellari nell'arte di accaparrarsi consenso, durante un comizio a Henley, nel

2005, pare abbia promesso agli elettori maschi che dare il voto al suo partito avrebbe ingrandito i seni delle loro mogli. Leggenda? Fake? Chissà.

Una volta si usava la parola *macho* per indicare un uomo ostentatamente virile. Era la caricatura di un'indole passionale e risoluta. Ora il termine *machismo* è più associato al concetto di mascolinità tossica, espressione coniata negli anni '80 dallo psicologo Sheperd Bliss per "l'insieme dei tratti regressivi usati per favorire il dominio, la svalutazione delle donne, l'omofobia e una violenza priva di ragione". Quando un uomo se ne lascia imprigionare, si assottiglia la linea che separa gli episodi di ostentazione di forza e quelli di violenza fisica e psicologica. Ma non è stereotipo: è crimine.

## **Volere è potere?**

*È inutile che dici di no / Stavolta a compromessi non scendo*

*Sei l'unico diritto che ho / Io non ti voglio, ti pretendo*

Raf, Ti pretendo

Era il 1989: il cantautore Raf raccontava un romanticismo da vecchio manuale: la parte del maschio innamorato era vantare diritti, quella della donna era adempiere ai suoi doveri.

Erano solo pochi anni che l'Italia aveva detto addio al delitto d'onore, e la parola consenso era ancora lontana dal significato che ora le attribuiamo. Un uomo pazzo d'amore poteva tutto,

giustificato da quell'antico diritto di proprietà su cose e persone. Ce ne voleva, ancora, perché si trovassero le parole per descrivere quell'ingiustificato sopruso.

E in parte ce ne vuole ancora, se è del settembre 2023 la richiesta di assoluzione per l'uomo bengalese accusato di aver maltrattato la moglie. Secondo il pm di Brescia, le violenze sono state «il frutto di un impianto culturale, e non della sua coscienza e volontà di annichilire e svilire la coniuge per conseguire la supremazia sulla medesima, atteso che la disparità tra l'uomo e la donna è un portato della sua cultura». Altro tentativo di normalizzare la disparità di genere e derubricare gli episodi di violenza a fatti che possono capitare in certe culture. Paola Di Nicola Travaglini, giudice penale e consigliera della Corte di Cassazione, ha commentato sulla *Stampa*:

«Se schiaffi e umiliazioni sono tradotti come liti familiari, l'atto linguistico consente di ritenere, in nome dello Stato, che nel contesto di coppia o domestico siano una modalità ordinaria di gestione dei conflitti tanto da legittimarli e renderli impuniti (...). Gli effetti di un linguaggio che non descrive il fatto, ma lo deforma e lo omette in base a stereotipi interiorizzati e invisibili produce effetti devastanti».

Un impianto culturale, che troviamo in tante espressioni artistiche, sia pur trasfigurato dalla passione amorosa. Ricordiamo l'urlo struggente di Coccianti:

Margherita, Margherita, Margherita, adesso è mia

e persino Baglioni:

Io ti odio, ti odio, ti odio / Ma perché sei tanto bella? / Ti odio

Perché non scompari / Perché non ti uccidi / E perché ti voglio tanto io (*Quanto ti voglio*)

E se pensiamo in inglese, solo per il titolo *I want you* troviamo antologie di brani, dai Beatles ai Savage Garden, dai Bon Jovi fino a Bob Dylan:

I wasn't born to lose you / I want you, I want you / I want you so bad

dove il “non sono nato per perderti” dichiara l'indole competitiva, il traguardo come un diritto da pretendere, appunto, ma poi c'è quel “ti voglio così tanto” che, detto in inglese, *I want you so bad*, contiene almeno un grano di consapevolezza sulla sua demenzialità.

Dunque, anche senza riprendere il ragionamento linguistico sugli “operatori modali”, che abbiamo già incontrato con la parola potere, riflettiamo almeno sul fatto che confondere una volontà, un'intenzione, o anche solo un desiderio, con la logica possibilità di realizzarlo, e quindi con la necessità, per altre persone, di adeguarsene, è follia.

E possiamo concludere che ci sono molti modi di essere maschi, che potremmo indagare i modelli che abbiamo sotto gli occhi per comprendere il mondo in cui viviamo, e che forse il concetto di mascolinità, e la parola stessa che lo definisce, possono essere archiviati tra le cose d'altri tempi.  
O almeno, I have a dream.

# Soldi

*Anatomia di una parola complessa che si presta a diventare allegoria dei comportamenti, dei costumi, delle avventure umane in genere.*



*Money / Get away*

*You get a good job with more pay and you're okay*

*Money / It's a gas! (...) New car, caviar, four star, daydream*

*(...) Money / Get back*

Money, Pink Floyd

L'attacco di *Money* fotografa due tipici atteggiamenti verso i soldi: quando li hai, ti affretti a spenderli (*Money, get away!*); quando non li hai, non vedi l'ora che tornino (*Money, get back!*). Nel video, uno scroscio di monete, al ritmo del registratore di cassa, ci trascina in un'estasi con sfilate di moda, macchine di lusso, yacht, casinò, alternati a file di operai, fabbriche, scuole, città frenetiche. Pacchia per alcuni, per altri condanna.

La penna di Roger Waters si burla così dell'avidità del consumismo: e proprio *Money*, nel 1973, segna il top d'incassi della band. Scherzi del contrappasso? Forse la contraddizione è nel significato stesso di "soldi", parola che agisce come una turbina di emozioni legate sia alla prosperità sia alla scarsità. Da un lato successo e sicurezza, dall'altro ansie, tensioni, scontri, guerre.

Presenza e assenza di soldi influenzano il linguaggio quotidiano, il tono delle relazioni interpersonali. Lo dice pure Mahmood, vincitore di Sanremo 2019: «Il pezzo *Soldi* non parla di soldi a livello materiale: parla di come fanno cambiare i rapporti all'interno di una famiglia».

## Unità tangibile o astratta?

Si parte, guarda caso, dal latino: *solidus* (sottinteso *nummus*, moneta) era il nome di una moneta, prima d'oro e poi d'argento, del tardo impero romano. Moneta solida, moneta intera, in contrasto alle monete meno pregiate, che ne rappresentavano una parte. Un soldo è l'unità di partenza, dove si comincia a contare una somma.

Fino agli anni '40, in Italia il soldo valeva 5 centesimi di lira. Oggi la parola al singolare si trova solo in espressioni quali *stare al soldo di...*, cioè stare alle dipendenze, o *non avere un soldo*.

Si usa in genere al plurale, in un significato materiale, di mezzo di scambio e pagamento, ma più spesso con una connotazione astratta, sinonimo di ricchezza e di status sociale. Lo stesso significato assunto da "denaro", altra parola nata nella storia economica latina (il numerale *deni*, "di dieci in dieci", indicava dieci assi di bronzo), ma poi sublimatasi e resasi quasi eterea, fino a indicare il seme più pregiato nelle carte da gioco.

Una materialità che si trasfigura in saggezza popolare, come in alcuni proverbi (*Chi non ha denaro in borsa abbia miele in bocca, Meglio spendere i soldi dal macellaio che dal farmacista, I soldi son come il letame: a nulla servono se non li spandi*) e in espressioni del linguaggio comune, come avere le *mani bucate*, avere il *braccino corto*, o *costare un occhio della testa* (qui il senso è ammantato di leggenda: pare che un condottiero spagnolo, colpito a un occhio da una freccia, vantasse così la propria dedizione agli interessi della Corona).

## Monete di cioccolato e criptovalute

Ma di che cosa sono fatti i soldi? La nostra prima esperienza con la loro materialità sta nei ricordi d'infanzia: le monete di cioccolato in carta dorata, e poi la paghetta, la prima indipendenza, che prendeva subito la forma dei desideri: figurine, caramelle, fumetti, ninnoli vari. Raro avere la lungimiranza di metterli da parte per sogni più grandi.

Rapidamente poi passiamo dalla paghetta allo stipendio (sì, non *così* rapidamente) e ci troviamo adulti, con forme diverse: il mutuo, le bollette, il pane da mettere in tavola. Cambiano anche i luoghi dei soldi: non più solo negozietti, tabaccherie, edicole, ma banche, compagnie assicurative.

E volessimo scendere un po' più a fondo in questo mondo, eccoci di nuovo nell'intangibile: pacchetti azionari, titoli di stato, ora anche criptovalute. Tutte scelte operabili, tra l'altro, dal nostro virtualissimo *home banking*.

Partiti dal *solidus nummus*, attraverso la cioccolata, arriviamo a misteriose sequenze di zeri e uno.

## Lo sterco del diavolo

Questo indefinito materiale/immateriale ci rende faticoso persino maneggiare la parola stessa. Che il denaro è lo sterco del diavolo, del resto, l'ha detto uno dei padri della Chiesa cristiana, San Basilio Magno. E di tanto in tanto, menti illustri lo ridicono: Dante, Martin Lutero, Papa Francesco.

Parlare di soldi sembra volgare. Può generare un senso di sporco, basso, poco elegante.

Ma tutto ciò non sarà perché siamo mal-educati a parlare di soldi?

Negli Stati Uniti già dai primi del 1900 s'insegna la *Family and Consumer Sciences* nelle scuole, come materia al pari delle altre: dalla ristorazione ai principi base di meccanica e idraulica, da come organizzare la contabilità di una famiglia o piccola azienda a come progettare investimenti di vita. In quella cultura pragmatica, parlare di soldi non è un tabù. Anche in Finlandia e Svezia i programmi di medie e licei prevedono queste materie.

In Italia, Economia e Diritto sono presenti solo in alcuni indirizzi di scuola superiore: per lo più sono lasciati alla libera iniziativa, agli studi universitari o agli eventi della vita. Ma conoscere il rapporto con i soldi "a proprie spese" può condannare a viverlo con sofferenza e solitudine, rende più difficile scegliere in libertà.

## **Competenza di cittadinanza**

Giovanna Boggio Robutti, direttrice generale di FEduFf, Fondazione per l'educazione finanziaria e al risparmio: «Da quando siamo nati in seno all'ABI, dieci anni fa, siamo impegnati nel togliere dai soldi quell'alone di negatività, e nel posizionarli come strumento di benessere e come valore per la legalità e per la sostenibilità; in linea con l'articolo 47 della Costituzione: 'La Repubblica incoraggia e tutela il risparmio

in tutte le sue forme’.

«Certo, c’è ancora molto da fare. Per esempio, ogni anno Consob fotografa la scarsa inclusione delle donne nelle scelte legate al denaro. E non è la sola iniquità economica nel nostro Paese: c’è anche quella geografica, con pesanti disparità di accesso alla cultura finanziaria tra Nord e Sud, e tra grandi e piccoli centri. Dal 2024, con il DDL Capitali, l’educazione finanziaria entra in tutte le scuole, di ogni ordine, grado e indirizzo, come parte dell’educazione civica: chissà che questo dia una spinta al considerarla una competenza di cittadinanza indispensabile».

## **Patrimonio/matrimonio: di chi è il “dovere”?**

Le parole *patrimonio* e *matrimonio* hanno una struttura comune: *pater* e *mater*, più la parola *munus*, dovere. Alla lettera, il patrimonio è il dovere del padre, il matrimonio quello della madre. Sorvoliamo sulla miopia della ripartizione. In ogni caso, *patrimonio* è ciò che appartiene al padre e verrà lasciato ai figli, per estensione l’insieme dei beni materiali e immateriali. *Matrimonio* è l’unione formalizzata di due persone, che, almeno secondo l’etimologia, come dice la Crusca, include la procreazione:

*matrimonio*, rispetto ad altri termini che vengono correntemente impiegati con significato affine, pone, almeno in origine, maggiore enfasi sulla finalità procreativa dell’unione: l’etimologia stessa fa riferimento al “compito di madre” più che a quello di moglie, ritenendo quasi che la completa realizzazione dell’unione tra un uomo e una donna avvenga con l’atto della

procreazione, con il divenire madre della donna che genera, all'interno del vincolo matrimoniale, i figli legittimi.

Anche se oggi il senso comune di questi termini è più neutro, il pregiudizio di genere che è dentro la storia produce effetti evidenti sull'approccio che uomini e donne hanno verso i soldi.

La scrittrice nigeriana Chimamanda Ngozi Adichie, nel saggio *Dovremmo essere tutti femministi*, racconta un episodio curioso. In auto con un suo amico, un passante li aiuta nella manovra in un parcheggio; lei prende dei soldi dalla borsa e glieli porge, come mancia. Quello li prende, felice, e ringrazia il suo amico: i soldi, anche se glieli dava lei, dovevano essere di lui.

È vero che, storicamente, le donne ricevono un'educazione più limitata sul denaro. La fotografia che esce dal libro *Le signore non parlano di soldi*, di Azzurra Rinaldi, è la convinzione comune che se una donna tratta temi legati al denaro può risultare ambiziosa e venale, conseguenza del sistema patriarcale e del suo impatto sulla violenza economica e sulle fatiche dell'emancipazione.

Secondo la Global Thinking Foundation, solo il 58% delle donne italiane ha un conto corrente a proprio nome, il 24,3% ha un conto personale e uno cointestato, il 12,9% ne ha solo uno cointestato (partner o altro familiare), il 4,8% non ne ha proprio. In sostanza, quasi 1 donna su 5 non ha un conto personale. Dal punto di vista del lavoro, poi, l'ultimo report di Fondazione Libellula indica che il 46% delle donne con lavoro dipendente non ha mai chiesto un aumento.

E non è un tema solo italiano. Linda Babcock, economista della Carnegie Mellon University, nel libro *Women Don't Ask* mostra che, sul lavoro, solo il 12,5% delle donne negozia il salario d'ingresso, contro il 52% degli uomini.

È vero anche che la gestione delle spese quotidiane è gestita in genere dalle donne. Non solo il *pocket money*, anzi, tutto il flusso di cassa, che richiede una pianificazione piuttosto raffinata: questo mese l'assicurazione, il prossimo la scuola di danza, quello dopo l'acconto sulle vacanze.

Cambiassimo prospettiva? Sicuri che i soldi siano di chi li possiede? In economia i soldi sono di chi li spende. E a livello globale, le donne incidono sulla maggior parte dei consumi: per ridimensionare il *gender gap* economico occorre che diventino consapevoli del loro "valore commerciale".

Lo si vede anche nel film *C'è ancora domani* di Paola Cortellesi: Delia fa molti lavori, attorno a lei ruota la vita e l'economia della famiglia. Subisce le varie prevaricazioni del marito, subisce soprattutto la sua violenza, deve persino consegnargli i soldi che guadagna, ma può anche facilmente ingannarlo, e tenerne un po' per sé, per coltivare i propri sogni. Non li realizzerà grazie ai soldi, ma troverà anche da lì l'energia per realizzare, alla fine, quello più importante (*no spoiler*).

## **Alla ricerca della felicità**

*Il denaro non è la felicità, ma ci permette di essere infelici in modo più confortevole*

Serviva Oscar Wilde per convincerci che i soldi non comprano la felicità?

Certamente non la comprano a livello personale. Ma nemmeno a livello sociale. Può esser vero che la lingua del consumo confina con quella della felicità: l'espressione *fare shopping*, per esempio, non indica solo un atto di acquisto, coinvolge concetti di autostima, gratificazione e status sociale; e *investire* non si limita al campo finanziario, si estende a scelte di vita e relazioni. Come è vero che obiettivi e progetti importanti neanche cominciano, senza soldi.

Tuttavia, il benessere complessivo di un Paese è descritto da molteplici fattori. Una buona metrica universale sembra essere l'indice di sviluppo umano delle Nazioni Unite, che tiene conto di salute e istruzione, oltre che del reddito pro capite.

## **I soldi sono un linguaggio**

*I soldi non esistono, sono numeri su un display  
Ma spesso stabiliscono anche il valore di chi sei  
Tanto li conti solo se non li hai  
Quando li metti in mostra tu che prezzo ti dai?*

Willy Peyote feat. Speranza & Jake LaFuria, I soldi non esistono

Esistono, esistono, i soldi, altro che solo numeri su un display. Magari non stabiliscono il valore di chi siamo, ma sono di certo un linguaggio per comunicare stili, obiettivi, valori.

Limitiamo qui a poche righe un concetto che prende molte pagine nei trattati di economia: la differenza tra costo e prezzo. Il costo è la quantità di soldi di cui devo disporre per ottenere un bene: un numero su un cartellino. Il *prezzo* è ben di più: è ciò che sono disposto a pagare per ottenere quel bene, più il *valore* che gli attribuisco. È una componente essenziale della percezione: se è basso, posso pensare di aver lì un'occasione, oppure un valore scarso. Se è alto, penso all'avidità del venditore oppure a una grande qualità. È il mix tra il mio senso di bisogno e l'unicità/rarità dell'offerta. È evidente che le scelte che segnano una svolta nella nostra vita hanno un costo, un prezzo, un valore.

La parola "soldi" è dunque uno specchio linguistico che riflette le dinamiche complesse della società. Da semplice unità di scambio, assume poi ruoli molteplici, influenzando il modo in cui percepiamo, comunichiamo, viviamo. Esplorare il linguaggio dei soldi può illuminare aspetti profondi della nostra cultura. Perché il rapporto che abbiamo con i soldi racconta la storia di chi siamo, della famiglia e della società che ci hanno influenzato. Insomma, molto di noi.

*Può aiutarci qui il ricordo di Zio Paperone che si tuffa nei fantastiliardi. Il suo successo parte da un'infanzia disagiata, da un lavoro umile e dalla prima moneta guadagnata, la Numero Uno. Il suo bene più prezioso, obiettivo rincorso dalla Banda Bassotti. Valore reale: un centesimo di penny. Niente. Eppure Paperone la custodisce con cura: nulla sarebbe stato senza quel cent. È il sogno di una vita diversa, i sacrifici compiuti per raggiungerla. È il solidus nummus da cui tutto è partito.*

# Negoziazione

**Evitare di accentuare le differenze, e dare risalto ai punti di contatto, aiuta a trasformare i significati, e quindi i comportamenti, attraverso le parole.**

## Negoziazione

CLICCA QUI PER VEDERE  
LA DIRETTA

L'amore in fondo non è poi che un baratto  
Dai, troviamo un riscatto  
Di qualche cosa ti puoi anche privare  
Dai, facciamo l'affare

Renato Zero, Baratto

Fare l'affare: c'è chi il fiuto ce l'ha e chi no; c'è chi dalle situazioni ci guadagna e chi di qualche cosa si priva. Sarà quel "nego" in apertura. Fatto sta che a qualcuno viene negato qualcosa. Una storia d'amore, l'acquisto di una casa, un contratto di lavoro: mors tua, vita mea. C'è sempre chi perde.

Vista così, la negoziazione ha il sapore dello scontro tra due parti che ambiscono a un vantaggio. Ma già riflettendo sulla parola binario abbiamo messo in discussione lo schema delle due parti contrapposte. Riuscissimo a guadagnare un nuovo senso al concetto di negoziazione, potremmo "uscire dai binari" e intravedere una direzione più vantaggiosa.

Negoziatrici e negoziatori

Non è solo l'impegno per evitare il maschile sovraesteso a farci considerare il ruolo delle donne nella negoziazione. È anche il riconoscimento del ruolo che hanno le donne, nella storia, nel costruire i tessuti di pace. Una storia fatta più di tradizione e di racconti popolari, per la verità, che di documenti, data l'esiguità della presenza femminile tra i capi di Stato e di governo nell'età contemporanea, e quindi di valenza statistica.

Tra il 1950 e il 2004, infatti, stando ai dati raccolti da Katherine W. Phillips, docente alla Columbia Business School, su 188 Nazioni, solo 48 donne sono state ai vertici del loro Stato, 18 Presidenti e 30 Prime ministre. Meno del 4% del totale. In due Paesi, Ecuador e Madagascar, le rispettive cape di Stato han servito per due soli giorni, prima di essere rimpiazzate da maschi.

Ma è anche vero che Mary Caprioli, della University of Minnesota, analizzando diverse crisi militari nel XX secolo, ha rilevato che quando aumentano le donne in un Parlamento, è assai meno probabile che quello Stato ricorra alla violenza per gestire una crisi internazionale. Inoltre, secondo uno studio della no-profit Inclusive Security, su 182 accordi di pace firmati tra il 1989 e il 2011, è più verosimile che si giunga a una pace duratura dopo un conflitto se ci sono donne ai tavoli negoziali.

Suggestiva anche la proposta della poetessa inglese Dorothea Hollins, all'inizio della prima guerra mondiale: formare una forza di spedizione fatta di 1.000 donne, e inviarla in una missione di pace attraverso i campi di battaglia europei, interponendosi tra gli eserciti in lotta nelle trincee (proposta che non si concretizzò, ma che sogno, persino nei folli giorni attuali!).

E poi se Steven Pinker, uno dei pensatori più influenti del nostro tempo, dice nel libro *Il declino della violenza* (2013) «Le donne sono state, e saranno, la forza pacificatrice», io gli credo.

Dalla bottega al conflitto

Apriamo la parola: nec-otium, “non ozio” in latino. Nell’antica Roma l’otium era il tempo privato, il luogo dove dedicarsi alle arti, al benessere personale (es. le terme), quindi era considerato un valore positivo. Gli veniva contrapposto il negotium, l’attività pubblica, prevalentemente quella politica (il lavoro, da quello nei campi alla bottega, non era cosa per le classe alte, quindi niente che fosse neanche degno di questa definizione.) Vedi come cambiano, nel tempo, le scale dei valori? Oggi evitiamo l’ozio invece del lavoro, e la parola negoziare ha preso tutt’altro senso.

Aggiungiamo ora un trattino per aprire una fenditura diversa, e illuminare gli altri possibili significati. Negozi-azione: letta così diventa l’azione di lavorare, proprio il contrario dell’evitarla.

Due significati secondo Treccani. Il primo è “esercitare un commercio”, da cui l’uso del termine negoziante, che da participio è diventato sostantivo. Il secondo è “fare oggetto di contrattazione per la compravendita”. Significato che, esteso anche al linguaggio diplomatico, politico e sindacale, indica l’azione di trattare, mediare, trovare un accordo. In questo caso, per mettere in atto una negozi-azione è necessaria un’interazione tra le parti che non si limita a uno scambio per raggiungere i reciproci obiettivi. Entra in gioco la contrattazione, cioè la capacità di trovare un compromesso soddisfacente per tutte le parti coinvolte.

E salta fuori, di nuovo, un riferimento allo scontro. Negoziare è dunque andare oltre il conflitto?

Relazione in cui le parti riceverebbero un vantaggio dalla cooperazione, ma sono in conflitto sul modo in cui suddividere i vantaggi. (John F. Nash, *The bargaining problem*)

Relazione, vantaggio, cooperazione: ci voleva uno tra i più brillanti matematici del Novecento, John Nash (quello della teoria di giochi, premio Nobel per l'economia nel 1994) per capire che un equilibrio stabile tra le persone si fonda su reciprocità/scambio, quindi su accordo/dialogo?

Negoziazione min

Negoziare è con-vincere?

Un famoso aneddoto, diffuso dalla Harvard Negotiation School – scritto però circa un secolo fa dalla politologa Mary Parker Follet (1868-1933) – è riportato da William Ury nel libro *Getting to Yes: Negotiating Agreement Without Giving In* (significativo il sottotitolo: negoziare senza cedere):

Due sorelle si contendono l'unica arancia rimasta in frigorifero. La mamma cerca di porre fine al loro litigio, dividendo l'arancia a metà. Ma ottiene un ulteriore aggravio della lite per l'insoddisfazione di entrambe. S'insertisce la nonna, saggia e pacata, e chiede alle due sorelle a quale fine volessero l'arancia. Una voleva spremerla per berne il succo; l'altra voleva grattugiare la buccia per farne una torta. Spremuta la polpa per l'una e consegnata la buccia all'altra, la nonna le soddisfa entrambe.

Una soluzione ideale per entrambe, ottenuta grazie all'ascolto e al dialogo.

Abbiamo tutti esperienza del concetto di “convincere”, no-

nostante la parola sia spesso associata all'idea di manipolare le persone. Se sappiamo astenerci da giudizi etici, possiamo ribaltare la prospettiva. I genitori convincono i figli e le figlie a far qualcosa, e viceversa. Tra fratelli e sorelle ci si convince per prestarsi questa cosa o quell'altra. Succede tra amanti, nel lavoro, nell'amicizia, che si tenti di negoziare qualcosa. È ascolto, è ricerca di un accordo, è dialogo.

Nella negoziazione “non si tratta di dominare, non è una guerra con vincitori e vinti, è più come una danza in cui ci si muove insieme. Ruchi Sinha, docente di psicologia alla University of South Australia, racconta nel suo TED 3 mosse utili per negoziare:

Fai la tua ricerca: assicurati che ciò che chiedi sia qualcosa di realistico: osserva e infòrmati;

Preparati mentalmente: immagina come superare i possibili ostacoli, soprattutto quelli che coinvolgono le nostre emozioni più negative (rabbia, ansia, paura), e tieni a mente che l'esito della negoziazione non definisce il tuo valore;

Mettiti nei panni dell'altra parte: pensa ai bisogni e alle sfide dell'altra persona, immagina il suo punto di vista e gli effetti che potrebbe avere la tua richiesta.

E conclude:

Molti dei nostri errori di negoziazione non nascono da disaccordi ma da fraintendimenti. Quindi è importante ascoltare bene, chiedere perché e perché no? Così troverai opportunità inaspettate in soluzioni vantaggiose per tutti.

Nel racconto dell'arancia, la nonna chiede alle bambine cosa

vogliono ottenere davvero, mentre la mamma, senza fare domande, aveva proposto una soluzione di per sé buona, ma non soddisfacente. L'obiettivo quindi è cercare una mediazione e un punto comune. E se, dopo aver ascoltato e indagato i reali bisogni altrui, l'altra persona è disposta a dialogare è perché si sarà con-vinta del vantaggio che viene a tutti dalla soluzione. Significa prendere una decisione che non è necessariamente perfetta, ma è la più efficace per tutte le persone coinvolte.

Adam Smith ha detto che il miglior risultato si ottiene quando ogni componente del gruppo fa ciò che è meglio per sé, giusto? Incompleto. Incompleto! Perché il miglior risultato si ottiene quando ogni componente del gruppo farà ciò che è meglio per sé e per il gruppo!

(Russel Crow che interpreta John Nash, *A beautiful mind*)

Ecco un ulteriore senso del negoziare: una strategia con la quale tutte le parti ottengono qualcosa con un dialogo che con-vince, nel significato di “vincere con”, “vincere insieme”.

Per “con-vincere”, poi, è possibile anche un altro etimo, se possibile ancora più affascinante: del tutto slegato dal senso della vittoria, fa ricorso a “vincire”, ossia legare. Avvolgere, cingere, legare insieme. Con-legare, collegare. Due o più parti che si connettono, senza entrare in gara per vincere.

De-scalation: il valore dell'aspettare

Vincere insieme. Facile a dirsi, meno a farsi, quando in campo ci siamo noi con le nostre convinzioni, le emozioni, i pensieri e il nostro modo di esprimerci. A volte, tutto questo può por-

tare a un cortocircuito nella relazione che, se non disinnescato, può generare un'escalation esplosiva.

Scena in ufficio. Due colleghi si accusano a vicenda perché il report è stato consegnato in ritardo.

X: Sei stato tu, è colpa tua!

Y: No, è colpa tua. Oltre a colpevole sei anche bugiardo!

X: Io bugiardo? Sei tu che non mi hai avvisato in tempo: il lavoro l'avrei già consegnato da un pezzo.

Y: Sì certo... potevi muoverti, e non stare in pausa caffè così tanto. Sei sempre il solito!

Le parole sottolineate sono attacchi diretti all'individuo, non al suo modo di fare. La differenza nel dire "sei un bugiardo" o "hai detto una bugia" è banale solo in apparenza. Nel primo caso stiamo giudicando la persona: sei fatto così, è il tuo essere, non puoi farci niente; e sarai sempre bugiardo. Nel secondo caso valutiamo il comportamento: il fatto è contestualizzato, specifico, accaduto in quel tempo e in quel luogo, e quindi lascia spazio alla possibilità che ci sia rimedio.

Secondo il linguista Robert Dilts, si tratta di spostarci dal mondo dell'essere al mondo del fare, dove c'è più disponibilità a discutere, a trovare un accordo e anche ad accettare un NO.

Se la reazione dell'altra persona è di attaccarci o minacciarci, il nostro primo impulso può essere di contrattaccare ed en-

trare nel suo mondo dell'essere. Una strategia ben più efficace è neutralizzare l'impatto del suo comportamento, usando il fattore tempo:

Spendi la tua reazione quando hai voglia di contrattaccare. Ascolta quando hai voglia di rispondere. Costruisci un terreno comune quando senti di voler spingere la tua opinione. Mantieni la calma quando stai per entrare in escalation. (William Ury, docente di negoziazione ad Harvard, co-fondatore del Program on Negotiation (PON))

Strategia usata con grande efficacia nella crisi dei missili a Cuba nel 1962, quando gli americani misero in atto un piano che, anziché sull'attacco, mirava a fermare i sovietici ed evitare la terza guerra mondiale. Il piano, messo a punto per guadagnare tempo e raggiungere un accordo, prevedeva per Cuba un blocco navale che avrebbe fermato le navi russe che trasportavano i missili nucleari. In altre parole, Kennedy e il suo entourage tolsero ai sovietici la possibilità di attaccare, senza cedere alla tentazione del contrattacco che invece avrebbe portato a un'escalation che oggi non saremmo qui a ipotizzare (molto fedele la ricostruzione del fatto nel film *Thirteen Days*).

Pensa, prima di sparare, pensa / prima di dire e di giudicare,  
 prova a pensare  
 Resta un attimo soltanto, un attimo di più / Con la testa fra  
 le mani

(Fabrizio Moro, Pensa)

Allenare il metodo CRG

Studiando la parola accordo abbiamo già incontrato il metodo linguistico definito C.R.G., Calibrazione-Ricalco-Guida, molto utile per aprirsi alla persona con cui stiamo discutendo, ridurre la temperatura, disinnescare il contrasto. Il metodo ci aiuta a calibrare chi abbiamo di fronte, cioè ascoltare senza giudizio; a ricalcare alcuni aspetti del suo comportamento, per creare empatia e fiducia; e poi a guidare verso un obiettivo comune.

Un paio di esempi: colloquio di lavoro e normale dialogo d'ufficio:

– Marco: per caso ha intenzione di diventare madre e di avere figli?

– Sabrina: la mia unica intenzione è quella di lavorare bene in questo team

Dopo la richiesta inappropriata di Marco, Sabrina calibra la richiesta e ricalca la parola intenzione. Poi guida e sposta il pensiero dalla sfera privata (famiglia, avere figli) a quella professionale.

– Aldo: ma che vuoi saperne tu che sei nato ieri, lascia fare a chi ha esperienza!

– Giovanni: proprio perché sono nato ieri sono pieno di energie, e poi dovrò pur imparare no?

Giovanni calibra e ricalca un dato di fatto, l'essere giovane, guidando Aldo a considerare che sia le persone adulte sia quel-

le giovani possono avere valore. Nel primo caso è l'esperienza, nel secondo è l'averne più energie e voglia di imparare. Giovanni non nega di essere giovane o che Aldo abbia più esperienza, ribalta semplicemente la prospettiva e trasforma un aspetto negativo in positivo.

E alcuni esempi raccolti in luoghi dove spesso il conflitto, dato il livello di tensione, è ben più che metaforico: le sale d'attesa dei Pronto Soccorso.

- Quando tocca a me? >>> Quando tocca a lei la chiamiamo.
- Voi fate passare sempre prima gli stranieri! >>> Facciamo passare prima quelli che hanno bisogno.
- Per essere visitato devo morire? >>> Deve aspettare il suo momento, per morire c'è tempo...
- Lei non sa chi sono io! >>> Io non so chi è lei, ma so chi è il suo parente: una persona che ha bisogno di cure, e io sono qui per dargliele.
- Lo lascio qui, mio padre, torno dopo >>> Vuole che lo lasci qui anch'io e torni dopo? Meglio che gli restiamo entrambi accanto, così lo aiutiamo a stare meglio.

Insomma, si tratta di trovare un baratto, una forma di scambio per restare in equilibrio.

C'è una scena (un po' estrema, ok) dal film *Il negoziatore* che descrive molto bene come funziona il metodo CRG. Da una

parte c'è un uomo che ha sequestrato la propria figlia e minaccia di ucciderla se non ottiene di parlare con la moglie che lo ha tradito; dall'altra c'è il negoziatore professionista, che per fargli cambiare idea può contare solo sulla propria abilità relazionale. Una lezione di ascolto finissimo, di paziente orditura della trama negoziale, ricca anche di ribaltamenti imprevisi, e di un preciso e coerente lavoro linguistico. Se ne trova l'analisi in questo articolo.

Negoziare anche per la cultura DEI

Ma tutti noi, che non negoziamo ostaggi o accordi tra eserciti, se crediamo nella cultura DEI – Diversity Equity & Inclusion – possiamo applicare il metodo anche per gestire le resistenze che incontreremo da chi non sa o non vuole disporsi a questo cambiamento. Pensiamo a frasi come:

Oh ma non si può più aprire bocca!

Ma che ci frega? sono solo parole! I problemi sono altrove, ci son questioni ben più importanti.

Ma certo, dicendo tutti gli uomini sono uguali s'intende anche la donna!

Oh, ma sei stressata? Hai le tue cose?

Oh, ma quella deve farsi aiutare da uno bravo!

Quello l'hanno assunto perché è disabile!

Ma che avvocata o sindaca! s'intende il ruolo, mica la persona.

E poi suona male!

È troppo vecchio per quel ruolo, non capisce

Se le additiamo come sessiste, discriminatorie, irrispettose, se le combattiamo con rigore, rischiamo d'indurirle, e magari amplificarle. Conviene re-incorniciarle, inserirle in un contesto diverso, magari contaminarle con un dubbio, ammorbi-

dirne la rigidità. Per esempio, su «È troppo vecchio per quel ruolo, non capisce», si potrebbe rispondere «Intendi per “vecchio” in senso anagrafico o per la molta esperienza? (occhio all’intonazione, che non risulti polemica). Oppure la frase «I problemi sono altrove» si può re-incorniciare dicendo «È vero, ci sono molti problemi altrove, e potremmo affrontarli insieme, proprio partendo dall’attenzione al linguaggio».

Evitare di accentuare le differenze, e dare risalto ai punti di contatto, aiuta a trasformare i significati, e quindi i comportamenti, attraverso le parole.

“Perché si vada avanti”

Nelle sue memorie, Nelson Mandela racconta del suo primo dibattito televisivo con il presidente de Klerk, poco prima delle elezioni democratiche in Sudafrica. Resosi conto di essere stato troppo duro nei confronti dell’uomo che comunque sarebbe stato suo collega, gli si rivolse così:

Gli scambi tra il signor de Klerk e me non devono oscurare un fatto importante. Io penso che noi siamo un esempio luminoso per tutto il mondo di persone provenienti da diversi gruppi razziali che hanno un comune vincolo di fedeltà e di amore verso la loro patria comune (...). Nonostante le mie critiche al signor de Klerk, lei, signore, è una delle persone sulle quali faccio affidamento. Noi affronteremo insieme i problemi di questo paese. Sono fiero di stringere la sua mano perché si vada avanti.

Negoziare l’utilità reciproca, guardare all’obiettivo comune. È questo il vero affare.

# Se bingiamo, cringiamo e crushiamo siamo giovani?

In collaborazione con Gabriele Bortolin, Sabrina Morlacchi, Francesca Ranieri, Federica Varone, Filippo Zelotti, Carolina Zucchini – studenti e studentesse dell'Università IULM



## Se bingiamo, cringiamo e crushiamo siamo giovani?

Come? Sette firme in un articolo? Non sarà un po' dispersivo? Il rischio c'è.

Eh, quello c'è sempre. Anche impegnarsi per un linguaggio inclusivo comporta dei rischi: rigidità, intransigenza, poco ascolto, squalifica delle opinioni resistenti.

E proprio conoscere e gestire questi rischi è parte di un atteggiamento rispettoso e inclusivo.

E anche superare la dimensione individuale, perfino un po' intimista della scrittura è coerente con la cultura DEI: dappertutto si osanna il lavoro di squadra, perché non metterlo anche nello scrivere? Specie se si parla del dialogo tra generazioni diverse.

Per questo ho invitato sei mie/i studenti dell'università IULM a condividere queste riflessioni, partendo dal paradosso del titolo: se parliamo da giovani possiamo alleggerire le differenze di età?

Anzitutto, per chiarezza:

- *Bingiare*, guardare senza sosta gli episodi di una serie tv;
- *Cringiare*: battuta o comportamento che suscitano imbarazzo e vergogna in chi osserva;

– *Crushare*: non c'entra con lo schiacciare, una crush è un'attrazione fortissima per qualcuno; si usa anche in forma personalizzata (Crush oggi m'ha scritto).

Sono termini della Gen Z. Ne abbiamo parlato qui in un paio di recenti articoli, **Gener-azione e Cringe**.

Fin qui, niente di strano. Ogni generazione ha opinioni e abitudini diverse. Normale che abbia anche un proprio linguaggio. Con i miei colleghi stiamo lavorando a un **dizionario minimo delle generazioni**, che ci aiuta anche a riconoscere gli stereotipi – a volte dogmi – sottesi a certe forme espressive.

Quattro generazioni al lavoro

– **Boomer** (1946-1964), conservatori, resistenti al cambiamento, ossessionati dal lavoro;

– **Gen X** (1965-1980), ribelli, ostili ai valori precedenti, ma anche cinici, pessimisti, sfiduciati;

– **Gen Y** (1981-1996); narcisisti, pigri, scostanti, adulti rimasti un po' bambini; sono i primi cresciuti con internet, hanno il surfing nell'anima;

– **Gen Z** (1997-2012), tecno-dipendenti, superficiali, poco impegnati, individualisti nonostante la potenza super-social dei loro avanzatissimi smartphone.

Intendiamoci, c'è qualcosa di vero nei luoghi comuni. Ma se di "qualcosa" facciamo il tutto, ignoriamo altre verità. Per la Gen Z, per esempio, non vediamo i valori che possono insegnare a tutti: l'attenzione alla salute psicologica, all'ambiente.

Se poi pensiamo che entro il 2030 saranno il 75% della forza lavoro nel mondo, costruire ponti con loro è un bisogno più che attuale.

Ma se continuiamo a pensare a ciò che le generazioni sono (diverse, straniere, migliori/peggiori, forti/deboli), se ci accontentiamo di segnare i valori e gli stili che rappresentano, le sclerotizziamo. Ne marchiamo le distanze, anziché aiutarle ad avvicinarsi. Se invece studiamo ciò che le generazioni **fanno**, o a ciò che potrebbero fare insieme, scopriamo prospettive, territori e linguaggi comuni. Anche con strumenti di connessione antichi come le parole. Le parole sono dappertutto, non si lasciano bloccare dalle classificazioni, le aggirano, le trasformano. Traducono, agganciano, creano significati condivisi, o condivisibili. Le parole avvicinano.

## **Individui e comunità**

GABRIELE. Prima che giovani o anziani, sani o malati, alti o bassi, siamo tutti persone. Il pubblicitario Bill Bernbach diceva che l'essere umano è un insieme di due parti: quella che cambia, legata all'evoluzione tecnologica e alle mode; e quella che non cambia, più intima e personale, che coinvolge desideri e paure, immutata dalla notte dei tempi, e che è utile per (ri) avvicinare le generazioni. Quando comunichiamo, dovremmo tenere a mente questa parte. Così anche Pina, la collega un po' noiosa prossima alla pensione, ci sarà più simpatica quando racconterà le sue avventure da studente universitaria. Le diversità ci rendono unici: emozioni e sentimenti ci uniscono.

Ci unisce anche il bisogno di essere rispettati come individui, pur sentendoci parte di una comunità. Magari non è la gene-

razione, ma è l'azienda, la palestra, il partito, la squadra, il bar.

CAROLINA. Credo che questo bisogno sia di ogni tempo. Oggi un nonno potrebbe dire: «Quando ero giovane ci sentivamo parte di una comunità». L'adolescente risponde: «E oggi possiamo connetterci online, creando legami globali». Ecco che la fomo, la fear of missing out, diventa un modo per discutere l'importanza delle esperienze condivise. La chiave è l'apertura mentale: condividere significati e ascoltare senza pregiudizi. Se il dialogo si arricchisce, ciascuno può esprimere la propria cultura, il linguaggio si fa veicolo d'inclusione, e le differenze generazionali si trasformano in opportunità di comprensione reciproca.

Gen C, Gen T, Boomer, Gen X, Y, Z. Ma c'è già un'altra generazione che le attraversa tutte: la Gen C. C come Connected Customer. Siamo tutti Gen C: tutti abbiamo uno smartphone, magari usiamo un tablet, compriamo, lasciamo recensioni su viaggi, libri, ristoranti. C'informiamo, a volte votiamo online.

FILIPPO. Invece di rifrangere il pensiero in mille schegge, troviamo cosa ci accomuna. Che ne sa mio nonno dello smartphone, o delle recensioni su TripAdvisor? Però si può scavare più in profondità. Forse le cose che abbiamo in comune van cercate nella stanza degli oggetti perduti.

Paradossalmente, il tempo ci unisce. Ogni generazione lo rivendica come proprio: «Ai miei tempi si stava meglio»: il proprio tempo è stato il migliore. Eppure, in questo legame con il passato, si perde il vero tempo: il presente, che potremmo impiegare insieme per scoprire cosa ci lega davvero. Sì, per-

ché mentre qualcuno guarda indietro e qualcuno in avanti, qualcosa sfugge a tutti. Noi Gen Z viviamo una transizione vertiginosa, dove il futuro sembra davanti ai nostri occhi, ma è già fuori portata. Ogni secondo è prezioso. La sensazione di non avere tempo è soffocante. Eppure spesso ci vengono offerti asettici paragoni col passato, invece di aiutarci a fermare il vortice, e supportarci nella ricerca del nostro tempo presente, in cui tra l'altro, tutti rientriamo. Il tempo non è un bene che qualcuno possiede, ma è uno spazio che possiamo abitare insieme. Generazione T.

## Gentilezza e cultura dell'errore

Tutti aspiriamo a una **comunicazione gentile** come principio del vivere comune e del cooperare.

Vogliamo che ci sia riconosciuta la flessibilità come valore (es. smart working, lavoro per obiettivi e non per orari), specie dopo le rigidità imposte dall'esperienza pandemica.

FEDERICA. Dopo aver riconosciuto le differenze tra il proprio modo di comunicare e quello di persone di età diverse, servono flessibilità e spirito di adattamento. Ascoltiamo come l'altra persona parla e avviciniamoci al suo stile, senza stravolgere chi siamo e come ci poniamo. Il nostro modo di comunicare ci appartiene e ci definisce; imitare quello di un'altra persona sarebbe poco utile. Difficile che un **boomer** abbia gli strumenti per capire a fondo il linguaggio di un *millennial*, e viceversa. Ma non occorre replicare in ogni aspetto la comunicazione dell'interlocutore, può bastare individuare delle parole chiave e usarle per aprire il dialogo.

Non amiamo essere giudicati per gli errori che abbiamo commesso. Tutti vorremmo costruire insieme una vera **cultura dell'errore**, che lo valorizzi come fonte di apprendimento e non di colpa. Amiamo dare e ricevere feedback, sia tra pari, sia con chi ci sta sopra nella gerarchia, convinti che dal feedback, soprattutto dal quello critico, possa innescarsi un miglioramento vero.

Siamo anche molto legati alla tecnologia, in tutte le generazioni.

## Vivere “onlife”

SABRINA. Ci vien detto che siamo superficiali, che pensiamo solo a rimanere connessi, perdendoci tra i miliardi di contenuti online. Forse non si è capito che con la tecnologia vogliamo creare comunità, perché insieme ci sentiamo più forti. Ma credo che oggi, tra generazioni diverse, ci stiamo accettando e rispettando di più (per esempio, anche noi siamo meno cringati da chi ancora usa la parola cringe).

Merito di questa trasformazione è anche il fatto che non si può più parlare di vita offline e vita online: secondo il termine coniato dal filosofo Luciano Floridi, siamo tutti **onlife**.

Ogni giorno sperimentiamo esperienze ibride, la tecnologia è penetrata nella vita anche di coloro che erano restii.

Così, il mondo che vedevamo noi, Gen Z, è oggi più chiaro anche agli occhi dei grandi, mentre noi possiamo capire meglio le loro posizioni, anche grazie ai loro contributi online. Siamo in un circolo.

Abbiamo ricominciato a confrontarci. Forse non siamo più

così scandalizzati gli uni dagli altri: stiamo imparando a imparare gli uni dagli altri.

## **Imparare a imparare**

E come dimenticare l'intelligenza artificiale?

Provare una diffidenza snobistica su questo tema significa auto-escludersi. Ed è difficile includere chi vuol restare escluso. Mo Gawdat, guru dell'AI, ha dichiarato in un recente convegno: «AI will not replace you at work, but those who effectively use AI will replace those who don't».

Tutti dobbiamo rimetterci a studiare per vivere il cambiamento. Ecco un altro valore che unisce le generazioni: la passione per lo studio, l'apprendimento continuo e consapevole. Dove il valore di "con-sape-vole" è proprio nella struttura della parola: c'è il "con", si fa insieme; c'è il "sape", la conoscenza; e c'è il "vole", il desiderio d'imparare.

## **Apprendimento reciproco**

Nella letteratura troviamo molti esempi di scontri, ma anche di scambi proficui tra generazioni.

Pensiamo ai *Malavoglia*. Padron 'Ntoni e 'Ntoni, nonno e nipote, due modi opposti di vivere e di sentire: da una parte tradizione, stabilità, un mondo limitato ma sicuro, il paese, la casa; dall'altra la smania di cambiare, di affrontare l'ignoto. Stesso nome, così uguali, così diversi.

Nell'Odissea, invece, Mentore è il vecchio saggio cui Ulisse

affida il figlio Telemaco. L'atto di fiducia più estremo e profondo. Credo che oggi tra Telemaco e Mentore ci sarebbe uno scambio: si guiderebbero a vicenda, al contempo imparando e insegnando. Sarebbe *mutual mentoring*.

Per questo in università, se nei Master incontro anche persone di esperienza, nei corsi triennali la distanza è notevole. Spesso allora invito ex studenti da poco laureati, ai primi anni di carriera, ad affiancarmi a lezione: una mediazione culturale che aiuta me a confrontarmi con una relazione *peer-to-peer*, e ad assorbirne alcuni spunti didattici, e permette agli studenti di verificare l'effettiva applicabilità delle teorie, con testimoni a loro vicini e già autorevoli.

FRANCESCA. Tra docente e discente c'è una reciprocità che arricchisce entrambe le parti.

Questo scambio e il conseguente, inevitabile, processo di crescita è molto evidente nella condivisione di esperienza.

Se fino a qualche decennio fa erano le generazioni precedenti a guidare le successive, oggi le prime hanno tanto da apprendere dalle seconde.

A volte i più grandi lasciano ai giovani il ruolo di docente per mettersi nei panni del discente, o per pura curiosità o perché (disperatamente) bisognosi di lezioni su tecnologie, strumenti, linguaggi attuali.

Ma la bellezza del *mutual mentoring* sta proprio nel fatto che, subito dopo, tocca a noi giovani tornare discenti per lasciarci guidare dall'esperienza: chiediamo consigli a genitori, nonni, professori, manager.

È un viaggio che fa crescere chiunque sia disposto ad ascoltare.

## Learn, earn, return: da linea a circolo

La pedagogia del '900 di marca americana scandiva la vita in tre fasi, *learn, earn, return*. La fase dedicata all'apprendimento (scuola, università); quella dedicata a mettere a frutto ciò che si è imparato; e poi la restituzione, che era degli anziani, dei mentori, appunto.

Oggi questo processo non è più lineare (forse non lo è mai stato del tutto), ma circolare: se sappiamo confrontarci un po' e aprirci con le persone che incontriamo, in ogni fase della vita impariamo, in ogni fase guadagniamo, e in ogni fase restituiamo alle altre generazioni.

Credo sia questo un augurio che possiamo scambiarci, noi persone di tutte le generazioni: in ogni età, saper mettere in circolo le nostre conoscenze e le nostre passioni.

Se poi sentiamo un *boomer* dire che ha cringiato, siamo benevoli: non vuole sembrare giovane (cosa neanche poi così grave), forse vuol solo divertirsi. E imparare.

# Si può dire signorina?

In questa parola s'intrecciano cultura, usanze e anche quei retaggi che continuiamo a portarci dietro, a volte senz'accorgercene.

In collaborazione con Gabriella Rinaldi

## Si può dire signorina?

*Signora libertà, signorina fantasia,  
così preziosa come il vino, così gratis come la tristezza  
con la tua nuvola di dubbi e di bellezza*

Fabrizio De Andrè, *Se ti tagliassero a pezzetti*

Un caffè pieno di luce, in un pomeriggio d'inverno. Al tavolo siedono quattro ragazze, di epoche diverse. Una degli anni '60, gonna a pieghe e foulard a pois; una femminista anni '70, pantaloni a zampa d'elefante e occhiali tondi; una anni '90, felpa e lettore cd; una contemporanea, jeans *baggy* (larghi, cavallo basso), t-shirt oversize, smartphone.

Sembra un'immagine generata da un'intelligenza artificiale. Vien da chiedersi quali differenze ci sono tra loro, ma anche quante sovrapposizioni possibili di pensieri o di emozioni. Chissà se sono proprio tanto diverse, o se sono l'una l'evoluzione dell'altra, ciascuna figlia del proprio tempo e delle sue stratificazioni.

Ora inseriamo nella scena un cameriere che si avvicina al tavolo e chiede: «Signorine, desiderano?».

Osservano la scena due persone sedute a un tavolo vicino, Gabriella, 31 anni, e Alessandro, 65. Aspettiamoci una specie di debate. Troveranno un accordo?

Alessandro – Aiuto, Gabri, ora che succede? La domanda di quel cameriere mi catapulta nell'archeologia. Se scavalco *Io e*

*la mia signorina* stiamo bene insieme di Neffa (2001), sento la *Signorinella pallida* di Achille Togliani (1931); il *Buonasera signorina* di Fred Buscaglione (1958), o la lettera di Totò: *signorina, veniamo noi con questa mia addirvi...*

Gabriella – Sì, la conosco, la citava sempre mia nonna.

A – Non è carino.

G – Su, dai

Torniamo sulla scena. Che incrocio di sguardi! La ragazza col foulard si scioglie in un sorriso, la femminista sgrana gli occhi, quella in felpa pare incredula, la contemporanea esprime sconforto.

Impacciato, il cameriere sembra voler aggiungere: “Che ho detto? non si può più dire signorina?”.

Possibile che non colga che c'è un'**asimmetria sessista** tra la scelta delle due forme femminili, *signora e signorina*, e l'univoco *signore* per il maschile? E poi: è ancora vero che l'identità femminile si definisce in base al legame con un uomo?

Alessandro e Gabriella, nel frattempo, si addentrano in uno dei loro soliti confronti.

## Ragazzina o zitella?

G – Mi chiedi se lo percepisco come un appellativo fastidioso. Al di là di quel che penso io, mi rendo conto che la parola

signorina indica un modo di rivolgersi alle donne non sposate che ha radici profonde, ed è legato a un contesto storico in cui lo stato civile contava molto e il matrimonio veniva considerato come un passaggio obbligato della vita. Quando era rivolto alle donne giovani, voleva dire che erano ancora potenzialmente disponibili al matrimonio; quando lo si usava per donne più anziane, diventava la versione edulcorata di zittella, e il sottointeso era che queste fossero non solo nubili, ma anche un po' inacidite dell'età e dall'aver visto svanire l'ipotesi di metter su famiglia.

Proprio perché identitaria – come tutte le etichette – molte donne la cui possibilità di diventare mogli/madri svaniva per scelta propria o imposta (in alcune famiglie erano i padri a stabilire che una o più figlie si prestassero all'accudimento dei genitori), si tenevano stretto l'appellativo.

Ci sono ancora oggi, anche se rare, donne non sposate di una certa età che, quando interpellate come signora, specificano con orgoglio che invece sono *signorine*. In questo caso, il loro stato civile di nubili è un dato di fatto oggettivo, in nessun modo offensivo e, semmai, descrittivo della propria storia di vita.

A – Ma davvero stiamo guardando dentro una parola per la sua connotazione di anagrafe, e in particolare di stato civile? E allora aveva ragione il cameriere: *non si può più dire signorina?*

G – Beh, ci sono giovani donne che percepiscono signorina quasi come un insulto, così come ci sono donne giovani che invece si sentono offese quando le si chiama signora, stupite

di esser considerate “vecchie”. Un titolo che magari sa solo di una galanteria un po’ antica, e che invece oggi può provocare una percezione diversa in chi se lo sente rivolgere.

In definitiva, nella maggior parte dei contesti è oggi consigliabile rivolgersi a una donna con signora, non con *signorina*; nel caso di una persona molto giovane (intorno ai 20 anni), in contesti informali la si può interpellare direttamente con il *tu*. Oppure chiedere il nome e usare quello, anche continuando a dare del lei, se dà più comfort. O, ancora chiedere alla persona come preferisce essere appellata.

Io, per esempio, trovo che l’appellativo *signorina* sia fastidioso. Ecco, l’ho detto!

A – Hai ragione, a ben rifletterci abbiamo delle valide alternative. E comunque sapevo che ti prudeva la lingua dal fastidio.

G – Sì, è così (per entrambe le affermazioni). Quando sentiamo dire che non si può dire questa o quella parola è un’ottima opportunità per allenarci a cercare delle alternative rispettose. Ci sono sempre. Ricordi come si scherniva un uomo poco virile (si diceva anche “effeminato”)? *Signorina*, che in questo caso diventa un epiteto ingiurioso.

In questa parola s’intrecciano cultura, usanze e anche quei retaggi che continuiamo a portarci dietro, a volte senz’accorgercene. Come, per esempio, l’incresciosa domanda che allude all’arrivo del primo ciclo mestruale (*sei diventata signorina?*). Di nuovo, un chiaro legame con la possibilità di procreare, e quindi, ancora, di essere sposate. Pensiamo anche alle accezio-

ni puramente goliardiche (*non è roba da signorine*).

A questo proposito, l'Accademia della Crusca dà un consiglio di buon senso: adattarci a chi abbiamo di fronte e ai cambiamenti del tempo. Facile.

## **Cosa c'è sotto: il fattore tempo, il fattore spazio**

A – È anche vero che riflettere sulla parola *signorina* è come aprire un album di foto ingiallite, dove ogni scatto racconta tempi e spazi diversi, e sfumature particolari.

Il suo uso pare documentato in italiano già dal Cinquecento. Per molto tempo *signorina* però è stato usato in riferimento a giovani nobildonne, a prescindere dal loro essere nubili. Allora quando si è diffuso il significato, che si trova in tutti i principali dizionari, di “donna non ancora sposata”?

Un modo per indagare cosa sta sotto alle parole è curiosare tra gli spunti disseminati nel tempo:

**1800-1900:** l'appellativo formale per ragazza è *giovane dama*, pieno di rispetto, e al tempo stesso di distanza. Usato nei contesti aristocratici e borghesi, trasmetteva l'idea di una giovane da proteggere.

**1900-1980:** *signorina* diventa la norma per le donne giovani e non sposate, ed ecco il matrimonio come svolta di status. Una parola leggera, ma che inizia a pesare con l'avanzare delle lotte per i diritti.

**1980-2000:** *signorina* comincia a declinare, in favore di *ragazza*. Con la liberazione sessuale e la parità dei sessi, le parole si fanno più libere e meno legate alle convenzioni, sbiadiscono le etichette e il focus si sposta sulla persona.

2000-oggi: nella comunicazione informale, il nome proprio è percepito come la maggiore forma di rispetto. Chiamiamo le persone per chi sono, senza specificare età o status o altre caratteristiche.

Anche in **altre lingue**, poi, il movimento per la cultura inclusiva sta incoraggiando pratiche che eliminano le distinzioni non necessarie. In **inglese**, nella scelta tra *Miss* e *Mrs.*, è emerso *Ms.* come un titolo neutrale che non specifica lo stato civile, guadagnando popolarità per il suo carattere inclusivo. L'inglese poi sta gradualmente riducendo l'uso di titoli, con una preferenza per i nomi o le formule di cortesia neutre. In **francese**, il dibattito su *Mademoiselle* ha portato nel 2012 alla sua **abolizione** dai documenti amministrativi, lasciando solo *Madame* per tutte le donne adulte. In **tedesco**, *Fräulein* è riconosciuto come obsoleto, offensivo, ed è preferito *Frau* per tutte le donne. In **spagnolo**, tra *Señorita* e *Señora*, in genere si preferisce *Señora*.

Persino in una cultura che mantiene una struttura sociale basata su livelli abbastanza rigidi di formalità e di rispetto, come quella **giapponese**, la lingua tende a evitare le distinzioni inutili. Usa titoli neutri come *san*, per uomini e donne. E anche altri come *chan*, per bambine o giovani donne, che può risultare infantilizzante, e *sama*, più formale e onorifico, per relazioni di grande rispetto.

## Punti di vista diversi

A – Dunque viviamo questa parola per lo più come un'etichetta desueta e appiccicosa, o è ancora possibile vederci dentro il fascino della delicatezza, e della giovinezza?

Credo che *signorina* possa essere anche un termine affettuoso. Mia madre lo usava con la grazia con cui le “Signorine Buonasera”, le annunciatrici della tv, ci auguravano la buona serata; eleganti, rassicuranti, divennero volti familiari per milioni di Italiani. È anche vero che era annidata nella definizione una sfumatura che esprimeva la futilità della figura. Ruolo decorativo, limitato alla presentazione dei programmi, senza possibilità d'intervenire sui contenuti, del tutto secondario rispetto a quello di giornalisti e conduttori maschi.

Eppure quel senso di rispetto e di grazia includeva un modo gentile di rivolgersi alle donne, come accennare un piccolo inchino. Oggi suona diverso, ma può conservare quel tocco di dolcezza d'altri tempi.

Il suo uso, inoltre, è più inter-generazionale di quel che può sembrare, soprattutto quando ci si appella con tono bonario a una bambina che ha commesso una marachella: *vogliamo smettere, signorina, di fare la monella?*

## Fuori dalle convenzioni

G – Apprezzo le sfumature e amo la lingua e i mondi che contiene. Sono contraria a suggerire soluzioni perentorie. Eppure continuo a pensare che il termine sia davvero fuori tempo, con

quel suo legame con lo stato civile. Non posso fare a meno di pensare a tutte le donne che negli anni '70, urlando che “il personale è politico”, hanno iniziato a ribellarsi contro stereotipi e ruoli precostituiti, e all’idea del femminile subalterno e completo solo in relazione al maschile. Alle donne che hanno lottato affinché potessimo essere chiamate con il nostro nome, senza etichette limitanti. Oggi sappiamo di essere molto più di quel che un epiteto possa suggerire.

Dunque trovo che usare *signorina* oggi sia anacronistico e possa risultare offensivo. Sottintende una sorta d’inferiorità o una dipendenza da un’altra persona per la propria identità. Non è più accettabile nel nostro tempo. Sarebbe un’incomprensione profonda delle conquiste sociali e culturali delle donne, un camminare all’indietro.

Senza contare che spesso la mettiamo su la famiglia, eccome, ma non ci sposiamo. Come la mettiamo in questi casi?

Se poi pensiamo alle “signorine” della letteratura, vengono in mente sì donne tristi, spesso offese o tiranneggiate, come *La signorina Else* di Schnitzler o *Eveline* di Joyce, ma anche figure molto decise, che scelgono con fierezza di non sposarsi, una tra tutte Jo March di *Piccole donne*.

## **Non si può più dire niente?**

Il fatto che io sia maschio, bianco e che racconti una donna a modo mio, per alcuni è un problema.

Per me è diventato molto difficile scrivere oggi.

Paolo Sorrentino, intervista su Vanity Fair (ottobre 2024)  
La libertà espressiva degli uomini è davvero minacciata?

Parlare alle persone è una grande responsabilità, perché tocca identità e immaginari intimi e profondi: ciò che una persona vive in modo positivo, per un'altra potrebbe essere un limite.

Lo stesso vale, abbiamo capito, per *signorina*, che è molto più di una parola: è una lente che filtra sensibilità, percezioni e storie personali diverse. Magari, se accompagnata da uno sguardo gentile, da un sorriso sincero, può addirittura suonare divertente.

Le parole sono chiavi che aprono o chiudono la mente e il cuore. Se scegliamo di dire *signorina*, ricordiamoci del contesto e della persona cui ci rivolgiamo; e se evitiamo di dirlo, che sia per valorizzare chi abbiamo di fronte, non per un automatismo.

La lingua evolve in base ai tempi e ai luoghi, ma anche e soprattutto a chi la usa.

E le parole, anche *signorina*, possono essere dei ponti per avvicinarci alle altre persone.

# E se dico queer cosa pensi?

Queer non è solo una parola, è un simbolo del pensiero critico: la sua storia evidenzia come il linguaggio sia non solo un effetto, ma anche una causa delle trasformazioni sociali.

In collaborazione con Martina Righetti

## E se dico queer cosa pensi?

*You've got your mother in a whirl  
She's not sure if you're a boy or a girl*

David Bowie, *Rebel Rebel*

Queer = strano, insolito, prima di tutto. Ma poi anche tutto il resto.

Parola controversa, riciclata da un repertorio di insulti, è poi diventata baluardo dell'inclusione e della fluidità, specie in relazione all'identità di genere, ma non solo. Essere queer, o pensare queer, può significare non solo appartenere alla comunità LGBTQIA+, ma anche abbracciare un approccio critico che sfida la normatività e le strutture logiche e sociali dominanti.

Non è solo una parola, dunque, è un simbolo del pensiero critico, che esplora orizzonti ben più ampi del linguaggio di genere. La sua storia evidenzia come il linguaggio sia non solo un effetto, ma anche una causa delle trasformazioni sociali. In italiano, e anche in altre lingue, *queer* è entrata tal quale, mostrando la capacità di alcune parole di superare i confini grazie al loro peso culturale.

Non siamo tenuti a usarla se non la sappiamo maneggiare, ma possiamo evitare di esserne spaventati. È una parola rispettosa (ricordiamo che la parola scelta da Treccani per il 2024, per la sua attualità e rilevanza sociale, è proprio **rispetto**, che noi stessi esplorammo tempo fa in queste colonne), perché ci invita a domandarci di più chi siamo come esseri umani, prima che su quale casella (F/M?) mettere la croce nei moduli prei-

storici delle amministrazioni pubbliche.

Una parola, allora, che parte, sì, da quel famoso LGBTQ..., acronimo in continua crescita, ma che subito ci spalanca il pensiero a prospettive più ampie, che superano le categorizzazioni binarie di tradizione aristotelica, quelle del “terzo escluso” (o è così o non è così), e includono forme ibride o non disposte a farsi definire.

La scena che segue – che è avvenuta o avverrà in un giorno qualsiasi in un ufficio qualsiasi – ci porta infatti dentro la parola *queer*, per poi aprirci la strada a direzioni diverse, magari anche un po’ strane, appunto.

\*\*\* \*\*

Lucia continua a fissare i grafici del progetto inviato al cliente. Quel click, maledizione. Fosse un cartoon, darebbe di gomma per cancellare la mano che ha inviato la mail. Il grafico a pagina 54, in basso a destra, un disastro. Raf, l’ultimo acquisto in agenzia, forse aveva bevuto una birra di troppo la sera prima. O aveva fatto tardi con Andrea, la sua ragazza (o il suo ragazzo?). Lucia non ci capisce niente della vita di Raf, e chi lo sa se pure Raf ci capisce qualcosa.

In un attimo le compare davanti, con il sorriso sardonico e il ciuffo scolpito, tipo David Bowie in *Rebel Rebel*. Inquadrandolo, Lucia ha un flash: son cinquant’anni da quando il Duca Bianco cantava «Hai messo tua madre nei guai, non è sicura se sei un maschio o una femmina», esibendo outfit, acconciatura e movenze decisamente queer. E le parole *queer*, Raf ed errore, nello stesso pensiero, non le migliorano l’umore. Sta deciden-

do se cazziarlo all'istante o attendere 30 secondi.

Raf – Lucia buondì! Mammamiaaaa che faccia, dai che è il venerdì *casual*, portiamocelo pure un po' dentro, oltre che nell'outfit!Ti-Gi-Ai-Ef!

Lucia – Che?

R – TGIF, *Thanks God It's Friday, c'mon!* Ok Lucia, ho capito, non è giornata. Dimmi quello che mi devi dire, che poi ho promesso a Walter che l'avrei aiutato a fare una cosa. Di lavoro, eh.

L – Raf, hai presente il progetto che abbiamo inviato al cliente lunedì mattina? Quello che ti avevo chiesto di integrare e rivedere bene. Molto bene, per non sbagliare. Hai presente?

R – Come no? Quindi?

L – Quindi non andava bene per niente! Guarda il grafico a pag. 54: è sbagliato. SBAGLIATO! Hai scritto che il prototipo sarà realizzato in 10 giorni, mentre saranno 20. Ma più grave è che dici che useremo un brevetto che non abbiamo! Non hai indicato la procedura corretta!

R – Mmmhhh, strano. Però se dici che è sbagliato, avrò sbagliato!

L – Hai sbagliato, non “avrà”, è sicuro!

R – Ok, può essere! Però questo potrebbe essere proprio un bell'esempio di **errore queer!**

L – Errore che?

R – Errore queer. Sai niente di questa parola?

L – So più di quello che pensi, Raf. Ho anche letto il libro di Michela Murgia, *God Save the Queer*, mi piaceva l'idea che parlasse di un catechismo femminista. Poi ne parlano tutti, della fluidità di genere, del non pensare in modo **binario**, del superare le categorie mentali legate all'identità sessuale. O di genere, o come si dice.

R – Piano. L'identità sessuale è definita dalla biologia, e sta nei nostri genitali. L'identità di genere è cosa tutta diversa. Come dice la filosofa **Judith Butler**, riguarda le norme che ci vengono trasmesse dai genitori, dalla società, dai media. Norme che prescrivono ciò che dobbiamo fare per essere uomini o donne. Noi dobbiamo continuamente negoziare con esse. Alcuni di noi sono attaccati a queste norme, le incarnano con ardore; altri le rifiutano. Alcuni le detestano, ma si adeguano. Altri navigano nell'ambiguità. Altri non si conformano alle consuetudini sull'argomento, non dichiarano la propria identità o si stanno ancora interrogando sul tema: le persone *queer*, appunto.

## 1) Queer: tanti significati

L – Quindi queer è una persona che non ha risposte precise sulla propria sessualità? Pensavo ci fosse dentro qualcosa di offensivo.

R – In origine, in effetti, c'era **l'intenzione dell'insulto**. An-

che se il **dizionario Oxford** dà come prima definizione semplicemente “strano, insolito”, fino al ’600 la parola si usava in inglese proprio per offendere chi appariva, appunto, un po’ strano, e proprio in quel senso. E dall’800 si usava per insultare i gay. Ma con le battaglie per i diritti civili condotte in tutto il mondo nella seconda metà del ’900, è entrata nel dibattito pubblico e nelle scienze sociali, specie negli studi sulla sessualità, ed è diventata una parola super inclusiva.

Tecnicamente *queer* è un “iperonimo”, un termine ombrello che definisce un insieme molto esteso di suoi “iponimi”. Come *verdura*, che è iperonimo di patata, pomodoro, peperone. Queer si può usare per indicare chiunque *non* voglia avere un’etichetta. Per esempio, secondo Treccani, *una famiglia queer* è una comunità di persone che, indipendentemente dal genere o dall’orientamento sessuale, vivono insieme per scelta e sono legate da qualche affinità, ideali o sentimentali, o dalla condivisione di certe attività.

L – Ma l’etimo?

R – Sembra connesso con l’avverbio tedesco *quer*, che significa “di traverso”, “diagonalmente”. Simile al latino *torquere* = torcere. Ma ci piace di più un’altra ipotesi, sempre dal latino, che si collega alla lettera Q, iniziale di *quaestio*: la domanda, più creativa della risposta; il dubbio, più vitale della certezza. Tra l’altro, parte dello stesso movimento LGBTQIAPK critica l’inclusione della parola *queer* nel famoso acronimo proprio per la sua origine offensiva. Alcuni preferiscono legare alla Q proprio la parola *questioning*. Che rappresenta chiunque, alla domanda “Qual è la mia identità di genere?”, non si affretti

per trovare una risposta univoca e definitiva.

L – Mi stai ubriacando, Raf. Faccio fatica a interiorizzare i concetti legati a tutte queste nuove etichette. Avrei un sacco di domande su cosa significhino, come usarle, quanto siano utili, quanto siano inclusive o, al contrario, divisive.

R – Beeneeee! Le domande al posto delle certezze! Starai mica diventando un po' *queer* anche tu?

L – Ecco, questa mi mancava. Ma senti, tutta questa dissertazione che c'entra con il tuo errore? Vedo che ne sai di *queerness*, ma ora dobbiamo aggiustare il disastro che hai combinato con quel grafico nel progetto.

## 2) E l'errore queer?

R – Ok, ora sei pronta, possiamo arrivarci. Allora: negli ultimi anni ha preso piede la tendenza a definire queer un **errore intelligente**: è quello che nasce dal tentativo di innovare, di rompere le abitudini, di esplorare ciò che è insolito. Quello che ci mostra una prospettiva diversa, per capire se seguirla o meno nel futuro. L'errore queer ci spinge a condividere la lezione dell'insuccesso.

Pensiamo al *cavaliere errante* della letteratura medievale. L'aggettivo "errante" (che poi è un participio = che viaggia) indica come quel cavaliere vagabondava per vasti territori per cercare avventure, o per dimostrare il proprio valore. Oggi, tra l'altro, "cavaliere" non è più solo maschile singolare, è anche femminile plurale (il singolare è *cavaliere*, come infermiera, cassiera, cancelliera, parola di Crusca). Quindi molte persone – uomini

ni, donne, queer... – per fortuna possono errare, portando in ciò che fanno esperienza e insieme curiosità, capacità e passione per il nuovo.

Ed “errante” non è solo chi viaggia, ma anche chi sbaglia, chi commette errori, perché osa, sperimenta con responsabilità e coraggio. Ma poi non nasconde l’errore, anzi, ne fa occasione di apprendimento per sé e per la propria comunità.

L – Mi vuoi convincere che errare non solo è umano, è anche buono e giusto?

R – In parte, sì, perché permette di scoprire prospettive nuove e utili. Ecco perché alcuni parlano di **errore felice**. Hai presente: la penicillina, la radiografia, persino l’America.

L – Sì, sì, adesso mi sciorinerai le famose citazioni su quanto son belli gli errori: Oscar Wilde, Albert Einstein, Michael Jordan, Bertolt Brecht... Chissà com’è, poi, ’sti sapientoni tanto orgogliosi dei loro errori, e se sbaglio io invece mi tolgono la pelle. Comunque, tornando al tuo errore, lì che cosa ci sarebbe di felice?

R – Beh, magari un errore di procedura, come questo, non ci fa interrogare proprio sul modo di procedere? Emerge qualche perplessità su come costruiamo i progetti? Non sarebbe meglio, per esempio, se le parti tecniche uscissero dagli ingegneri?

L – Va beh, domani ci ragioniamo. Ora corriamo a sistemare quel grafico. Comunque prendo atto che, partendo dalla Q di questioning, grazie al tuo volo pindarico sull’errore siamo

arrivati a parlare di domande.

### 3) Il potere delle domande

R – Beh, un volo neanche troppo pindarico. Per uscire dalla logica binaria, maschi/femmine o anche giusto/sbagliato, bisogna porsi buone domande. Ricorderai che la canzone più famosa del secolo scorso, composta da un ragazzo di 20 anni, *Blowing in the wind*, è fatta da nove domande sulla vita, e la risposta è lasciata, appunto, a soffiare nel vento. Le domande sono salvifiche, aprono alla dimensione creativa del dubbio, sia nel dialogo esteriore sia in quello interiore. Sarebbe utile per chiunque allenarsi a un buon uso delle domande. E non parlo di contenuti, intendo le strutture linguistiche che possono accendere il pensiero e la conversazione, scardinando l'univocità degli stereotipi. Ce n'è un repertorio ampio: domande vere, domande retoriche, domande maieutiche, domande chiuse o aperte, dirette o indirette, domande guidanti o suggestive, domande a illusione di alternative, e via.

L – Beh, in effetti ricordo un professore, in un master, che iniziò un seminario di tre giorni davanti a 300 allievi dicendo solo due parole: «Salve, ditemi». E poi zitto. Silenzio. Lunghissimo. Sguardi sconcertati. Poi rumorì in sala (“ti abbiamo già pagato una biglietto importante, tesoro – pensavamo credo tutti – sarebbe carino iniziassi tu a dirci qualcosa”). Lui sempre zitto. Dopo un po' aggiunse: «Ok, prendetevi 5 minuti, scrivete le domande che volete farmi, poi partiamo con il Q&A». Messaggio ricevuto: siete tutti professionisti, volete che vi proietti le slide con l'abc? Ditemi che cosa v'interessa, e cercherò di rispondervi. Partì una gara per la domanda più

acuta, specifica e profonda. E quello gestì 20 ore di seminario solo dialogando con l'aula. Niente slide, niente video, niente role playing. Certo, ci vuole coraggio, padronanza dell'argomento, ma anche apertura a soluzioni nuove. Perché non è che tac-tac, fosse tutto limpido e convincente, su alcuni temi il dibattito restò aperto, io sono ancora qui che ci penso. Forse anche questo è *queer*?

R – Forse la vita è queer, Lucia.

# “Come sei magra!”, complimento o offesa?

Ci sono parole nelle nostre conversazioni quotidiane che pesano, anche sugli uomini, e che dicono molto del rapporto tra corpo e società, tra estetica e identità.

## “Come sei magra!” complimento o offesa?

*People say I look happy  
Just because I got skinny*

Billie Eilish, *Skinny*

Lidia – Non dite niente sul mio girovita, natura crudele! Un attimo per andar su di chili, poi mesi per andar giù, o anche solo invertire la tendenza!

Maria – Lascia perdere, Lidia. Dai che stai bene, dice mio marito quando mi vede allo specchio, ma glielo leggo negli occhi che pensa altro.

Sonia – Eh ragazze, mica abbiám tutte la fortuna di Francesca, che può mangiare un bue e non mette su un etto, quante creme e zumba e sacrifici risparmiati!

Francesca (abbassando lo sguardo) – E pensate che sono incinta.

Attimi di cupo silenzio.

Febbraio, quattro amiche al bar, aperitivo dopo ufficio.

E riecchi, Alessandro e Gabriella, vecchio linguista lui, lei content writer militante, appassionata di DE&I, di nuovo affacciati a una scena piena di significati. Appassionati entrambi

dell'ascolto – anche involontario, estemporaneo, come quello al bar – dal gelo caduto sul tavolo a fianco capiscono che è meglio allontanarsi, discreti. Ma figurarsi se, appena usciti, non commentano.

Gabriella – Come volevasi dimostrare.

Alessandro – Cosa?

G – *E come sei magra! E che fortuna, non hai bisogno di andare in palestra!* Le frasi che si dicono alle persone magre. E paragoni entusiasmanti con acciughe, chiodi, manichini. Quando l'aspetto è particolarmente smilzo, si contano le ossa. E poi l'interrogatorio: *Mangi abbastanza? Sei a dieta? Non mangi dolci o pasta, vero? Oh ma non è che mi diventi anoressica? Hai provato a sentire un medico? Hai abbastanza energie? Ma un panino ogni tanto, no?*

A – Linea sottile, tra l'innocuo e l'inopportuno, tra l'apprezzamento e il giudizio. Considerando che è difficile conoscere la storia di ciascuna persona e il rapporto col suo corpo, in effetti possono suonare come un'attenzione gentile ma anche come una critica.

G – Ecco perché è utile riflettere su ciò che c'è **dentro le parole sui corpi**, di cui facciamo il pieno attraverso immagini, pubblicità, canzoni, prodotti e servizi, credenze popolari. Da un lato il mito della magrezza, elevata a standard di bellezza e moda, quasi di felicità – come racconta Billie Eilish del suo brano *Skinny -*, dall'altro quel misto di ostilità, forse invidia, forse diffidenza, che può diventare stigmatizzazione verso le

persone magre, a volte invisibile. Parole che diventano parte delle conversazioni quotidiane e che dicono molto del rapporto tra corpo e società, tra estetica e identità.

A – Certo, farsi cucire addosso dei giudizi per il proprio corpo è una realtà che risparmia poche persone. Se hai qualche chilo in più, sarai nel mirino di chi vuol farti sentire a disagio. Se nei hai in meno, avrai altri problemi. Qualunque sia il tuo aspetto, qualcuno troverà qualcosa da criticare, facendoti pagare il prezzo di essere come sei, ed ecco il *body shaming*. Non è più così fondato, dunque, il luogo comune che a una donna piaccia essere magra?

## Le parole pesano, anche sui maschi

G – Tempo fa ho parlato con un'amica, Ludovica. È alla sua prima gravidanza e mi ha raccontato la sua storia di *skinny shaming*. I **giudizi sul suo corpo magro**, spesso vestiti da complimenti, le hanno fatto male fin dall'adolescenza.

L'ultima di una lunga serie di considerazioni non richieste sul suo corpo è stata: «Aspetti un bambino? Ma non si vede proprio!». Mi ha fatto riflettere su questo fatto: i movimenti femministi degli anni Settanta hanno combattuto la *grassofo-bia*, ossia la discriminazione delle persone considerate grasse, e diffuso i concetti di *fat acceptance* e *body positivity*, ossia l'accettazione di tutti gli aspetti fisici a prescindere da taglia/forma (e pure colore, genere e abilità fisica). La narrazione sulle discriminazioni legate all'altro lato della medaglia, l'eccessiva magrezza, è rimasta piuttosto silente. Molti anni dopo, nel 2007, una scossa importante fu data da Oliviero Toscani nel-

la famosa campagna contro l'anorexia: la crudezza delle foto della modella divise il pubblico e i critici, fra chi la ritenne educativa e chi la considerò sciacallaggio pubblicitario.

A – Femminismo, eh? Quindi sono solo le donne a soffrirne? Ho passato gran parte della mia vita in palestra, e ti assicuro che anche lì, nello spogliatoio, c'è un mucchio di uomini con la convinzione che il maschio si misura dal muscolo. Si chiama **vigoressia**: è detta anche “complesso di Adone” (giuro!). Tende a fondere il muro di pregiudizi sulla mascolinità con una distorta percezione del proprio corpo, scatenando una preoccupazione ossessiva e una conseguente compulsione all'esercizio fisico. Anche lì ne ho sentite di parole sulla magrezza, e non erano complimenti.

Anche gli standard imposti agli uomini possono essere delle vere gabbie, che impongono di **adeguarsi a un canone**: si potrebbe essere magri per via di un metabolismo veloce, o essere geneticamente predisposti a un corpo magro, o avere dei disturbi.

Con un'aggravante, se pensiamo alle personalità in costruzione: secondo una ricerca di Skuola.net su giovani fra i 10 e i 17 anni, circa **un adolescente su tre** riceve ogni giorno commenti negativi sul proprio fisico, nel 60% dei casi da coetanei, ma anche da giovani un po' più grandi (8%) o addirittura da adulti (20%).

G – È vero, ne risentono anche gli uomini. Un uomo a me molto vicino, di qualche anno più grande di te, mi ha raccontato spesso dei commenti ricevuti sul suo peso. Spesso erano

proprio i suoi amici ad andarci giù pesante, a fare confronti. Magari loro vivevano quei commenti come bonarie dimostrazioni di affetto e di goliardia, ma toccavano corde delicate nel cuore e nella testa di questa persona e forse rimbombavano più come offese.

## Tre dimensioni della percezione corporea

G – Ammetterai, però, che le **aspettative sociali sulle donne** sono più marcate. Dire a una donna «Come sei magra!» suona quasi come una certificazione di valore. Ho scoperto che nel Medioevo c'erano donne, prevalentemente religiose, che già soffrivano di disturbi alimentari: si parla di *anorexia mirabilis*, perché veniva considerata una forma di devozione, un modo per trovare la via verso la santità. Peccato che fosse, a tutti gli effetti, un disturbo alimentare, motivato sì da uno scopo più alto, ma che poteva comunque portare alla morte. Il caso più noto è quello di Santa Caterina da Siena. Forse già da allora abbiamo interiorizzato il paradigma per cui i commenti sui corpi magri, tutto sommato, sono positivi?

A – Io non credo: dal Rinascimento, con la riscoperta della bellezza del corpo umano, non più soltanto prigioniera dell'anima come nel Medioevo, ma armonia e proporzione, le donne vengono rappresentate nella loro rotondità e sinuosità. Cosce, fianchi e ventre sono belli pieni (magari troppo per gli standard attuali?).

G – Da qualche decennio, comunque, la donna magra è in genere considerata una persona privilegiata e invidiata, emblema di successo e disciplina. Questo immaginario si riflette in per-

sonaggi come Miriam Maisel, protagonista di una famosa serie tv. Miriam incarna alla perfezione l'ideale della donna che, vivendo in un'epoca di rigidi standard estetici, conosce e padroneggia tutti i segreti di bellezza per aderirvi ed essere perfetta: conosce con precisione i centimetri del petto, del girovita, dei polpacci, e si sottopone a dei sacrifici per mantenersi entro quei canoni. La sua dedizione al controllo del corpo evidenzia l'idea diffusa che la magrezza non sia solo una caratteristica innata, ma una condizione raggiungibile attraverso disciplina e privazioni. In questo contesto, l'espressione Come sei magra! non viene percepita come un'offesa, ma come un complimento che sottintende approvazione sociale e riconoscimento di un privilegio. O almeno, per Miriam Maisel era così.

A questo proposito, mi vengono in mente gli studi di Virgie Tovar, docente e autrice americana, nonché attivista che ha dedicato la vita e la professione alle discriminazioni basate sul peso.

Lei individua 3 dimensioni che corrispondono a come si forma la percezione del nostro corpo: **intrapersonale**: come ti senti e cosa pensi riguardo al tuo corpo; **interpersonale**: come gli altri percepiscono e trattano il tuo corpo; **istituzionale**: come il tuo corpo ti condiziona la vita nella società, dall'accesso al lavoro alle cure mediche, dall'accessibilità degli spazi pubblici ai tuoi consumi (es. abbigliamento).

Queste dimensioni s'intersecano, e influenzano il modo in cui una persona vive il proprio corpo e il mondo che la circonda, in positivo come in negativo. Insomma, la percezione del proprio corpo si costruisce su equilibri che dipendono da noi, certo, ma anche da ciò di cui facciamo esperienza nel mondo.

Quando tutti e tre i livelli tendono verso una rappresentazione negativa, possono ingenerarsi vere e proprie ingiustizie, come il bullismo a scuola o la frustrazione degli adulti per i giudizi del medico sul peso corporeo eccessivo o insufficiente. Quando invece gli elementi si combinano in modo positivo, ecco che si rientra nell'olimpico delle persone che non subiscono ingiustizie legate al peso. Che non significa in automatico una percezione intrapersonale, interiore, positiva. Oltre al fatto che, come dice America Ferrera nel film di Barbie, «Devi essere magra, ma non troppo. E non puoi mai dire di voler perdere peso. Devi dire che vuoi essere sana».

A – Beh, Barbie, appunto. Comunque, è vero, anche se dagli anni Novanta diverse associazioni hanno rivendicato il diritto di ogni persona ad avere un'immagine positiva del proprio corpo, la stigmatizzazione delle persone magre è stemperata in un discorso ancora forse troppo generico sull'accettazione individuale del proprio aspetto.

G – È la *body positivity mainstream*, quella diffusa sui social, che si tende a ridurre a una questione di autostima. Certo che puoi avere anche riserve di amor proprio e autostima, ma certi consigli non richiesti percepiti come giudizi, o il sentirsi invidiare per la propria magrezza, senza sapere se lì dietro si cela un malessere, o un periodo di apprensione e di terapie, non dev'essere facile.

## **Magro = bello? Davvero?**

A – Resta il fatto che definire una persona magra inibisce

meno che chiamarla grassa.

G – E chissà poi cosa c'è di inibente nella parola grassa. È un aggettivo, esprime solo una delle qualità. Meglio rotonda, morbida, in carne, formosa, robusta, curvy? Il *politically correct* non diventa qui ridicolo, anzi amplificando un aspetto che è, appunto, solo un aspetto, non la totalità della persona? Come mai è così evidente quanto sia fuori luogo commentare l'altezza o la bassezza, la dimensione del naso o dei piedi o dei mignoli, e invece sul grasso e sul magro fioccano commenti senza ritegno? Mara Mibelli e Chiara Meloni, autrici del libro *Belle di faccia, tecniche per ribellarsi a un mondo grassofobico*, consigliano “a chi è grasso di far pace con questa parola e di riappropriarsene”, ritenendolo “un gesto rivoluzionario”.

A – Già. Molte delle frasi motivazionali (da bar) che si leggono nei social – *Devi amare te stessa, Sei bella così, Sei ben più di ciò che vedi allo specchio* – dimostrano che ancora il grasso è considerato una colpa, o un fallimento, perché la *diet culture* ci ha convinto che un corpo grasso può essere cambiato con impegno e sacrificio.

Ed ecco quindi la distorsione automatica del pensiero: grasso=brutto, magro=bello. Strano, perché se stiamo all'etimo di “magro”, dentro il macer latino c'è l'eco dolorosa del macerare, del *maciullare*, del corpo macilento.

È vero che poi la lingua spesso s'inventa dei paradossi. Il risultato positivo di un test medico dei medici che in realtà è un fatto negativo. Ma è anche vero che esistono molte espressioni fondate proprio sul pensiero opposto al magro=bello: *una ma-*

*gra consolazione, i periodi di magra, le vacche magre, la magra figura, il magro bottino, il magro stipendio*, indicano malessere, ristrettezze di esistenza. Invece quelli delle vacche grasse sono tempi di benessere, il grasso che cola è un profitto sovrabbondante, le grasse risate rinfrancano lo spirito, il *giovedì grasso* è l'apice del carnevale. Lasciami citare anche il grande Fernando Botero, che diceva: «Non dipingo donne grasse, dipingo la voluttà, la plasticità, la sensualità dei volumi». È l'esaltazione della vita, è piacere, abbondanza, vitalità, energia, desiderio.

G – Cambiare l'automatismo grasso=brutto /magro=bello è difficile, richiede tempo e fatica. Ecco perché è importante guardare dentro le parole: c'insegnano sempre qualcosa sui pensieri che le abitano, e a volte ci obbligano a rivederli.

A – Ok. Alleggeriamo con un tocco musicale?

G – Aiuto, andrai mica sui Queen con *Fat Bottomed girls?*

A – Ero tentato. Invece ti regalo il gioioso sound della *Rosalina* di Fabio Concato:

Rosalina, Rosalina, a me piaci grassottina

Amore mio ti voglio bene come sei

sei eccitante al punto che ti sposerei

Mia madre dice che col tempo dimagrirai

ma non importa amore non cambiare mai.

# Razzializzazione: ci mancava?

La parola “razzializzazione” ci fa riflettere su come e perché determinati stereotipi si sono radicati in noi. In collaborazione con Sofia Lawrence.

## Razzializzazione: ci mancava?

Uomo (agitato): È assurdo che chiediate il documento solo a me!

Controllore: Signore, è una procedura standard per i biglietti elettronici senza QR code.

Uomo: E allora perché non l'ha chiesto anche a quel signore? (indica un passeggero vicino a lui, con pelle bianca e giornale economico sotto braccio)

Sofia e Alessandro hanno osservato la scena in attesa del treno che li porterà alla riunione.

Sofia – Un po' sospetta la richiesta del controllore, non credi?

Alessandro – Mi ha ricordato il film *Indovina chi viene a cena*. L'hai visto? Racconta le goffe interazioni tra le famiglie dei protagonisti, lei bianca e lui nero, nella San Francisco degli anni '60.

S – Non mi pare, dovrei chiedere ai miei genitori. Però ho visto di recente *The Six Triple Eight*, un film sulle difficoltà del battaglione americano formato da donne nere durante la Seconda guerra mondiale, ostacolate dai superiori del loro stesso esercito, sia nelle questioni belliche sia nella vita quotidiana. Te lo consiglio: perfetto esempio di razzializzazione.

A -Cioè?

S -Parola non ancora molto comune in Italia. Viene dall'inglese *racialization*: la sociologia ha iniziato a usarla negli anni 90' per descrivere come differenze etniche o culturali vengano trasformate in **segni di distinzione razziale**, collegandovi valori negativi e portando a discriminare o marginalizzare alcune persone. La parola aiuta a ricordare la natura sociale e costruita di questi collegamenti, rifiutandone il nesso tutto arbitrario a presunte basi biologiche. L'effetto collaterale può essere quello di attribuire connotati razziali o etnici a situazioni che non c'entrano nulla con la razza, ma che finiscono per essere interpretate così.

A – A quanto ne so, proprio nulla c'entra con la razza. La scienza ha accertato che le **razze** non esistono. È nota la storia dell'arrivo di Albert Einstein all'ufficio immigrazione americano, nel 1933: compilando il modulo, alla domanda sulla razza, scrisse "umana". Esistono le etnie, comunità i cui membri hanno in comune un insieme di elementi culturali, come la lingua, gli usi, le tradizioni.

E fin qui, non sembra esserci molta differenza fra *razzializzazione e razzismo*. Da linguista, mi chiedo: quella **-azione** non starà a significare qualcos'altro? C'è aria di nominalizz-azione, ossia trasformazione di un verbo in nome. Le parole che terminano in *-zione, -mento, -aggio o -tura*, indicano che sotto c'è un verbo, un **agire**, un fare qualcosa.

S – Ha ragione Prof, la definizione era incompleta. Hai centrato il punto: spesso le due parole sono usate nei media come sinonimi. Ma quel suffisso *-azione* pone il focus proprio sul creare qualcosa. Indica il processo che è servito a legittimare

strutture di potere e disuguaglianza, è il razzismo che si manifesta attraverso atti, eventi, comportamenti. Io la interpreto così: la razzializzazione è il processo che ha “normalizzato” i comportamenti razzisti. È importante anche capire che, quando parliamo di **persone razzializzate**, ci riferiamo a chi subisce questo processo di categorizzazione. Ovviamente non è una caratteristica intrinseca delle persone, ma qualcosa che la società crea contro determinati individui o gruppi.

A - Apprezzo la tua interpretazione, Sofia. Esiste anche una definizione ufficiale?

S – Ti soddisfa questa?

L'espressione *razzializzazione* designa il processo di attribuzione e di affermazione di differenze basate su idee razziste. Le persone e i gruppi della popolazione vengono così categorizzati, stereotipati e gerarchizzati sulla base di caratteristiche fisiche, sociali o mentali reali o presunte. Il termine è usato per sottolineare il costrutto sociale di “razza”. Razzismo e razzializzazione non possono essere scissi perché la razzializzazione implica la distribuzione del potere e quindi l'esercizio del dominio. In questo senso, il processo di razzializzazione serve a legittimare atti razzisti inconsci o consapevoli.

*Consiglio Federale Svizzero, dipartimento dell'Interno*

A – Ok. E da un dizionario della lingua italiana?

S – Ecco: la parola è ancora fuori dai principali dizionari della lingua italiana. È singolare che il Treccani ci arrivi solo per negazione, ossia aggiungendo il prefisso de-, come se si potesse

concepirla solo pensandola come evitata, o superata:

**derazzializzazione** – L’eliminazione delle concezioni e dei caratteri razziali.

A – E a proposito della “azione”: qualche esempio pratico?

## Che succede in Italia?

S – Pensa a tutte le volte in cui qualcuno riceve un trattamento speciale solo per il colore della pelle o per l’accento. In Italia l’esperienza delle persone nere è accomunata da una sequela di domande fastidiose. La scrittrice francese Espérance Hakuzwimana Ripanti le elenca nel libro *E poi basta. Manifesto di una donna nera italiana*: Da dove vieni? Ma parli benissimo l’italiano! Con chi vivi? Come mai hai lasciato il tuo paese? E la tua famiglia dov’è? Domande normalissime, magari poste in buona fede, ma avvertite come inopportune se rivolte a persone straniere. Si dà per scontato che siano migranti, senza un’istruzione, per cui situazioni comuni generano stupore o curiosità sproporzionate. Assurdo, per chi è nato e cresciuto in Italia, dover giustificare la padronanza della propria lingua.

A – Ricordo il caso di un avvocato di Napoli, di origine nigeriana, che aveva dovuto mostrare il tesserino e aspettare che facessero delle verifiche perché il giudice non credeva che fosse proprio lui l’avvocato. Più recente, la discobola torinese Daisy Osakue, nazionale delle Fiamme Gialle, che in un negozio di elettronica, spostandosi da un piano all’altro reggendo il prodotto che voleva acquistare, è stata fermata

e accusata di non voler pagare. Daisy è nera. Si è dovuta difendere mostrando il tesserino della Guardia di Finanza. M'immagino la conversazione: «T'ha detto male, amico, potrei fartele io le pulci sulla tua correttezza professionale».

S – Sai, sui social seguo una creator, Loretta Grace, che spiega proprio il peso dei pregiudizi inconsci legati al colore della pelle. Parla di come anche i filtri *beauty* delle app siano spesso costruiti su standard di bellezza occidentali.

## E “color carne” si può dire?

A – Quindi anche l'espressione “color carne”, riferita a calze, canottiere o altri indumenti, immagino sia super-razzializzante?

S – È il riflesso di un'epoca con una visione limitata della diversità umana. Ben cinque importanti dizionari della lingua italiana – Garzanti, Devoto-Oli, De Mauro, Treccani e Zingarelli-Zanichelli – bollano l'espressione come discriminatoria, perché assume come unico riferimento il colore della pelle bianca. Sappiamo bene che i **colori carne** sono plurali, hanno molte sfumature: dal beige pallido al marrone scuro. Tenerlo presente è un'opportunità per ridefinire il nostro linguaggio in modo che rifletta la ricchezza e la bellezza della diversità umana.

A – Mi salta alla memoria una battuta di Muhammad Ali: «Dicono ai bambini che Gesù era bianco, e pure gli apostoli e gli angeli. Il Presidente degli USA vive nella Casa Bianca.

Perfino Tarzan è bianco. Ma come? Bianco uno nato e cresciuto nella giungla?»

## Razzializzazione sistemica

S – Ali sapeva forse già molto su ciò che oggi è chiamato **razzializzazione sistemica**. Non sono solo gli episodi evidenti come quelli descritti poco fa, ma è tutto un sistema di **micro-aggressioni quotidiane** che categorizzano le persone in base al colore della pelle o alla presunta provenienza geografica. C'è un video che ha creato molto dibattito negli Stati Uniti, *This Is America*, di Childish Gambino, perché mette in scena, collegandole, molte caratteristiche e fasi storiche e giuridiche del razzismo. Per esempio, in Italia una persona nera viene automaticamente “pensata” come una persona immigrata. Negli Stati Uniti è facile sia vista con sospetto dalla polizia, perché lì è comune credere che sia pericolosa, per questioni, appunto, sistemiche. Stereotipi che conosciamo già, ma la parola “razzializzazione” ci fa riflettere su *come e perché* si sono radicati in noi.

A – Penso anche a come, nei titoli dei giornali, vien spesso specificata l'origine etnica di una persona, “Un africano fa causa a premier...” (Liberò, 4 febbraio 2025). O a quando una persona viene definita “esotica” per il colore della pelle, la forma degli occhi o l'accento: l'intento può sembrare innocuo, persino amichevole, ma quella parola implica una distanza culturale che, anche quando espressa con gentilezza, rafforza una gerarchia implicita, crea una separazione.

L'impatto può essere particolarmente forte nei giovani, che stanno costruendo la propria identità e possono interiorizzare questi messaggi come una verità su di sé, subendo un'influenza anche sulle opportunità lavorative e d'integrazione. Alle persone razzializzate tocca spesso lottare contro narrazioni già scritte, che le dipingono come meno qualificate o pericolose.

S – Vero, basta pensare a come alcune etnie siano state legate direttamente a delle professioni. A Milano un po' di tempo fa era molto di moda avere *il filippino*, di qualunque nazionalità fosse. E lo stesso è successo in tutta Italia con i minimarket di cibo etnico aperti 24/7, ormai *il bangla*. Per non dimenticare *il marocchino* che gira sulle spiagge vendendo cose.

## Una questione di controllo e libertà

A – Ma secondo te, perché tutto questo ancora oggi?

S – Secondo Nadeesha Uyangoda, autrice del libro *L'unica persona nera nella stanza*, essere un soggetto razzializzato significa essere parte di una dinamica di potere, e subirla. A livello globale, i soggetti razzializzati sono inseriti in dinamiche economiche e giuridiche che tendono a escluderli dall'accesso a risorse e opportunità. In Italia i principali ambiti in cui assistiamo a dinamiche di razzializzazione sono l'immigrazione, la discriminazione nei confronti di alcune comunità e il trattamento differenziale di cittadini di origi-

ne straniera nel sistema giuridico e lavorativo.

Le attiviste e gli attivisti si identificano come *soggetti razzializzati* quando si rivolgono a noi, persone non razzializzate, come a dire «Ehi, viviamo nel mondo attraverso il vostro sguardo». Sta a noi risalire alla fonte del nostro pensiero e chiederci: **ti sto guardando con dignità?**

A – Sto imparando che, come altri processi discriminatori, anche la razzializzazione può essere volontaria o involontaria. Per quella volontaria, se pensiamo alla nuova era Trump, difficile trovare ispirazioni positive. Ma basta ricordare com'erano trattati gli italiani meridionali al Nord, non troppo tempo fa (*Qui non si affitta ai terroni*). Quella involontaria è anche più difficile da riconoscere, perché passa attraverso battute, personaggi, dinamiche sociali molto radicate. Durante una recente campagna per le elezioni regionali lombarde, il presidente Attilio Fontana disse: «Dobbiamo decidere se la nostra razza bianca deve continuare a esistere», suscitando un putiferio che lo costrinse poi a scusarsi, parlando prima di lapsus e poi riconoscendo la “espressione infelice”. Serve ricordare che i lapsus freudiani rappresentano il pensiero profondo? E venendo all'attualità, secondo te l'idea del Ministro dell'Istruzione di reintrodurre a scuola la lettura della Bibbia, in quale dei due tipi si colloca?

S – Comunque, così come si sono fatte, certe idee, si potrebbero disfare. E magari già parlarne è un passo per il cambiamento. Come dice Ghali: *Ma qual è casa mia? / Ma qual è casa tua? Dal cielo è uguale, giuro.*

A – Credi che ci siano dei contesti in cui il cambiamento, magari anche con fatica, ma?

S – Beh, la scuola, il più importante strumento di integrazione. Lì provenire da famiglie immigrate non è certo più un'eccezione: i bambini, i ragazzi si abituano a stare insieme, non danno peso origini o etnie. Anche lì, comunque, il cambiamento va costantemente incoraggiato e governato.

Nello sport, al netto di certi terribili episodi, la passione alla fine s'impone e non ci interessa che Sinner appartenga a una minoranza o che Jacobs abbia la pelle scura, siamo pronti a tifare per loro con grande entusiasmo e affetto. Ma anche la musica, l'arte in genere sono contesti favorevoli a questo cambiamento.

## Consigli

Podcast: *Sulla Razza*, le parole del razzismo e delle persone razzializzate in Italia, un episodio per volta; *Houda, nessuna e centomila*, storie di Gen Z di seconda generazione.

Film: *Scappa! (Get Out)*, horror sociale distopico, fa molto riflettere; *Il diritto di contare*, la storia di Katherine Johnson, Dorothy Vaughan e Mary Jackson, brillanti scienziate afro-americane che fecero andare l'umanità sulla luna.

Social: *Stop afrofobia*, progetto dell'UE che raccoglie la comunità di italiani afrodiscendenti per parlare di razzismo; *Colory.it*, piattaforma e community di italiani/italiane di seconda generazione.

# Sei un boomer: ne parliamo?

**Il concetto di generazione è una convenzione arbitraria, ma anche un potente mezzo di costruzione identitaria collettiva, che permette di elaborare il passaggio fra passato e presente, fra genitori e figli, fra vecchio e nuovo.**

**In collaborazione con Luca Stoppioni  
e Lorena Zerbin.**

## Sei un boomer

*Ogni generazione ride delle vecchie mode,  
ma segue religiosamente le nuove.*

### **Henry David Thoreau**

Podcast Gener-azioni.

Titolo della puntata: Sei un boomer: ne parliamo?

Partiamo dalla definizione, Boomer.

Deriva da Baby-Boomer, cioè chi è nato nel periodo del Baby Boom, a cavallo fra il 1946 e il 1964. Il boom dapprima demografico nel secondo dopoguerra (che voglia di riprendere a vivere!), diventato poi economico alla fine degli anni 50.

In senso ironico e spregiativo (Treccani), visto dalle generazioni successive i baby boomer – in Italia, circa 15 milioni di persone – sono portatori di modi di pensare e agire superati e perfino nocivi.

Quel tono abituale dei podcast: supponente ma intrigante insieme, erudito ma condiscendente, saputello ma effettivamente utile. Si può dire enciclo-pop?

“Ok, boomer” è un’espressione usata da adolescenti e giovani per zittire o prendere in giro cose percepite come lamentele paternalistiche della generazione dei 50-60-70enni, ritenuta responsabile delle attuali crisi sociali, finanziarie e climatica. Fu coniata il 6 novembre 2019 dalla deputata neozelandese

Chlöe Charlotte Swarbrick, allora 25enne, che durante un discorso in Parlamento, peraltro centrato proprio sul tema del rinnovamento generazionale delle posizioni di potere, interrotta da un collega più anziano, lo liquidò con due parole, “ok boomer”, appunto, continuando poi a parlare.

Sulle parole del podcast discutono una voce matura e una giovane. Chiamiamoli per comodità B come Boomer e GZ come GenZ.

**GZ** - Ah, credevo che Ok, Boomer fosse solo una canzone dei Zen Circus. Dice così: I ragazzi di oggi una volta eravamo noi, Eravamo noi quelli sbagliati, maleducati, E adesso siamo noi che facciamo i nostalgici, patetici, ... E adesso invece, lo dici tu che ‘sti ragazzi di oggi non li capisci più...

Nonostante qualche punzecchiatura, i toni sembrano permettere uno scambio aperto.

**B** – Lo vedi? Il mondo gira. Passano i decenni, e i comportamenti si ripetono. Comunque certe differenze restano evidenti. A me pare, per esempio, che per la vostra generazione il valore del sacrificio, nello studio e poi nel lavoro, non sia centrale. Sbaglio?

**GZ** - Guarda, lo so che voi boomer siete cresciuti con il culto del lavoro. E ci sta la vostra dedizione. E immaginiamo che anche per voi non sia stato facile. Ma è il senso del futuro che ci divide: la realizzazione nel lavoro per noi non è più una traccia così sicura. Dobbiamo reinventarci continuamente, e questo ci lascia spesso con più incertezze che certezze.

**B** - Oh, non è che per noi l'affermazione nel lavoro rappresentasse solo certezze, sai. Non aiuta mai idealizzare il passato. Anche noi abbiamo affrontato molte fasi d'instabilità, e abbiamo sempre dovuto reinventarci (pensa a quando abbiamo cominciato a usare i computer), quella è una caratteristica umana, bisogna esserne forniti in ogni età. La questione delle età è complessa e in continua evoluzione, pensa solo a com'è cambiata la durata della vita.

Riprendono ad ascoltare il podcast.

## **Le tre dimensioni dell'età**

Possiamo individuare tre modi d'intendere l'età.

**Età anagrafica.** È un numero, una data stampata sulla carta d'identità. Di solito quando si dice "età" si pensa a quella.

**Età psicologica.** È il modo che si ha di percepirsi in rapporto all'età anagrafica; come ci si vede e ci si rapporta con la realtà e le altre persone. Ha molte sfaccettature: il primo aspetto è la percezione soggettiva, ci si può sentire più giovani o più maturi rispetto agli anni effettivi, anche in rapporto a situazioni e contesti diversi; il secondo è la maturità emotiva, ossia quanto si è capaci di gestire emozioni e relazioni o situazioni difficili: si può essere emotivamente più maturi rispetto all'età anagrafica o viceversa. Terzo aspetto, la vitalità: sentirsi energici e motivati fa percepire un'età più giovane. Ci sono poi le capacità cognitive, il saper coltivare pensiero, memoria e attenzione. E poi le esperienze di vita:

situazioni che richiedono responsabilità precoci possono portare a una percezione di maggior maturità.

**Età sociale.** Indica la posizione di un individuo nella società in base ai ruoli, alle aspettative culturali e alle norme legate alle fasi della vita. Dipende dai ruoli assunti (figlia/o, genitrice/ore, studente, lavoratrice/ore, pensionata/o), dalle aspettative culturali (come vestirsi, come comportarsi, se e quando avere figli, quando entrare nel lavoro e quando uscirne ecc.), dalle transizioni di vita (un cambio di status familiare, un trasferimento) e dall'aspetto fisico, che non sempre riflette l'età anagrafica.

**GZ** - Interessante 'sta cosa delle tre età. In effetti l'abitudine di etichettare le generazioni prende quasi sempre in considerazione solo l'età anagrafica?

**B** – Eh certo, creando così una quantità di stereotipi, più o meno inconsapevoli. Racconta Valentina Di Michele nel suo *Scrivi e lascia vivere*:

A 28 anni ero giovane per anagrafe e mi sentivo matura psicologicamente: a 47 sono considerata giovane nel mio contesto sociale anche se a livello fisiologico vedo sul mio corpo i segni del tempo. Per lo Stato sono troppo giovane per la pensione, ma nella mia cartella clinica c'è scritto persona di età matura.

**GZ** – Ecco, gli stereotipi. Torniamo al podcast, che ora propone quelli sui boomer, promettendo anche di smontarli uno per uno.

## Stereotipi e confutazioni

**1. Non capiscono la tecnologia.** Davvero? Una ricerca di Hearts & Science del 2023 sfata questo mito. Molti boomer usano molto i social, fanno acquisti online e partecipano a discussioni digitali. Bill Gates, Steve Jobs e Jeff Bezos sono qui dentro: difficile considerarli tecnofobi. Spassoso, sul tema, il Protocollo boomer, l'idea del gruppo comico The Jackal, che spiega le difficoltà tecnologiche esibite da madri e padri come un pretesto per ottenere l'attenzione di figlie e figli.

**2. Sono mentalmente rigidi e chiusi.** Eppure hanno guidato grandi cambiamenti sociali e culturali, dal '68 ai diritti civili, dalla rivoluzione sessuale alle prime battaglie ambientali. Sono stati i primi a ribellarsi ai padri e alle istituzioni, a quel modello di famiglia vecchio di secoli e a consegnarne uno nuovo ai figli, meno rigido, più fluido, tale da permettere a figlie e figli di criticare anche pesantemente i genitori.

**3. Criticano sempre i giovani.** Sebbene esista il cliché del boomer che rimprovera i giovani, in realtà molti sostengono figli e nipoti sia sul piano economico sia su quello emotivo. Dipingerli come sempre critici nei confronti delle nuove generazioni è una semplificazione che non tiene conto della complessità dei rapporti intergenerazionali.

**4. Sono tutti benestanti.** Se hanno vissuto un'epoca con maggiori opportunità, hanno affrontato anche crisi econo-

niche, disoccupazione e difficoltà finanziarie. Il benessere è stato frutto di impegno e sacrifici.

**5. Non capiscono la cultura contemporanea.** Questo è abbastanza vero: con la musica, le serie TV e i meme dei più giovane arrancano. Comunque spesso partecipano a eventi musicali, cinema e nuove forme di intrattenimento. Poi restano avvinghiati al rock.

**6. Non s'interessano all'ambiente.** Il luogo comune ambientalista accusa le generazioni passate di aver rovinato il pianeta a danno delle future. Questo contrasto ha radici ben più profonde e s'inserisce nella cosiddetta generational warfare, la spinta aggressiva dei giovani di ogni epoca, il desiderio di trovare dei colpevoli contro cui scagliarsi. Si veda il movimento di Greta Thunberg. Ma i movimenti ambientalisti odierni devono molto alle battaglie ecologiste iniziate decenni fa. Il primo Earth Day è stato celebrato il 22 aprile 1970, le leggi ambientali e molte organizzazioni ecologiste sono nate dall'attivismo dei boomer.

**7. Non sanno divertirsi.** Proprio il contrario! Forti di migliori cure mediche e di una maggiore speranza di vita, viaggiano, fanno sport, partecipano a eventi sociali e culturali, s'innamorano. Mai scatenati come ora.

**8. Non sono inclusivi.** In realtà sono stati i principali sostenitori delle battaglie per i diritti civili, il femminismo e la parità di genere. Hanno fatto molto per aprire la strada alla cultura contemporanea dell'inclusione, a partire dalla

rivoluzione sessuale.

**9. Non sanno usare l'ironia e il sarcasmo.** Altra semplificazione. Molti boomer sono cresciuti con forme di satira pungente (basti pensare a giornali come *Il Male* o *Tango o Cuore*) e hanno sviluppato un senso dell'umorismo spinto. È vero che a volte il linguaggio dei social può risultare meno immediato per loro. Nessuno è perfetto.

**GZ** - Oh, ma da 'sto podcast sembra che non abbiate uno straccio di un difetto. Chissà che età hanno gli autori. Almeno del modo in cui parlate vogliamo dire qualcosa? Dal campacavallo per esprimere sfiducia (poi con quello sventolio di una mano nell'aria) al caspita che va bene per tutto, stupore, meraviglia, impazienza, risentimento; dal fusto che non si sa perché dovrebbe indicare un maschio aitante di gran bella presenza al golfino da tenere anche sulle spalle in caso tiri "un po' di arietta"; quel nisba che mette in ridicolo anche il più secco dei "no", o il piantare per intendere l'atto dello scaricare un/a partner, e la reclam, e i telefilm... dai, roba che non si può più sentire.

## **Reciproci apprezzamenti**

**B** -Ok, prendi pure in giro il nostro linguaggio. Ma c'è qualcosa che apprezzate della nostra età?

**GZ** – Sì, la visione positiva della vita. Non parlo di otti-

mismo, che è l'attitudine a vedere con favore il corso degli eventi, anche a costo d'illudersi, e non mi pare sia stata mai tanto vantaggiosa. Intendo la capacità d'impegnarsi in qualcosa che abbia un orizzonte lontano, un lungo termine. Voi avete messo in atto la mentalità del "se vuoi qualcosa, con la fatica puoi guadagnartelo". Questo atteggiamento, pure un po' schematico, ha il suo valore. Noi, con la nostra ricerca di risultati istantanei, tendiamo spesso ad arrenderci o a cambiare strada se qualcosa non funziona subito. Ma lasciami ribaltare la domanda: c'è qualcosa che voi apprezzate della nostra età?

**B** - Certo. Anzitutto l'impegno a far in modo che il lavoro non debba divorare tutto il tempo e le energie disponibili, che lasci spazio per la crescita personale, le relazioni, la salute mentale, il work-life balance, come lo chiamate. Però, anche qui, non vi sembra che l'espressione work-life balance sia un po' assurda? Si possono paragonare work e life? Non sono due insiemi coerenti: il lavoro è una parte della vita. Se lo polarizziamo contro la vita, per forza diventa una cosa da cui difendersi.

**GZ** - Ok, ma non fermiamoci alle definizioni. Voi siete cresciuti con l'idea che il lavoro fosse il centro attorno al quale costruire il vostro futuro: stabilità, mutuo, casa, famiglia. Il mondo oggi è più fluido, sfuggente, in ogni istante ci costringe a rivedere i piani. Genera ansia, e una vista più corta. Quando cerchiamo un lavoro, ormai lo concepiamo sempre in una dimensione di precarietà. Servono mille skill diverse, e gli stipendi non sono quasi mai proporzionati al costo

della vita. Non è il rifiuto della fatica o della responsabilità, è un cambio di prospettiva: vogliamo che il lavoro abbia senso, ma anche che ci lasci anche spazio per altro.

**B** - E su questo siamo d'accordo. Il cinema ha spesso esplorato questo tema, anche in modo ironico, e anche collegando il rapporto tra generazioni a quello della conciliazione tra carriera e famiglia. *The Intern*, per esempio, dove un 70enne (Robert De Niro) viene assunto come stagista in una startup per affiancare la giovane fondatrice della società (Anne Hatheway). Oppure, in prospettiva inversa, *Younger*, serie TV in cui la 40enne Liza si finge più giovane per ottenere un lavoro in una prestigiosa casa editrice.

Ma, ancora, dello smart working che possiamo dire? Voi lo amate tanto, ma non vi pare che abbia danneggiato, più che agevolato, le relazioni professionali e anche quelle personali?

**GZ** - Sarà, magari, ma per noi è importante anche il poter lavorare da remoto, il poter fare lavori diversi, non ripetitivi. Vogliamo poter adattare il lavoro a un mondo veloce, mutevole, frenetico.

La puntata del podcast *Generazioni* intanto si sta concludendo. Ultime battute:

Riprendendo le nostre tre età, potremmo concludere che il concetto di generazione è una convenzione arbitraria. Nonostante ciò, è un potente mezzo di costruzione identitaria collettiva, che permette di elaborare il passaggio fra passato

e presente, fra genitori e figli, fra vecchio e nuovo. Lo scontro generazionale è fondamentale per diventare adulti.

B e GZ vanno a prendere un caffè insieme. Sembra che lo spirito del “ne parliamo?” li appassioni ancora.

# LGBTQIA+, un acronimo sempre più lungo?

**LGBTQIA+:** storia e significato di un acronimo che racchiude numerose espressioni appartenenti a dimensioni differenti: identità sessuale, identità di genere e orientamento sentimentale-sessuale.

**In collaborazione con Luca Stoppioni  
e Lorena Zerbin.**

CLICCA QUI PER VEDERE  
LA DIRETTA

## LGBTQAI+

*La saggezza è saper stare con la differenza  
senza voler eliminare la differenza.*

### **Gregory Bateson**

All'uscita dal cinema, Andrea e Fabrizio commentano Emilia Pérez, film pluripremiato e pluricandidato agli oscar 2025.

**Fabrizio** – Chissà se piacerà ai tuoi amici, quelli LGB...? Non me le ricordo mai tutte le lettere.

**Andrea** – Non scherzare, la sigla LGBTQIA+ rappresenta le diverse forme che possono assumere la sessualità e l'affettività umana, e ha ormai una lunga storia.

### **LGBTQIA+: storia e significato di un acronimo**

**Andrea** – Racchiude numerose espressioni che appartengono a tre dimensioni differenti: l'identità sessuale (il sesso assegnato alla nascita), l'identità di genere (elemento psicologico e socio-culturale – come mi relazioniamo in base al genere assegnatoci alla nascita) e l'orientamento sentimentale-sessuale, verso chi proviamo attrazione affettiva e fisica. Le prime attestazioni in Italia, nella sua versione più breve LGBT, risalgono al 2000, come dice Treccani che nel 2014 lo inserisce fra i neologismi.

**Fabrizio** – Ah, quindi storia anche corposa, pensavo fosse

un'espressione più recente.

**Andrea** – Si forma via via, per evoluzione. La storia ha inizio negli Stati Uniti fra gli anni '60 e '70 del Novecento; le prime lettere a comparire furono la L e la G, lesbiche e gay, ossia donne e uomini che provano attrazione verso persone dello stesso sesso. Presto si aggiunse la B per indicare le persone bisessuali. Nei due decenni successivi compaiono la T, persona transgender, ossia che non s'identifica con il genere assegnatole alla nascita (cisgender è invece la persona che s'identifica con il genere assegnatole alla nascita), e la Q per queer, termine ombrello per identificare tutte le persone che non si riconoscono nelle tradizionali etichette di identità, genere e orientamento.

In anni più recenti si aggiungono la I, per intersessuale, persona il cui corpo non è conforme alle combinazioni binarie delle caratteristiche sessuali e la A, per asessuale o anaffettivo, persona che non prova attrazione fisica o affettiva verso altre persone. Il + in fondo sottolinea il fatto che non si tratta di una realtà cristallizzata, ma aperta a includere tutte le altre esperienze, identità e orientamenti non descritti nelle lettere precedenti.

## **Custode di identità, promotore di visibilità**

**Fabrizio** – Capisco che nominare le cose è fondamentale: solo così possiamo prendere consapevolezza e conoscenza delle cose. Come diceva Ludwig Wittgenstein nel Tracta-

tus logico-filosoficus, «I limiti del mio linguaggio sono i limiti del mio mondo». Ma non è diventata un po' troppo lunga la sigla?

**Andrea** – È perché contiene molti significati, rappresenta molti traguardi, frutto anche di lotte e rivendicazioni potenti. Una su tutte: i Moti di Stonewall. La notte tra il 27 e il 28 giugno 1969 la polizia irruppe per una retata nello Stonewall Inn, bar gay del distretto di Manhattan, dando vita a uno scontro violento. L'episodio, peraltro molto frequente all'epoca, è divenuto un simbolo: segna la nascita del movimento di liberazione gay moderno.

**Fabrizio** – È per questo che giugno è in tutto il mondo il mese del Pride LGBTQIA+?

**Andrea** – Esatto. Ma anche le altre lettere sono piene di storie, rappresentano le diverse comunità e le battaglie che hanno combattuto: basta pensare all'attivismo delle persone bisessuali o alle difficoltà affrontate dalle persone transgender. La ricchezza dell'acronimo, dunque, garantisce identità all'interno, ma anche visibilità delle diverse identità verso l'esterno, per una società ancora in gran parte modellata su schemi e stereotipi cisgender eterosessuali.

Prendiamo la ruota del potere – uno strumento messo a punto dal governo canadese che aiuta a identificare i privilegi legati alla propria condizione personale – e domandiamoci: io dove mi colloco? Ogni spicchio rappresenta una fetta della nostra vita, più ci avviciniamo al centro più

ritroviamo elementi riconosciuti come elementi di potere, più ci allontaniamo più crescono diffidenza e discriminazione. Nella parte centrale incontriamo le caratteristiche di un'identità cisgender, ossia coerente con il sesso biologico e un orientamento eterosessuale. Questa rappresentazione nasce in ambito occidentale e non si può dire sia rappresentativa di tutte le culture, ma è senza dubbio un punto di riferimento. Ora, la ruota è formata da tantissime caselle, ognuna delle quali ha un'etichetta: potremo mai mettere in dubbio che la vita di ciascuno/a di noi sia composta da tutte quelle dimensioni? Ecco, No. La stessa cosa vale per l'acronimo: una multidimensionalità che ha l'esigenza di manifestarsi anche a livello linguistico.

## **Vantaggi e rischi nelle etichette linguistiche**

**Fabrizio** – Siamo sicuri che ci sia bisogno di tutte queste etichette, quindi categorie, che creano separazione, forse più che inclusione? Penso a quel che dice Paul Murray nel suo ultimo romanzo *Il giorno dell'ape*, me lo sono annotato:

Ci viene insegnato che se non nascondiamo le nostre diversità, siamo destinati alla solitudine. A non essere amati. E così impariamo a coprire noi stessi con prodotti, etichette, maschere di questo o quel tipo.

Non sarà, anche questa sigla, un altro modo per nascondersi dietro un'etichetta, e uniformarsi a un gruppo, per paura della solitudine? Inoltre l'eccessiva granularità non diven-

terà un boomerang, specie verso l'esterno? Già oggi l'acronimo è spesso oggetto di sarcasmo.

**Andrea** – La sigla è in effetti complessa, difficile da ricordare e da pronunciare. In una delle sue versioni più lunghe conta ben 11 lettere: LGBTTQQIAAP. Una seconda T per le persone transessuali, che avvertono il bisogno di modificare il proprio sesso biologico; una seconda Q per le persone questioning, che s'interrogano sulla loro identità o sul loro orientamento; una seconda A per le persone alleate, ossia familiari, amici e supporter delle diverse comunità; e la P per le pansessuali.

C'è persino una versione con un "2" davanti, 2SLGBTQIA+, dove 2S sta per "Two Spirits", termine usato all'interno della cultura indigena nordamericana, in particolare tra le comunità native dell'Isola di Turtle, per riferirsi a persone che portano nel proprio corpo uno spirito maschile e uno femminile.

**Fabrizio** – Certo che se una cosa fai fatica a nominarla, fai fatica anche a pensarla. Senza dimenticare che, sottolineando alcune differenze spigolose, si possono aumentare i rischi di armonia interna.

**Andrea** – Vero. Alcune difficoltà, tra le varie anime, ci sono. Fra queste identità ci sono state e ci sono a tutt'oggi tensioni e resistenze. Si pensi al fenomeno del gatekeeping (letteralmente "controllo all'accesso") e alle sue varie manifestazioni, come la messa in dubbio dell'autenticità (non sei

abbastanza queer), o l'esclusione di chi non si conforma a certe abitudini di quella comunità, o il disconoscimento di identità meno visibili o incomprese, come quella asessuale o intersessuale. O, ancora, alle persone lesbiche e gay accusate di avere troppa rappresentanza e pubblicità, proprio come accade ad alcune persone nere, disabili o migranti che denunciano discriminazioni all'interno della propria stessa comunità. D'altra parte, categorizzare, come c'insegna Aristotele, è un'attività umana indispensabile per chiarezza di pensiero e capacità di analisi.

**Fabrizio** – È anche generatrice di pregiudizi e discriminazioni (sei questo e non quello): facciamo tutte e tutti parte della razza umana, e lì ci sta dentro tutto. La nostra sessualità: dobbiamo per forza definirla? Scrive Lorenzo Bernini, studioso di filosofia politica e fondatore del Centro di ricerca PoliTeSse-Politiche e Teorie della Sessualità:

Freud insegna anche che il sessuale è una forza perturbante, che strutturalmente ostacola l'iscrizione del soggetto nella società. La morale eterocisessista e patriarcale tradizionale è stata un modo di governare il sessuale, un tentativo di dargli senso e dargli forma. E anche l'odierno proliferare di soggettività e identità sessuali non binarie, rappresentato dal + in fondo all'acronimo, è un tentativo (che sostengo con convinzione, non mi si fraintenda) di governare il sessuale, di dargli senso e dargli forma. Il punto, a mio avviso, è che il sessuale è l'ingovernabile per eccellenza, che una forma non ce l'ha e neppure un senso. Non può quindi che portare scompiglio.

## Meglio QUILTBAG? Oppure “comunità arcobaleno”?

**Andrea** – Comunque è vero, è una sigla complicata, non intuitiva. Come per tutte le sigle, esprime senso solo se si conosce già il significato.

**Fabrizio** – Anche perché mancano le vocali. Averne almeno una l'avrebbe resa più simpatica, con un suono più simile all'italiano o all'inglese. Magari un suono familiare, un suono amico, un suono – (occhio alla stoccata ironica) – “eterocispatriarcale”: tipo mamma.

**Andrea** – Un'artista britannica, Sadie Lee, ne ha proposto una versione più pronunciabile, QUILTBAG, dove la U sta per undecided, persona in fase di riflessione.

**Fabrizio** – Forse potremmo usare comunità arcobaleno. È un'espressione formata da due parole positive che tutti conosciamo e a cui associamo spontaneamente pensieri piacevoli.

E poi “comunità” richiama l'unità, “arcobaleno” la diversità, ben rappresentata tra l'altro dalle bandiere di colori diversi che ogni identità si è data.

Si tratta quindi di un'ipotesi che internamente mantiene intatto il concetto di differenza ed esternamente risulta più accogliente e ricordabile. Resta comunque indispensabile proseguire l'impegno alla diffusione di una maggior conoscenza, per evitare di cadere in stereotipi e pregiudizi,

e adottare di conseguenza una comunicazione più rispettosa.

**Andrea** – Su questo siamo del tutto d'accordo.

Ah, Emilia Pérez, secondo te, com'era?

# Abilismo: ma di cosa parliamo?

In collaborazione con Luca Stoppioni.

## Abilismo: ma di cosa parliamo?

*La disabilità non ti rende eccezionale,  
ma chiederti cosa pensi di saperne, sì!*

**Stella Young**

Ufficio postale. Due giovani donne chiacchierano in attesa del proprio numero. A un tratto la conversazione si sposta sui figli.

Una fa all'altra: «Beh Marcello è stato davvero bravo nella campestre di domenica. Sì ok, è arrivato in fondo, ma partecipare è già un traguardo straordinario per lui! Tornando in macchina ho detto a Francesco: vedi, dovresti prendere esempio da Marcello! La sua determinazione è fuori dal comune». L'altra mamma s'irrigidisce, accenna una smorfia, poi un sorriso forzato e cambia discorso.

La fila procede, le due si alzano e si dirigono agli sportelli.

Luisa e Antonio, nipote e zio, pure in attesa, hanno assistito.

**Luisa** – Sentito? Siamo alle solite! Abilismo a pioggia!

**Antonio** – Cioè?

**Luisa** – È la discriminazione, il pregiudizio o la marginalizzazione nei confronti delle persone con disabilità. Lo dice l'Accademia della Crusca. È una parola recente, ricalca l'inglese *ableism*.

**Antonio** – Perché dici che si tratta di abilismo? Cosa c'era di discriminatorio in quella conversazione?

**Luisa** – Il bambino che si è impegnato, che determinazione! Sottotesto: conciato com'è!

**Antonio** – Oh, ma che rigidità! Magari le intenzioni erano buone.

## **Abilismo overt e covert**

**Luisa** – Il punto è che nella comunicazione contano poco le intenzioni di chi parla o scrive, conta il percepito di chi riceve. Le intenzioni erano magari anche buone, ma il risultato pare proprio di no. Credo che la questione nasca dal fatto che quando parliamo di discriminazione pensiamo in genere a parole e comportamenti apertamente ostili, vere e proprie aggressioni o mancanze plateali di rispetto. Esistono però anche forme di discriminazione che compiamo senza pensarci, e quindi senza voler offendere, ma che possono ugualmente creare disagio e imbarazzo. Quello di poco fa, secondo me, ne è un esempio. Un'indagine del 2021 dimostra quanto l'abilismo sia diffuso in Italia e, prendendo a prestito il lessico psicologico, ne distingue proprio due forme, quello overt, manifesto, riconoscibile, e quello covert, più nascosto, sfumato, implicito, ma altrettanto sgradevole.

Possiamo pensare all'abilismo come a una piramide, dove nella parte alta ci sono le forme Overt, segregazione, violenza e molestie, come spesso accade nei regimi dittatoriali,

e nella parte inferiore quelle Covert. Qui si annidano tanti atteggiamenti che pratichiamo in modo involontario; non ci facciamo caso, ma si tratta di espressioni svalutanti, vere e proprie micro-aggressioni. Molte di queste nascono da stereotipi e pregiudizi che abbiamo interiorizzato e di cui molte volte non ci rendiamo neppure conto.



Immagine tratta dal sito [linkabili.it](http://linkabili.it)

*Abilismo: come saperlo riconoscere e contrastare*

## **Pietismo, eroicismo, infantilismo, e altro**

**Luisa** – Nel libro *Pregiudizi inconsapevoli*, Francesca Vecchioni spiega che le etichette sono composte da due variabili: calore e competenza. Il calore misura quanto ci sentiamo

emotivamente vicini a una persona, la competenza quanto le riconosciamo capacità e potere. A volte pecchiamo di pietismo: riduciamo la persona al solo tratto della disabilità, volendo dimostrare grande vicinanza emotiva. Partiamo così dal presupposto che la disabilità sia fonte di malessere costante e privazione di potere: dimostriamo vicinanza alla persona, ma ne sottolineiamo l'incapacità.

**Antonio** – Uh, complicato. Qualche esempio?

**Luisa** – Quando diciamo “costretto su una carrozzina” stiamo identificando la carrozzina come una prigione, all'interno della quale si trova costretta la persona con disabilità motoria. In realtà è proprio lo strumento grazie al quale la persona acquista autonomia. In inglese, quelle motorizzate si chiamano addirittura power-chair. Ok, lì s'intende l'energia elettrica, ma c'è dentro anche il senso del restituire la possibilità di muoversi. Poi, se vogliamo dirla tutta, anche “carrozzina” non è il massimo: richiama il mezzo di trasporto dei neonati e i comportamenti accidentati che ne derivano. E neppure “rotelle”, che è un diminutivo. Perché non chiamarla “sedia a ruote”, pari pari all'inglese wheelchair?

**Antonio** – Anche “soffre di sordità” o “affetto da paraplegia”, quindi, sono espressioni di pietismo?

**Luisa** – Sì. Stiamo identificando così la disabilità come una malattia, una forma di sofferenza continua.

La definizione di disabilità nel corso degli anni è cambiata.

Fino alla metà degli anni Settanta prevaleva il paradigma biomedico: la malattia e la salute erano il frutto di equilibrio o squilibrio biologico. Scarsa era la considerazione per aspetti psicologici, sociali o emotivi. Poi via via si fa largo un modello che prende in considerazione anche questi elementi, per arrivare al 2006, quando nella Convenzione ONU sui diritti delle persone con disabilità, si ribalta la prospettiva. La disabilità, vi si legge, è il risultato dell'interazione tra persone con menomazioni e barriere comportamentali ed ambientali, che impediscono la loro piena ed effettiva partecipazione alla società su base di uguaglianza con gli altri.

**Antonio** – Beh che cambiamento! La disabilità, quindi, non è più considerata una patologia né una caratteristica propria della persona, piuttosto è vista come il malfunzionamento del rapporto fra la persona e l'ambiente circostante. Qualcosa che nella vita può riguardare chiunque, e che ci rende un po' tutti "temporaneamente abili": pensiamo a un infortunio, a una periodo di malattia, oppure alla vista, all'udito o alla tenuta del nostro scheletro che può indebolirsi.

**Luisa** – E non è tutto. Ci sono molte altre forme di abilismo Covert, ad esempio l'eroicismo, con cui facciamo l'opposto del pietismo, ossia esageriamo il potere altrui, trasformando la persona con disabilità in una sorta di eroe: "sei bravissima, io nella tua situazione non ce l'avrei fatta!", "sei davvero ammirevole per quello che fai!" e via. Cosa stiamo dicendo in sottofondo? "Nonostante la tua disabilità, ce l'hai fatta" (tra l'altro, a fare cose molto spesso ordinarie). Stiamo di nuovo mettendo al centro la disabilità, come faceva quella

mamma all'ufficio postale.

**Antonio** – Capisco ora che l'esibita ammirazione, e frasi come “dovresti prendere esempio dal tuo amico”, possano risultare non meno sgradevoli di “poverino, dev'essere proprio difficile”. Penso allora anche ai titoli dei quotidiani dove spesso le persone con disabilità sono descritte senza nome, magari con appellativi come ragazzo o ragazza, anche se del tutto adulte.

**Luisa** – Ecco anche l'infantilismo, quando si usa il baby talk, il linguaggio semplificato infantile, per rivolgersi a una persona con disabilità, o la sostituzione, quando invece che comunicare direttamente con lei, interagiamo con chi l'accompagna, o ancora la de-sessualizzazione, forse più nascosta, con cui sottintendiamo l'assenza di bisogni sessuali e fisici in una persona con disabilità, e la sola presenza di una dimensione vagamente affettiva. Sono tutte forme di abilismo Covert.

Certo, non sono immediatamente facili da individuare proprio perché spesso sono inconsapevoli. C'è uno strumento che può tornare utile: un questionario, elaborato da un team di studiosi e studiose dell'Università di Harvard, proprio per scoprire le nostre associazioni implicite.

## **Perfino “inspiration porn”**

**Luisa** – In un bellissimo speech TED dal titolo I'm not

your inspiration, thank you very much, Stella Young, attivista e artista, chiama questo atteggiamento inspiration porn. È proprio l'atteggiamento eroicista, che non solo denota basse aspettative verso le persone con disabilità, ma ne sfrutta l'immagine come fonte d'ispirazione motivazionale. Difficile immaginare che sia piacevole essere oggetto di narrazioni drammatiche, o doversi dimostrare "normali", per rassicurare gli altri. Semplicemente, dice Stella, le persone con disabilità usano al meglio le loro capacità e competenze. «Uso apposta il termine pornografia – precisa – perché implica l'oggettificazione di un gruppo di persone a beneficio di un altro gruppo di persone».

**Antonio** – Mi fai pensare a frasi che credo di aver detto io stesso, o almeno pensato: “se lo fanno loro, tu non hai scuse” o “fa’ come loro: non mollare mai”, o “non ha avuto fortuna nel corpo, ma ha una voglia di vivere straordinaria”. Il linguaggio riflette senza dubbio parti più profonde. E già che stiamo mettendo in discussione le nostre abitudini, c'è un'altra questione: “disabile” o “persona disabile”? o altro? Noto che tu usi “persona con disabilità”.

## **Gli approcci identity first e person first**

**Luisa** – Ci sono due approcci: quello identity first, che mette in primo piano la caratteristica identitaria: Luigi è cieco, Antonio è down ecc.; e quello person first, che mette davanti l'essere persona: Luigi è una persona cieca, Antonio è una persona down. L'approccio identity fa leva su due mecca-

nismi molto frequenti nel linguaggio, la generalizzazione e la cancellazione: generalizziamo, mettendo in evidenza solo una caratteristica della persona che diventa distintiva, e cancelliamo tutto il resto (chissà quante altre cose sono Luigi e Antonio, professionisti, padri, amici, viaggiatori, sognatori ecc.). L'approccio person sottolinea la coesistenza della disabilità con una miriade di altri tratti, nella stessa persona.

**Antonio** – So che ho a casa un libro – confesso, non l'ho letto – mi pare il titolo sia titolo Viaggiatori inattesi, fammi controllare sul telefono... sì, Carlo Lepri, uno psicologo. Dice la scheda: l'autore parte dal presupposto che la disabilità, come esperienza personale inattesa, rende le persone che la sperimentano socialmente riconoscibili in 6 diverse rappresentazioni: l'errore della natura, il figlio del peccato, il selvaggio, il malato, l'eterno bambino, e infine la persona, la più evoluta, che può comprendere tutte le altre, in cui la disabilità viene riconosciuta nella sua unicità e complessità.

**Luisa** – Attenzione, però: l'approccio person first non è preferito proprio da tutti. In un suo video lo youtuber autistico Orion Kelly dichiara che preferisce essere chiamato autistico e non persona autistica, o persona con spettro autistico. Prevale dunque sempre la scelta di ogni persona.

**Antonio** – Certo che è complicato!

## Quando la disabilità è invisibile

**Luisa** – Possiamo sempre domandare, non c'è nulla di male. In situazioni di confidenza si può chiedere: “come preferisci che mi rivolga a te?”. Altre volte può essere sufficiente ascoltare con attenzione chi abbiamo di fronte, per individuare come parla di sé. L'ascolto, tra l'altro, ci consente d'intuire anche se magari esiste una disabilità invisibile, altra questione delicata. Siamo portati a pensare che la disabilità sia solo quella che si manifesta con evidenza: un paio di occhiali scuri e un cane guida per la cecità, una sedia a ruote per la paraplegia, un impianto acustico per la sordità. Ma ci sono moltissime forme di disabilità invisibile, della psiche più che del corpo, la depressione, fra le più comuni.

Una campagna pubblicitaria tedesca, promossa dalla German Depression Aid Foundation, invita proprio a riflettere sui numerosi stereotipi legati alla depressione, malattia con altissima e crescente diffusione (oltre 300 milioni di persone nel mondo). S'immagina che la persona con depressione se ne stia isolata e con la faccia appesa; stupisce scoprire che a volte la depressione si nasconde sotto volti sorridenti e atteggiamenti socievoli, e in generale di quanto sia difficile rendersi conto della sofferenza psichica.

Di recente il Politecnico di Torino, insieme con le Università di Bologna e Roma Tor Vergata, hanno dato vita a un algoritmo per riconoscere anche disabilità invisibili e costruire comunicazioni più inclusive.

**Antonio** – Luisa, tocca a noi, dai, non vedi il numero sul tabellone? sei cieca?!?

Dai non t'arrabbiare, volevo solo metterti alla prova.

# Quando il corpo diventa linguaggio

Riconoscere il corpo attraverso le parole giuste  
per raccontarlo

## Quando il corpo diventa linguaggio

è sangue e ricordi, pelle e simboli, nervi e relazioni, è il luogo di accumulo delle esperienze di vita, il luogo dell'identità incarnata cellula per cellula, l'unico dove si deve per forza stare. E oggi il corpo – sovraesposto dai social, lucidato da ogni attenzione, elevato a racconto perfetto di sé, ma mortificato o non visto appena si fa debole, diverso, imperfetto, invecchiato – chiede parole giuste per essere raccontato.

“Umiliato, sedotto, contraffatto, idolatrato, sprecato, il corpo rimane il nostro enigma e la nostra vera compagna” scrive lo psicanalista e psichiatra Vittorio Lingiardi nel suo magnetico, recente saggio *Corpo, umano e, apposta, mette una virgola nel titolo tra le due parole – poiché le parole contano -, per costringere a una pausa e a fare i conti con il corpo-natura e il corpo-cultura, che, dice Lingiardi, deve essere una cultura di riconoscimento e di rispetto.*

E allora, con quali parole raccontare oggi il corpo-gabbia della ragazza anoressica e il corpo-isola del ragazzo autistico, il corpo ferito dalla violenza di genere, il corpo che prova un dolore cronico e che però non riesce a comunicare, il corpo che diventa campo di battaglia se non è allineato allo standard? Ma anche il corpo del benessere personale, il corpo dell'esercizio, della dedizione e della cura, il corpo tempio dell'atleta e il corpo della celebrazione e espressione positiva del sé?

Riconoscere il corpo attraverso le parole giuste per raccontarlo sarà il tema al centro della quinta stagione di [Dentro le Parole](#), il programma dedicato ai linguaggi dell'inclusione che vive tra le pagine di Valore Responsabile, il magazine online su Startupitalia, e la pagina Instagram di Mediobanca.

Dopo avere esplorato nelle precedenti edizioni le parole della cura, della diversità e dell'inclusione e usato il linguaggio a mo' di bussola per attraversare dimensioni attualissime come il potere, l'età, il consenso, in questa nuova stagione toccherà al corpo occupare il centro della scena, che vedrà ancora una volta il linguista Alessandro Lucchini scavare dentro la densità delle parole, interrogandone l'etimologia, l'uso, l'impatto.

Del resto, il corpo stesso è segno, lingua, messaggio. Niente più del nostro corpo dice al mondo chi siamo, perché non si ha un corpo, si è un corpo. Il corpo come luogo del conflitto interiore, dell'offesa e della sofferenza, ma anche come espressione di diversità, identità e non omologazione, di ricerca di sé e di guarigione sarà dunque protagonista di riflessioni scritte e video-conversazioni in diretta. Un invito alla consapevolezza, a scegliere con cura le parole, perché le parole che si decide di usare dispiegano tutto il loro potere di accogliere o respingere, specie proprio quando si parla di corpi.

**Serve un alfabeto del  
disturbo alimentare?**

**Forse no.**

## Serve un alfabeto del disturbo alimentare?

Se per “servire” intendiamo un’ utilità pratica, di taglio clinico, scientificamente fondata e ben documentata, allora no: un alfabeto, qui, non serve.

Anche perché esiste sul tema un’ ampia letteratura, il [DSM-5-TR](#), anzitutto, il Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali pubblicato dell’ American Psychiatric Association; o, per l’ Italia, [MA.NU.AL.](#), la MAppatura territoriale della NUtrizione e dell’ ALimentazione dei centri specializzati, curata da Ministero della Salute e Istituto Superiore di Sanità.

Ma se intendiamo l’ alfabeto per ciò che la parola può suggerire, quindi l’ inizio, i primi passi di un ragionamento, magari per cogliere qualche spunto da territori vicini, a qualcosa può servire.

A partire dall’ etimologia della parola alimentare, che può essere un verbo, quindi indicare un agire, ma qui è un aggettivo, quindi ha il ruolo di specificare le qualità del disturbo.

Viene dal latino àlere, nutrire, far crescere (alta è infatti la persona che è stata nutrita e ormai è grande). Ma contiene anche la suggestione della mente, a indicare che si manifesta sul corpo, ma ha origini più profonde.

E se a proposito del rapporto tra corpo e mente, sempre i latini si gingillavano nel motto *Mens sana in corpore sano*,

oggi usato da schiere di centri sportivi per indicare i benefici effetti sull'anima dell'esercizio fisico, qui c'importa indagare anche il senso opposto dell'equazione: quali sono gli effetti sul corpo di un disturbo della mente?

## **Ci bastasse l'ABC?**

Ah, ne avremmo altro che: Anoressia, Bulimia, Cibo. C'è già il grosso della faccenda: i due disturbi principali, e l'oggetto della contesa. Perché di contesa si tratta.

Anoressia. Dal greco an-orexia, con il privativo an- e orexis, appetito. Indica in modo generico la mancanza di appetito, che può giungere fino al rifiuto del cibo, e che può essere conseguente a malattie varie, in forme passeggera (es. febbri o infezioni acute) o croniche (es. gastrite). Quando poi le si aggiunge l'aggettivo nervosa, ecco subito lo status di disturbo mentale, e quindi il contesto psichiatrico, la compagnia di altri disturbi somatici o psichici e l'affannosa ricerca delle cause scatenanti, senza farsi mancare né le sfumature conscie né quelle inconscie (gelosia, fobie, situazioni di conflitto familiare o sociale, rifiuto delle proprie caratterizzazioni di genere ecc.).

Bulimia. Dal greco bus, bue, e limòs, fame. Fame da bue, voracità insaziabile, pure questa patologica quando seguita dall'aggettivo nervosa. È il consumo compulsivo, magari furtivo, di grandi quantità di cibo, senza necessità né piacere; spesso con condotte compensatorie come vomito au-

toindotto, lassativi, diuretici o estenuanti sessioni di attività fisica.

Rappresenta il contraltare dell'anoressia, anche se non proprio in tutto: se una persona anoressica è sempre sotto peso, una bulimica può essere di peso normale, sottopeso o sovrappeso.

Ha sinonimi che spaziano nel repertorio animale, come licoressia, da licos, lupo, fame da lupo.

Quando non comprende comportamenti compensatori cambia nome, ed ecco l'immane anglicismo: Binge Eating. Termine versatile, binge: copre un'ampia varietà di eccessi: dal binge drinking, le sborne da weekend vissute come evasioni dai problemi, al binge sex, le maratone di sesso con uso di sostanze, al binge watching, le notti insonni davanti a serie tv.

## **Cibo**

Parola piccola e densissima. L'origine recente è il latino cibus. Quella più remota è nella radice kap-, presente nel greco kapto e nel latino capio, prendere, assumere, che suggerisce l'idea di assumere nutrimento per vivere. Ma prendere da dove? da chi? Da qualcuno che ce lo dà (vedi qui Nutrice).

Parlare di cibo non è mai solo parlare di cibo. È parlare di sé in relazione con qualcun altro. E già emerge la prima tensione: ben oltre la sostanza da ingerire, il cibo è un atto relazionale.

Nel linguaggio dei disturbi alimentari il significato del cibo è quasi sempre simbolico: nemico, consolazione, punizione, controllo o assenza. La stessa parola assume toni tenebroso: si carica di ansia in frasi come ho un cattivo rapporto col cibo, è cibo-spazzatura, il cibo è il mio rifugio / il mio nemico; in verbi come sgarrare, concedersi, disintossicarsi. O non viene proprio pronunciata, sostituita da codici, numeri, grammi, calorie, in anatemi contro il carboidrato assassino e con i toni pseudoscientifici delle crociate da social media (zucchero peggio della cocaina, la frutta dopo cena fermenta nello stomaco, se mangi dopo le 18 ingrassi anche respirando).

Volessimo proseguire?

### **Dis-turbo**

Ok, alla D dovrebbe starci depressione. Perché è evidente: tutto il mondo dei disturbi alimentari è connesso a varie forme depressive. Ma la parola è troppo, di tutto.

Andiamo quindi su disturbi.

Il prefisso dis- ha in genere due funzioni dalla differenza sottile: separazione/allontanamento (disabitare, disaccordo, disarmo, disattento, disonesto) e negazione/sottrazione/contrario (disgiungere, distogliere, disobbedire, disabitato, diserbante).

Nella parola dis-turbo sembra svolgerne un'altra, di tipo intensivo: aumentare l'intensità, l'ampiezza, l'espressività (ce

ne fosse bisogno) del turbare, che è appunto scompigliare, disordinare, molestare. Ma recupera anche quella di allontanamento, in quanto dis-toglie le persone dalle loro occupazioni, sconvolgendo il corpo e l'anima.

Lo si nota soprattutto nelle varianti dell'alimentazione dis-ordinata: diversamente dai disturbi alimentari, che hanno una forte continuità e persistenza, l'alimentazione disordinata indica azioni sporadiche come saltare i pasti, abbuffarsi occasionalmente o seguire diete estreme.

## **Energia**

Parola-paradosso, segnata da un'ambivalenza semantica e simbolica: più nutre o più consuma?

Dal greco en-, dentro, ed érgon, lavoro, azione. Energia è ciò che muove, che mette in atto.

Nel linguaggio medico, parla di combustibile corporeo. In quello psicologico, di spinta esistenziale. Nei disturbi alimentari, i due registri entrano in conflitto. Si mangia poco per non assumere energia, oppure troppo o male per dimostrare di saper governare il processo; ma poi si cerca energia mentale, di controllo, per fingere di star bene. Si rifiuta energia, o ci si abbuffa di energia, e si finisce senza energia.

## **Fame**

Parola ricchissima di significati simbolici, sfumature e di modi di dire pittoreschi, che spaziano dall'ironico al dram-

matico, dal popolare al letterario, come avere una fame da camionista (il buon appetito è sempre macho), o una fame da mangiarsi le gambe del tavolo, e che esprimono ben più della sensazione fisica.

Sarà un azzardo – nella scia di pasta-pastiglia, mano-maniglia – pensare un link fame–famiglia?

Non sembra esistere una parentela etimologica diretta, ma scavando un po' può emergere un legame simbolico. Del resto, anche per i latinifamilia era l'insieme di persone che vivevano insieme, che conversavano e si nutrivano, o facevano la fame insieme, dividendo il pane in compagnia (cum panis). Cibo e affetto creano un intreccio potente, un atto relazionale, non solo biologico. Può essere una fame d'amore.

# Violenza di genere: ma quale?

In collaborazione con Sofia Lawrence

## Violenza di genere: ma quale?

Alessandro – Che c'è, Sofia? Leggo una perplessità nel tuo sguardo: è il tema “violenza di genere” che ti mette a disagio?

Sofia – Mah... disagio, pena, rabbia. La parola violenza già rabbuia il nostro immaginario. Quando poi l'associamo a genere apre una frattura profonda: è la violenza contro un'identità specifica. È un concetto che porta dolore e coinvolge la storia, il diritto, le generazioni, le relazioni umane.

A -Già. Però, come abbiamo notato tempo fa, la parola violenza viene dal latino vis, forza; stessa origine di virtù; e quindi comprende un lato buono: energia, tenacia, vigore, coraggio.

S – Sì, ma più spesso indica sopraffazione. L'associazione con genere, intendendo “femminile”, è stata introdotta a Pechino nel 1995 dalla IV Conferenza delle Nazioni Unite sulle donne, e poi sancita nella Convenzione di Istanbul del 2011. Nel sito del Ministero dell'Interno, la voce “Violenza di genere” inizia così:

È “violenza contro le donne” ogni atto di violenza fondata sul genere che provochi un danno o una sofferenza fisica, sessuale o psicologica per le donne, incluse le minacce, la coercizione o la privazione arbitraria della libertà.

A – È questo che mi colpisce: l'ambiguità dell'espressione

“violenza di genere”.

S – Sì, ma quale ambiguità c'è nell'espressione violenza di genere?

## **Un'ambiguità pericolosa**

A – Può generare due domande diverse. Se ci chiediamo “quale violenza?”, esploriamo i tipi di violenza possibili, ok. Appena l'ascoltiamo in un notiziario, però, consideriamo come unico contesto la violenza contro le donne. La scena è cristallizzata nella nostra mente: lui uccide lei. Del resto, i comportamenti persecutori a sfondo sessuale hanno questa prevalenza. Gli autori sono partner o ex partner, padri, fratelli o altri familiari, a danno di figlie o sorelle che rifiutano un'imposizione; clienti o sfruttatori di prostitute, vittime di tratta, anche bambine.

Se invece ci chiediamo “quale genere?”, possiamo indagare la violenza – sempre legata a questioni di genere – agita da uomini su altri uomini, quella subita dalle persone non-binarie (omosessuali, trans, queer), ma anche quella esercitata da donne su uomini o su altre donne.

## **Prima domanda: quale violenza?**

S – Partirei comunque dalla realtà più diffusa: la violenza contro le donne, quelle forme di sopraffazione sul genere che la società, ancora oggi, considera debole. Non servirà

l'occhio nero delle pubblicità progresso per riconoscere la violenza. La classificazione, ahimè, è ben articolata.

**Violenza fisica:** uso del corpo per sopraffare la vittima: percosse, spintoni, calci, pugni, morsi, ustioni, fino al femminicidio.

**Violenza sessuale:** costrizione a compiere o subire atti sessuali tramite minaccia o manipolazione. Comprendono le molestie, che ledono la dignità e creano un ambiente umiliante e intimidatorio.

**Violenza psicologica:** comportamenti di controllo e denigrazione che violano la dignità personale. Insulti, isolamento sociale, svalutazione emotiva, minacce, obbligo di cambiamenti estetici.

**Violenza economica:** il privare la vittima dell'autonomia finanziaria, per esempio impedendole di lavorare, gestire denaro, accedere a conti o beni.

**Atti persecutori:** comportamenti di controllo e intimidazione (pedinamenti, appostamenti, messaggi ossessivi, accesso a profili social) che generano ansia e paura. Include il cyberstalking (via telefono e social) e il revenge porn (diffusione non consensuale di materiale intimo).

S – Ecco, chiunque in realtà può agire in questo modo, potenzialmente verso qualunque persona. Ma in questo, storicamente e statisticamente, gli uomini hanno un primato.

Seconda domanda: quale genere?

A – Ok, ma quando cominceremo a leggere la violenza come un dramma che riguarda direttamente gli uomini? Uomini fragili, incapaci di gestire la perdita di potere, prigionieri di un modello che li educa a nascondere la fragilità, a sopprimere le emozioni e a magnificare la forza.

S – Beh, su questo punto ci sono già molte iniziative. C'è chi si batte per diffondere fra gli uomini una cultura della condivisione e dell'emotività, contro le forme di “virilità tossica”. Spazi fisici e virtuali, come MicaMacho, la community fondata da Giacomo Zani (da vedere il suo TED *Liberiamo il maschile*) per affrancare la cultura maschile dai suoi stereotipi.

Ma non basta mai: «gli uomini non si percepiscono come genere» ha detto in una conferenza il filosofo Lorenzo Gasparri; non parlano fra di loro di loro stessi, non sentono di avere problemi culturali simili. Questo li porta a vedere le loro sofferenze e i loro problemi o come causati dalle donne, o come fatti privati frustranti.

A – Però ci sono anche le violenze contro gli uomini. Una ricerca ISTAT del 2018 dice che in Italia quasi 4 milioni di uomini hanno subito abusi sessuali. Numeri che potrebbero non essere reali, perché gli uomini denunciano di rado la violenza subita, per vergogna, o per reticenza emotiva.

Secondo uno studio dell'Università di Siena, oltre la metà degli uomini vittime di violenza intervistati hanno subito varie forme di aggressione (spinte, graffi, morsi, capelli

strappati, oggetti lanciati, folgorazione con la corrente elettrica, dita schiacciate nelle porte), oltre alla violenza sessuale. In Germania uno studio del 2020 ha rilevato come 1 uomo su 10 abbia subito violenza fisica da parte del/della partner, 1 su 4 violenza psichica. A Catania due avvocati hanno fondato AVU, Associazione violenza sugli uomini, e nel 2013 è nata a Milano Ankyra, associazione che dà supporto a mariti, fidanzati, ex compagni, padri, che subiscono vessazioni.

Pressoché ignorata, poi, è la Intimate Partner Violence (IPV), l'abuso o le aggressioni dentro le coppie gay o lesbiche: controllo, intimidazione, stalking, minacce di divulgare l'orientamento sessuale del partner in contesti familiari, lavorativi e sociali.

S – Quest'ultimo esempio mi dà da pensare, sul tuo tema dell'ambiguità: forse esiste nelle relazioni un minimo comune denominatore di violenza, che può colpire chiunque, a prescindere dal genere. Il genere, piuttosto, determina le forme e le intensità con cui questa violenza viene a galla nei diversi gruppi sociali: come esposizione pubblica, agendo sul fisico e sulla salute, o nei tribunali.

# Dipendenze: legame o catena?

In collaborazione con Luca Stoppioni

## Violenza di genere: ma quale?

*Vede, l'alcol in latino è "spiritus", e si usa la stessa parola per la più alta esperienza religiosa come per il veleno più degradante.*

**Carl Gustav Jung**, lettera a Bill Wilson, 30 gennaio 1961

Significato complesso, la parola dipendenza.

Deriva dal latino dependēre, essere appeso, essere attaccato a qualcosa.

In origine non parlava di debolezza, ma di relazione: era ciò che univa, ciò che dava sostegno.

Nelle antiche città-stato greche i cittadini dipendevano dalla polis per la propria identità e sicurezza. Nelle società feudali, i vassalli dipendevano dai signori, che davano loro protezione e terre; così come nelle comunità religiose medievali, i monaci vivevano in dipendenza dall'autorità dell'abate e dalle regole del monastero, trovando in ciò un senso di ordine e appartenenza. Questi legami di dipendenza erano strutture fondamentali della vita collettiva, segni d'interconnessione.

Con l'affermarsi dell'individualismo moderno, si è iniziato a sentire la parola dipendenza più come un limite che come sostegno reciproco e coesione sociale. Oggi è usata

soprattutto con un significato patologico, per descrivere un bisogno che dà momentaneo sollievo, ma poi imprigiona.

## **Perché parlare di dipendenze in ambito DEI?**

Le dipendenze non sono solo un fatto personale o sanitario: sono un fenomeno sociale che tocca il benessere, le relazioni e la possibilità di partecipare alla vita collettiva e professionale. Chi vive una dipendenza, oltre a subire la propria condizione, può sentirsi escluso dallo sguardo degli altri.

Parte del grande mosaico della salute mentale, le dipendenze spesso nascono come tentativi di compensazione: un modo per gestire ansia, trauma, stress o senso di vuoto; a volte possono presentarsi come disabilità invisibili, perché non si vedono, ma incidono profondamente su energia e relazioni. Accade spesso che s'intreccino con altre diversità, come neuro-divergenze, condizioni socioeconomiche o identità marginalizzate. Questo intreccio non è solo sommatorio, ma moltiplicativo: le barriere si rafforzano a vicenda e rendono più difficile l'accesso a cure e al supporto. Serve quindi un approccio che consideri le interazioni tra i fattori, valorizzi le esperienze soggettive e promuova percorsi d'inclusione realmente personalizzati.

Spesso la letteratura ci racconta questi intrecci. Nel romanzo *Lo sbilico* (2025), per esempio, Alcide Pierantozzi racconta la propria malattia psichica, e come il suo modo di viverla e sopportarla si sia intrecciato con varie dipendenze,

alcol e droghe.

## **Bisogni storici reali e nuovi bisogni digitali**

Dal 1987 le dipendenze da sostanze sono riconosciute dall'American Psychiatric Association come malattie mentali, che alterano il funzionamento del cervello, influenzando il controllo degli impulsi e la capacità di prendere decisioni. Con un'ulteriore svolta, nel 2013, tale classificazione è stata estesa anche ai comportamenti compulsivi su alcol, tabacco, caffeina, droghe, farmaci, gioco d'azzardo, shopping, sesso e cibo.

Negli ultimi decenni, con lo sviluppo delle tecnologie digitali, è emersa anche la dipendenza da internet. Si manifesta in molte forme, fino a compromettere la vita quotidiana. Lo sviluppo dell'intelligenza artificiale rischia d'intensificare questa dinamica: chat, assistenti virtuali e contenuti generati automaticamente offrono compagnia, stimoli e gratificazioni immediate e sono anche potenzialmente in grado di creare legami sostitutivi, riducendo il contatto reale. La linea tra uso funzionale e dipendenza è sottile, soprattutto quando la tecnologia diventa l'unico spazio in cui ci si sente riconosciuti.

Il discorso può essere ancora più complesso se pensiamo alle persone più giovani, cresciute col cellulare; la dipendenza qui è quasi scontata, un fatto anagrafico, e rischia di compromettere una crescita sana ed equilibrata. E allora che

fare? La scuola sta affrontando il problema con il divieto, ribadito in modo perentorio all'inizio dell'anno scolastico. Dal 1° settembre 2025 è entrato in vigore, con circolare ministeriale, il divieto di uso dei cellulari per gli studenti delle scuole secondarie di secondo grado. La disposizione si applica all'intero orario scolastico, compresa la ricreazione, e ogni scuola deve aggiornare i propri regolamenti per definirne le sanzioni, che variano da note disciplinari fino alla sospensione. Vietato l'utilizzo anche a scopi didattici, guidato quindi dall'insegnante. Sarà questa la via giusta da percorrere?

Nel 2024 il Centro nazionale dipendenze e doping dell'Istituto superiore di Sanità, in collaborazione con la Presidenza del Consiglio dei Ministri, Dipartimento per le politiche antidroga, ha realizzato l'ebook *Dipendenze comportamentali nella Generazione Z* che, centrato su sostanze, gioco d'azzardo e videogiochi, evidenzia il ruolo dei pediatri e dei medici di medicina generale nel prevenire queste forme di dipendenza che colpiscono in particolare i giovani.

Anche la comunicazione istituzionale qui può essere utile, se sceglie di parlare con le persone invece che alle persone. Ne è un esempio lo spot *Uno smartphone per amico*, presentato dalla Rai lo scorso ottobre 2025 e promosso dal Dipartimento delle politiche contro la droga e le altre dipendenze: in pochi secondi, con tono semplice e diretto, ricorda che «con il cellulare puoi fare tante cose, anche metterlo via».

Lo spot mostra una sequenza di scene quotidiane con protagonista un adolescente: l'attesa alla fermata del bus, uno sguardo complice con una ragazza, una partita a ping pong, lo studio in biblioteca. In ogni momento il protagonista è accompagnato da un amico assillante che impersona il cellulare. Il giovane viene distratto continuamente e rischia di perdere tutto ciò che di buono quei momenti possono offrire. Ma alla fine che succede quando mettiamo via il cellulare? Forse sarebbe stato bello vederlo anche nello spot.

Secondo Il Sole 24 Ore, in Italia lo smartphone è il dispositivo digitale più usato: lo usa quotidianamente il 96% degli adulti, per un tempo medio di 176 minuti al giorno, uno dei più alti in Europa. I social network assorbono gran parte di questo tempo, seguiti dai giochi digitali e dallo streaming. Ogni giorno, 45 minuti vengono dedicati al mobile gambling, il gioco su smartphone, con una crescita costante, per un giro d'affari di 157,4 miliardi di euro nel 2024, che l'associazione no-profit [giocoresponsabile.info](http://giocoresponsabile.info) stima diventeranno più di 200 miliardi nel 2028. Numeri che parlano non solo di abitudini, ma di bisogni: connessione, distrazione e riconoscimento.

## **La dipendenza amorosa**

Forse anche le relazioni amorose possono diventare tossiche, quando puntano a un controllo morboso sull'altro, tolgono libertà e lucidità, fino a diventare vere ossessioni. Il cinema ne ha raccontate molte. Nel grande classico di

Visconti *Ossessione* (1943), il protagonista Gino arriverà a compiere un delitto, spinto dalla passione amorosa come da una malattia incontenibile.

Nel capolavoro di Truffaut *La signora della porta accanto* (1981), la vita di Bernard e della sua famiglia viene stravolta dall'arrivo dei nuovi vicini di casa, una coppia: la donna è stata un grande amore di Bernard, che già si era rivelato impossibile, tossico, diremmo oggi: il finale sarà tragico.

Anche qui, può essere interessante analizzare il frasario tipico, forse lasciato in eredità dal romanticismo. È fatto di espressioni comuniche, se prese alla lettera o usate con forte convinzione, possono diventare segnali di dipendenza affettiva, fusione emotiva o paura dell'abbandono. Frasi che suggeriscono l'impossibilità di esistere senza l'altro/a, o che spostano la responsabilità del benessere sull'altro/a, fino a cancellare la propria identità: Non posso vivere senza te, Senza te non sono nessuno, Sei tutto quello che ho, La mia vita non ha senso senza te.

Andando più nel dettaglio, ci sono frasi che esprimono la mancanza come soffocamento, che trasformano il bisogno emotivo in un bisogno fisiologico: Mi manchi da morire, Mi manchi come l'aria, Mi manca il respiro se non ci sei, Quando non ci sei mi sento vuoto/a. Frasi che implicano controllo, simbiosi o fusione, e che confondono amore con possesso o annullamento dei confini personali: Siamo una cosa sola, Non posso perderti, Senza di me non sei nessuno, Io e te per sempre, non importa cosa accada.

Fraasi che minimizzano il sé e idealizzano l'altra persona, creano uno squilibrio di valore tra sé e il/la partner: Tu sei troppo per me, Io non ti merito, Se mi lasci non troverò mai più nessuno.

E fraasi che travestono l'ansia da romanticismo, o che identificano l'amore con le continue rassicurazioni: Ho bisogno di sapere che ci sei, Se non mi scrivi impazzisco, Quando non mi cerchi penso che non mi ami più.

## **La dipendenza da lavoro**

Accanto a quelle già descritte, un'altra forma moderna di dipendenza è quella da lavoro. Compulsiva, e pericolosa perché molto identificativa. A partire dalla definizione di dipendenti. Ci sono persone che lavorano. Punto. Perché le chiamiamo dipendenti? Solo perché non comandano, ma eseguono? Beh, allora anche i dirigenti, in quel senso, sono dipendenti, perché mica hanno il comando assoluto. Forse è un retaggio di tempi antichi. Come l'espressione il mio responsabile. C'è qualcuno che è responsabile delle mie scelte, al posto mio? Figuriamoci.

E, sempre a proposito di identificazione, in altri contesti si sta abbastanza diffondendo la cura a evitare le forme più pericolose di nominalizzazione, che abbatte il rispetto per/tra le persone, dicendo persona con disabilità anziché disabile, o la persona nera anziché quel nero.

Pare invece che nel contesto della dipendenza da lavoro, la sovrapposizione tra disturbo e persona che ne è affetta non crei disagio. Anzi. Sembra esistere quasi un orgoglio di appartenenza, legittimato da un aggettivo, *workaholic* – *work* (lavoro) + *a(lco)holic* – registrato da Treccani nei neologismi dal 2008: definisce la persona che vive per lavorare, incapace di fermarsi, e misura il proprio valore solo attraverso la produttività.

Spesso l'eccesso di lavoro è giustificato come passione o responsabilità, ma in realtà cerca nel rendimento una compensazione. La mancanza di equilibrio tra vita privata e professionale può condurre passo dopo passo al burnout. È una dipendenza insidiosa, perché lodata dalla società, ma capace di erodere l'identità personale e il benessere. Da strumento di realizzazione, il lavoro si trasforma in prigionia psicologica, causando ansia, stress, irritabilità e perfezionismo nei periodi tirati, oppure nervosismo, senso di colpa o d'inutilità quando non si è sotto pressione.

La cultura della performance rende difficile ammettere le proprie fragilità. Inoltre spesso sono proprio le aziende a incoraggiare una dedizione totalizzante, invadendo ore serali e weekend, e pretendendo una disponibilità quasi illimitata in cambio di un sogno di carriera.

Anche qui, esiste un linguaggio codificato. Frasi che magari non escono con questa limpidezza nel dialogo pubblico, ma che covano nel pensiero, perché esprimono stati d'animo autentici: Non ho tempo per ferie, c'è troppo da fare, Ri-

poserò dopo, appena finito il progetto, L'obiettivo va raggiunto a ogni costo, Se rallento resto indietro, Non voglio deludere il capo/cliente/collega. O frasi minimizzanti, tipo Rispondo un attimo alle mail, poi stacco.

La letteratura sa scolpire queste situazioni. Nel romanzo *Gli straordinari* (2024), Edoardo Vitale racconta la vita di una giovane coppia, Nico ed Elsa, cui le cose sembrano andare bene: hanno fatto carriera in un multinazionale, e si amano, ma lavorano continuamente e la loro vita, nonostante i loro successi e il loro amore, è priva di leggerezza e di entusiasmo.

## **Problema, ma anche soluzione**

Ma a volte proprio il contesto lavorativo può diventare anche un luogo di prevenzione e di cura.

Fra le iniziative di welfare aziendale, diverse organizzazioni già adottano programmi di Employee Assistance (EAP). Si tratta di spazi sicuri dove si può chiedere aiuto senza conseguenze negative. Gli EAP rappresentano un pilastro fondamentale nella promozione del benessere organizzativo. Si tratta di servizi strutturati, spesso gestiti da professionisti esterni, che forniscono supporto psicologico, legale, finanziario e sociale ai dipendenti. L'obiettivo è intervenire precocemente, prima che un disagio personale o una dipendenza compromettano la salute e di conseguenza il benessere al lavoro. Gli EAP contribuiscono a creare una cultura azien-

dale più empatica e responsabile, in cui chiedere aiuto non è segno di debolezza ma di consapevolezza. Inoltre, l'anonimato e la riservatezza garantiti dal servizio favoriscono la creazione di un legame di fiducia. Le organizzazioni che investono in questi programmi non solo tutelano la salute dei propri dipendenti, ma possono ridurre l'assenteismo e migliorare il clima interno.

## **Il ruolo del linguaggio: l'approccio person first**

Anche qui è centrale il ruolo del linguaggio, che può costruire la realtà, tanto quanto la descrive. Quando diciamo tossico, alcolista, vizioso, non stiamo nominando una condizione: giudichiamo una persona. Parole che trasportano moralismo, paura, distanza, e che cancellano complessità. Se invece diciamo persona con dipendenza da... o persona in recupero, le restituiamo dignità. L'approccio person first – prima la persona, poi la condizione – trasforma la narrazione da “chi sbaglia” a “chi vive una condizione”. Anche il linguaggio pietistico (poverino) e quello eroicista (ha sconfitto il mostro) sono due facce della stessa riduzione: isolano, categorizzano. Un linguaggio inclusivo sceglie le parole come strumenti di relazione, non di etichettatura.

Dire lotta contro la dipendenza significa creare un campo di battaglia; dire cura o recupero è riconoscere una possibilità di evoluzione ed consapevolezza. Anche la scelta tra verbi statici e dinamici modifica la prospettiva: è dipendente congelata, sta affrontando una dipendenza restituisce movi-

mento. Perfino i silenzi, i non detti, le allusioni, le pause possono diventare spazi di ascolto o di esclusione. A volte, invece, quando parlare sarebbe definire, meglio tacere.

Le espressioni usate spesso dai media – schiavo della droga, caduto nel vizio – mescolano dramma e giudizio con narrazioni che feriscono più della realtà stessa. Un linguaggio inclusivo sulle dipendenze implica infatti anche un cambiamento di prospettiva collettiva: riconoscere che la dipendenza non è solo un fallimento individuale, ma una condizione che nasce da intrecci complessi tra biologia, ambiente, emozioni e relazioni.

Utile anche dare voce diretta alle persone che vivono la dipendenza, riconoscendo che nessuno può essere raccontato solo dall'esterno, e che ogni persona porta con sé la propria narrazione. L'inclusione linguistica non è solo forma, è potere (verbo, non nome): è redistribuire la possibilità di rappresentarsi.

Come ricorda Rebecca Throop nel suo TED *Why 1st Person Language Can Save a Life*, usare parole che mettono al centro la persona può letteralmente salvare vite. Parlando della propria esperienza nella dipendenza da alcol, Rebecca mostra come il linguaggio possa ferire o guarire, racconta il dolore della vergogna e dell'isolamento emotivo che provava quando le veniva detto «sei un'alcolizzata», un'etichetta che cancellava le sue altre identità (madre, moglie, podista, responsabile marketing). Ricorda il momento in cui, durante il percorso di cura, qualcuno le disse: «Tu hai una

malattia: tu hai l'alcolismo». Il cambiamento di linguaggio l'ha aiutata e liberata, contribuendo al suo processo di guarigione.

Qui anche il cinema può aiutarci. Per esempio, *Beautiful Boy* racconta la storia vera di un padre, David, e di suo figlio, Nic, alle prese con la dipendenza da metanfetamine. In un momento di lucidità, Nic confessa: «Ora so che devo trovare un modo per riempire questo grande buco nero dentro di me», una richiesta implicita di comprensione. E il padre, pur nella frustrazione, risponde con parole semplici, quotidiane: «Perché non pranziamo insieme e parliamo un po'? Possiamo farlo, vero? Ti prego». Un modo per dire «sono qui».

Guardare le dipendenze in ottica inclusiva significa dunque accettare la vulnerabilità come parte della diversità umana, e la richiesta di aiuto come segno di fiducia. In pratica, accettare la linea sottile che esiste tra un legame e una catena.

## L'autrice e l'autore

### Paola Centomo



Giornalista Firma di IoDonna del Corriere della Sera, scrivo di lavoro, economia, società e di donne protagoniste del cambiamento, ho precedentemente diretto per lungo tempo il magazine di costume e attualità Glamour. Tra le collaborazioni giornalistiche anche il portale sull'innovazione StartupItalia. Prima ancora, sono stata redattrice della rivista di moda, attualità, cultura Marie Claire, sin dal suo lancio, in Mondadori. Ho iniziato la carriera di giornalista collaborando al Corriere della Sera, dove mi sono occupata di cronaca locale. Ho collaborato anche per Elle e Vogue.

### Alessandro Lucchini



Milanese, 1959. Linguista. Mi piace studiare le persone, ascoltare, leggere, scrivere, negoziare. Parlare un po' meno, in origine, ma mi ci sono trovato e ne ho fatto il mio lavoro. Dopo anni nel giornalismo e nella pubblicità, siccome insegnare è il modo migliore per imparare, lavoro all'università Iulm, alla Bocconi e alla Scuola Sant'Anna di Pisa. Con Paolo Carmassi e con le colleghe e i colleghi di Palestra della scrittura alleno chi vuole migliorare la propria comunicazione. Passioni antiche: fare fatica, combattere (karate), cantare, andare in montagna. Passione recente, ma pervasiva: l'inclusione.

## Collana Centopagine

- P. Carmassi, A. Lucchini - *Il linguaggio dell'accordo. Leggere, gestire e orientare i rapporti di forza nelle relazioni interpersonali*
- A. Lucchini - *Acrobati di parole. Come ottenere l'equilibrio nelle relazioni con il linguaggio*
- A. Lucchini, a cura di - *Il linguaggio della salute. Come migliorare la comunicazione con il paziente*
- P. Carmassi, A. Pardini - *Ribaltati e contenti. Per un uso non ordinario dell'umorismo*
- P. Carmassi, A. Lucchini - *Budo & Business. Tecniche e valori delle arti marziali nel lavoro*
- M. Paganini - *Investigazione strategica. Perché la verità non rimanga l'unico segreto*
- P. Carmassi, A. Lucchini - *Futuro anteriore. Il metodo per prefigurare e narrare il cambiamento, prima che avvenga*
- G. Mari - *Cure & Care Coaching. La comunicazione che cura*
- A. Lucchini - *SCRIBA. Scrivere in banca*
- A. Lucchini - *Due orecchie, una bocca. Tecniche ed esercizi per ascoltare e per parlare in pubblico*
- C. Lucchini, A. Lucchini - *Scrivere diritto. Tecniche di scrittura per la comunicazione giuridica*
- C. Lucchini, A. Lucchini, L. Carpanè, P. Carmassi - *Dialogare bad news. Come, dove, quando, se. Un metodo per comunicare cattive notizie a parenti e familiari*
- C. Comaschi, *Sorridere (anche) dietro una mascherina. Come, e se, cambia la nostra comunicazione*
- Carpanè L., Contaldo P., *Te l'assicuro. Più che un metodo per scrivere nelle assicurazioni*
- Palestra della scrittura, *al cor gentil*



“Dentro le parole” è una pubblicazione online  
nella collana Centopagine  
edita da Palestra della scrittura S.r.l

I edizione: gennaio 2023

II edizione: luglio 2023

[www.palestradellascrittura.it](http://www.palestradellascrittura.it)