

Contemporaneità e Nuove Adulità

7

La collana editoriale *Contemporaneità e Nuove Adulità* si propone la finalità di approfondire le tematiche relative all'età adulta contemporanea, ai significati, crucialità e criticità dell'essere donne e uomini adulti oggi. Particolare rilevanza è data a temi e motivi quali le fragilità e le vulnerabilità di vita, le possibili e complesse transizioni, le fratture esistenziali e professionali, i necessari e continui passaggi e cambiamenti. L'interesse quindi si rivolge alle diverse fenomenologie formative e auto-formative, intenzionali e non, orientate a generare esperienze di arricchimento, crescita e miglioramento non solo e sempre professionalizzanti, con attenzione agli intrecci tra educazione, formazione e cura. L'orizzonte epistemologico entro cui si muove la proposta editoriale è necessariamente interdisciplinare e interseca lo sguardo pedagogico con quello antropologico, filosofico, sociologico, psicologico ed altri ancora.

La collana inoltre ospita progetti ed esperienze di ricerca e di formazione centrate sulle dimensioni e questioni cruciali per l'adulità di oggi e si apre a tesi magistrali e di dottorato, con l'obiettivo di dare voce a giovani studiose e studiosi.

Contemporaneità e Nuove Adultià

Collana diretta da

Micaela Castiglioni

(Università degli Studi di Milano-Bicocca)

Comitato scientifico

Massimo Baldacci (Università degli Studi di Urbino)

Raffaella Biagioli (Università degli Studi di Firenze)

Vanna Boffo (Università degli Studi di Firenze)

Rita Charon (Columbia University)

Silvana Calaprice (Università degli Studi di Bari "Aldo Moro")

Micaela Castiglioni (Università degli Studi di Milano-Bicocca)

Cristopher Craig (Tohoku University-Japan)

Giovanna Del Gobbo (Università degli Studi di Firenze)

Liliana Dozza (Libera Università di Bolzano)

Giuseppe Elia (Università degli Studi di Bari)

Massimiliano Fiorucci (Università Roma Tre)

Laura Formenti (Università degli Studi di Milano-Bicocca)

Manuela Gallerani (Università degli Studi di Bologna)

Vanna Iori (già Senatrice)

Isabella Loiodice (Università degli Studi di Foggia)

Barbara Mapelli (Esperta di Pedagogia della Differenza di genere)

Barbara Merrill (Warwich.ac.uk)

José González-Monteagudo (University of Seville)

Maura Striano (Università degli Studi di Napoli-Federico II)

Linden West (Canterbury Christ Church University)

Giuseppe Varchetta (Ariele-Società di Psico-socio-analisi)

Comitato di redazione

Daniela Airoidi Bianchi

Celestino Danesi

Roberto Melloni

Anna Maria Nicolosi

Lucia Rosa Olivadoti

Maria Piacente

Susanna Ronconi

I volumi della collana sono sottoposti a doppio referaggio anonimo.

Educar(si) alle solitudini contemporanee

a cura di
Micaela Castiglioni

prefazione di
Duccio Demetrio



Edizioni ETS



www.edizioniets.com

*Il volume è stato pubblicato con il contributo
del Dipartimento di Scienze Umane per la Formazione "Riccardo Massa"
dell'Università degli Studi di Milano-Bicocca*



© Copyright 2025

EDIZIONI ETS

Palazzo Roncioni - Lungarno Mediceo, 16, I-56127 Pisa

info@edizioniets.com

www.edizioniets.com

Distribuzione

Messaggerie Libri SPA

Sede legale: via G. Verdi 8 - 20090 Assago (MI)

Promozione

PDE PROMOZIONE SRL

via Zago 2/2 - 40128 Bologna

ISBN 978-884677247-3

Estate, 2025

Ad Anna e Rita,

*alla nostra infanzia, adolescenza
ed età adulta*

Indice

Prefazione di <i>Duccio Demetrio</i>	9
<i>Introduzione</i> «Una, centomila solitudini» <i>Micaela Castiglioni</i>	15

Parte Prima

<i>Capitolo 1</i> Solitudini contemporanee <i>Micaela Castiglioni</i>	23
<i>Capitolo 2</i> Parole di solitudine: un'indagine esplorativa <i>Micaela Castiglioni, Chiara Grigolato, Michela Moratello, Marina Cattaneo</i>	41
<i>Capitolo 3</i> La Casa delle Solitudini. Una Mostra all'Università degli Studi di Milano-Bicocca <i>Chiara Grigolato</i>	57
<i>Capitolo 4</i> La solitudine della maternità <i>Silvana Quadrino</i>	89
<i>Capitolo 5</i> Donne in gravidanza e puerperio tra ansia e depressione. Un intervento di supporto di ostetriche a domicilio <i>Luciarosa Olivadoti</i>	97
<i>Capitolo 6</i> La solitudine «somministrata» <i>Tino Danesi</i>	107

<i>Capitolo 7</i>	
Un prete solo?	
<i>Don Gino Rigoldi</i>	125
<i>Capitolo 8</i>	
Fotoracconto. Tentativi di persone che forse... esistono	
<i>Lorena Lerro</i>	131
<i>Capitolo 9</i>	
Le comunità nei borghi possono contrastare la disconnessione sociale: solitudine e isolamento	
<i>Domenica Taruscio</i>	149
<i>Capitolo 10</i>	
Malattia e solitudine: il silenzio e la parola	
<i>Daniela Airoidi Bianchi</i>	165
<i>Capitolo 11</i>	
La solitudine degli ultimi	
<i>Laura Arduini, don Virginio Colmegna</i>	175
<i>Capitolo 12</i>	
Quando la solitudine è uno strappo	
<i>Susanna Ronconi</i>	185
<i>Capitolo 13</i>	
Due solitudini in un gioco di squadra	
<i>Roberto Melloni</i>	197
<i>Capitolo 14</i>	
Una stanza tutta per me	
<i>Martino Gozzi</i>	209
<i>Conclusioni</i>	
Educar(si) alle solitudini di oggi. Una lettura pedagogica	
<i>Micaela Castiglioni</i>	215

Parte Seconda

Solitudini contemporanee.	
Una Mostra all'Università degli Studi di Milano-Bicocca	227
Gli autori, le autrici	229

Prefazione

Solitudini, silenzi, scritture Una triade feconda

Duccio Demetrio

Quando passo giorni, mesi, anni scrivendo lentamente nel silenzio e nella solitudine le mie parole su un foglio bianco, sento di costruire un nuovo mondo, una nuova persona dentro di me: come coloro che costruiscono un ponte pietra su pietra.

Orhan Pamuk

Come possiamo distinguere le parole che nascono dal silenzio del cuore da quelle aride e gelide che nascono solo dalla ragione?

Eugenio Borgna

Dal cuore

Fare silenzio dentro di sé è accogliere il ricordo sottraendolo al rumore del suo tempo, rendendolo prossimo a sé, al proprio silenzioso e solitario tempo interiore¹.

Ci sono ricordi d'infanzia indelebili. Nei quali capimmo il valore del silenzio e il suo potere di farci rivivere, in seguito, alcuni momenti memorabili della nostra vita.

Così li descrive il poeta e saggista Antonio Prete:

Mi sono chiesto qualche volta quanto quei silenzi estivi e notturni, insieme ai racconti che seguivano ai racconti di mia madre, anch'essi sorvegliati, per dir così, dalle stelle, e accompagnati dal coro dei grilli, abbiano influito sull'attrazione che ho sempre sentito per l'osservazione, silenziosa, dei cieli notturni².

¹ A. Prete, *Del silenzio*, Mimesis, Sesto San Giovanni, 2022, p. 16.

² A. Prete, *Album di un'infanzia nel Salento*, Bollati Boringhieri, Torino, 2023, p. 95.

Fu questa una scoperta che, però, in altre occasioni meno «magiche» ci permise di intuire che il silenzio non è soltanto riconducibile all'assenza di suoni o al tacere delle parole. Imparammo dalla vita a riconoscerlo soprattutto come uno stato d'animo doloroso, molto spesso come un'emozione o un sentimento paragonabile ad una fitta al cuore: in certi casi piacevole, appagante, gioiosamente imprevista; in altri, invece, purtroppo desolante, umiliante, fatalmente tragica. Quando, del tutto impotenti, ci accorgemmo che il silenzio talvolta pare materializzarsi fisicamente nelle nostre vite solitarie: e, ancora, quando accompagna e sancisce i momenti di un addio cercato, il cui epilogo si riveli ineluttabile e tale da az-zittirci con la sua violenza, da sorprenderci incapaci di dare una risposta o un senso all'accaduto. È in questi casi che apprendiamo la «legge» della solitudine, sorella ineluttabile del silenzio, che ci spinge ad accettare che, forse, sarebbe stato meglio tacere e fuggir via. Inoltre non possiamo dimenticare, o fingere di omettere, che esistano anche i cosiddetti silenzi solitari scelti e non subiti, di carattere morale e sociale, che sconvolgono le nostre sincere o fragili consapevolezza dinanzi alle sciagure, alle ingiustizie, alle privazioni dei diritti più elementari, alla violenza per la violenza. Quando il nostro umano dovere dovrebbe piuttosto essere quello di *non* nasconderci dietro le mutevoli, spregiudicate, ipocrite maschere che indossiamo quando attingiamo alla gamma di quei silenzi odiosi: gravidi di falsità, di scappatoie, di doppiezze.

Ebbene, stando a tali esempi, a qualche ricordo personale, dovremmo aver imparato – e molto presto – a riconoscere e ad accettare la ambigua natura dei silenzi e delle solitudini. Per un verso, quando cerchiamo occasioni per viverli nella loro sacralità privata, oppure, per dividerne insieme ad altri tutto il fascino pacificatore e tranquillizzante che i silenzi ci ispirano, quando le solitudini estatiche, anacoretiche, eremitiche ci convocano in una cornice spirituale. A patto che potessero diventare momenti meditativi di autentica gioia e felicità. Ogni volta che, coinvolti da un silenzio – tutto intorno cercato o imprevisto –, sentiamo che l'unica soluzione è il dover allontanarsi, ma non da sé: questo mai. Per far raccontare dentro di noi ancora una volta la loro voce, i suoni primitivi antichi e originari che si nascondono tra un ricordo e l'altro, negli interstizi

silenti del corpo, delle lacrime non versate, delle gioie impreviste: ammutolite dalla ferocia umana.

Come dimenticare, o fingere di ignorare, che ci siano meditazioni la cui «potenza» sonora si percepisce nell'immobilità più assoluta. Tale *stato* si palesa quando la concentrazione genera quel silenzio interiore del tutto incomunicabile. Non mancano, poi, meditazioni che, al contrario, si attuino strada facendo per raggiungere mete significative e religiose esemplari.

Il silenzio meditativo della scrittura

Siamo ignoti a noi medesimi, noi a noi stessi: è questo un fatto che ha le sue buone ragioni. Non abbiamo mai cercato noi stessi, non ci comprendiamo e me consegue che ognuno è a se stesso il più lontano.

Friedrich Nietzsche

La triade *solitudine, silenzio, scrittura di sé*, una volta che si sia raggiunta la profondità nella quale possiamo condurla, tenendola per mano, non potrà mai conoscere, per esprimere tutta la sua saggezza, l'abbandono di tale legame. Quando scopriamo che compito primo della triade evocata è animare e colmare di se stessi lo spazio interiore: perché lo si possa coltivare e conservare come una meditazione narrativa privata, giocoforza nell'intimo. Laddove scopriamo, con la penna tra le dita e in un taciturno procedere, che compito del silenzio è insegnarci a dar spazio al ricordo, alle memorie, anche semplici, di cui lo scrivere si prende cura. È in questo incontro felice tra il silenzio, la solitudine, la scrittura che si dà vita a quel viaggio autobiografico volto a risvegliare nel nostro passato quei silenzi indimenticabili che soltanto la narrazione scritta può trasformare nelle presenze luminose di un tempo che si riteneva ormai cancellato dall'oblio. In racconti e storie: nelle quali la triade felice si renda personaggio e protagonista, una guida, verso ogni tentativo di cercare se stessi non nella folla ma negli angoli fertili delle nostre quotidianità.

Che altro è lo scrivere autobiografico se non un trasmettere il proprio sguardo interiore alle parole, un ricercare un nuovo mondo

nella propria mente con pazienza, ostinazione e gioia? Quindi possiamo e dobbiamo scrivere dei silenzi e delle solitudini già vissuti, di ciò che proviamo ritrovandoli, oppure, non impaurire nella nostalgia di averli perduti. E allora forse scopriremo che:

Il silenzio è come l'acqua,
si insinua in ogni crepa della solitudine
lo senti gorgogliare
ma non riesci a vederlo.

Può pesare come un macigno
O essere leggero come una piuma.
Un passo dopo l'altro³.

Per dar vita alla triade pedagogicamente generativa occorre procedere senza fretta, con l'andatura di un monaco, di un filosofo, di colei o di colui che senza affanno non intendano raggiungere una meta, ma amino vagabondare senza paura di perdersi. In un abbandono anche sensoriale offertoci dalle suggestioni dei sentieri, degli incontri inaspettati nei boschi, della solitudine che ci riempie i polmoni talvolta ci avvicina al sublime. Quando si rende necessaria la lentezza, e lo sguardo attento e curioso, il desiderio di scoprire, di soffermarsi senza l'ansia di rischiare di restare indietro rispetto a quei viandanti che camminano per liberarsi della solitudine, del silenzio, della scrittura⁴.

Tutto questo, e molto altro, è vivere di silenzi solitari: è andare a cercarli, è far loro posto attorno e dentro di noi. Soltanto così l'esperienza della solitudine, fraterna custode del silenzio, potrà materializzarsi, accompagnarci, rendendo il nostro cammino un'esperienza memorabile, luminosa, folgorante. Da ricordare, oltre che per la suggestiva strada intrapresa, perché potremo affermare che la triade si è fatta complice del viaggio autoeducativo e che importa se breve o lungo?.

Soltanto così un passo dopo l'altro, lentamente, affidandoci alla guida del silenzio potremo scoprirne le molte fisionomie e le molte parole coniate dall'affettuoso triplice incontro..

³ S. Forese, *Una vita in sogno*, F.F. Nicotra, Editore in Venezia, 2024, p. 39.

⁴ D. Demetrio, *Spiritualità metropolitane. Guida per i non credenti*, Mimesis, Sesto San Giovanni, 2025.

Può sorprendere che la solitudine silenziosa abbia non uno – quello sensoriale –, ma più volti, e che sia artefice di parole che inventeranno un lessico per la vita, nostra esistenza interiore. Mentre altre, invece, saranno in grado di descrivere e raccontarsi un passo dopo l'altro: senza fretta, con l'andatura di un monaco, di un filosofo, di colei o di colui che senza affanno non intenda per forza raggiungere uno scopo, ma ami vagabondare e abbandonarsi alle suggestioni dei sentieri, agli incontri inaspettati, alla solitudine cercata. A tutto ciò che ci impone di tacere con le labbra, ma non di ammutolire il pensiero. Quando si rende necessaria la lentezza, lo sguardo attento e curioso, il desiderio di scoprire, di soffermarsi senza l'ansia di rischiare di restare indietro, di perdere la scommessa. Tutto questo e molto altro è vivere il silenzio in totale sonoro o mentale appagamento solingo: per trasformarlo nel suo darsi come un arcano piacere dell'anima, facendogli posto in permanenza attorno e dentro di noi, ponendogli domande segrete e bisbigliate. Soltanto così l'esperienza del silenzio potrà materializzarsi e accompagnarci come un compagno segreto, capace di rendere il cammino, quale esso sia, un'esperienza memorabile. Da ricordare, oltre che per la abbagliante o modesta strada intrapresa, perché ci sarà concesso di poter affermare che la solitudine e il silenzio grazie al gesto della scrittura si son fatte esperienze vitali: in quella complicità necessaria che può muovere tacitamente verso la ricerca del vero. Soltanto così, un passo dopo l'altro, lentamente, affidandoci alla triplice guida del silenzio potremo scoprirne le molte fisionomie educanti e le molte voci coniate per dirlo, grazie a parole che ci erano ignote.

Introduzione

«Una, centomila solitudini»

Micaela Castiglioni

Ci sono esperienze, presenze, vissuti che ci accompagnano, non sempre silenziosamente, durante l'intera esistenza. Per me la solitudine è una di queste.

Da bambina, figlia unica, ho considerato le mie due cugine come due sorelle, facilitata anche dalla vicinanza di età che ci accomunava. Mi sentivo più felice in loro compagnia.

Nell'adolescenza ha rappresentato un rifugio, non sempre e non del tutto, desiderato e amato.

Adesso, da donna adulta, cerco di addomesticarla, di prendermene cura con piccoli gesti, dettagli, e interessi della quotidianità.

La solitudine può essere la perdita delle persone amate, la loro assenza; il silenzio assordante di alcuni giorni, può fare capolino anche in compagnia.

A volte, si confonde con la nostalgia, la malinconia, la tristezza. A volte, raramente, la cerco.

Con il tempo, essa ha assunto una nuova forma. È diventata un interesse e un terreno di ricerca, una questione da esplorare con uno sguardo pedagogico-educativo, che è quello che mi riguarda.

Questo libro nasce da qui: dal desiderio di comprendere la solitudine non solo come esperienza personale, ma come questione cruciale della nostra contemporaneità incerta, privata delle grandi narrazioni, preoccupata costantemente della performance, dove il tempo è quasi sempre quello del «fare» ... L'elenco potrebbe continuare.

A muovermi e sostenermi è stata l'esigenza di cogliere la solitudine in tutte le sue ambivalenze. Perché la solitudine può ferire, ma può anche far crescere. Può isolare, ma anche rivelare.

La solitudine può formare, perché ci interroga, soprattutto, come adulti, genitori e professionisti dell'educazione, su come cresciamo, educiamo a stare con sé stessi e con gli altri.

È di fondamentale importanza oggi educare alla solitudine fin da piccoli. Perché la solitudine, il sentirsi soli, quella sensazione più profonda e forse difficile da spiegare, che riguarda il modo in cui percepiamo noi stessi e il mondo intorno a noi, attraversa tutte le età della vita, dall'infanzia alla vecchiaia.

La solitudine ha rilevanza sia esistenziale che politico-sociale, coinvolgendo i decisori nelle scelte di welfare, urbanistica e salute pubblica. L'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) ha fornito dati significativi, al riguardo, sui quali ci soffermeremo all'interno del testo, mentre Inghilterra e Giappone hanno istituito, rispettivamente nel 2017 e nel 2021, il Ministero della Solitudine.

Nel numero del 23 agosto 2025, del settimanale «IO Donna» de *Il Corriere della Sera*, la giornalista Eliana Liotta riassume in un articolo i risultati delle ricerche di Kasley Killam, ricercatrice dell'Università di Barkley in California, sull'importanza dell'amicizia per la salute del cuore.

La scienziata studia da dieci anni gli effetti della solitudine sulla salute fisica e mentale. Nell'articolo, Liotta cita una review di studi recenti sul tema. Vediamo ora il suo contributo più da vicino:

Non siamo fatti per stare soli [...]. Una revisione di studi, che ha analizzato nell'insieme quasi un miliardo mezzo di partecipanti di ogni parte del mondo, ha rilevato che le persone presentavano fino al 53 per cento di probabilità in più di morire per qualsiasi causa se le loro relazioni risultavano carenti (*Frontiers in Psychology*, 2021). Un lavoro precedente (su *Hearth Journal*, 2016) era arrivato alla conclusione che avere legami solidi fosse associato a un rischio minore di incorrere in infarti e ictus. [...]. Una ricercatrice statunitense, Kasley Killam, si impegna da oltre un decennio a diffondere l'invito a prendersi cura della propria salute sociale. Nel suo nuovo libro (*The Art and Science of Connection*, Penguin Life)¹ scrive che dovremmo impegnarci a coltivare l'arte delle connessioni, comprendendo qual è il nostro stile di amicizia per potenziare le qualità interpersonali e combattere il nemico numero uno: la solitudine [...]. Intervistata dal magazine dell'Harvard University, ha spiegato che la salute sociale non equivale a essere socievoli, si può avere un'inclinazione estroversa o riservata, ma l'importante è non perdere di vista l'affettività².

¹ K. Killam, *The Art and Science of Connection: Why Social Health is the Missing Key to Living Longer, Healthier, and Happier*, Hachette (UK) 2024.

² *Ivi*, pp. 94-95.

A queste conclusioni è giunta, anche, la ricerca qualitativa svolta da un gruppo di studentesse e studenti, che negli anni accademici 2022/2023 e 2023/2024, hanno seguito il mio Corso di Educazione degli adulti e degli anziani, nel secondo anno del Corso di Laurea in Scienze dell'Educazione, all'Università degli Studi di Milano-Bicocca³.

Nel secondo capitolo del testo abbiamo restituito alcuni tra i dati emersi, senza alcuna pretesa esaustiva, trattandosi di una prima indagine esplorativa condotta, tra l'altro, da studentesse e studenti che si sono cimentati, per la prima volta, con la conduzione delle interviste e la successiva analisi e interpretazione dei dati raccolti.⁴

Nel terzo capitolo abbiamo presentato la Mostra *La Casa delle solitudini*, ideata e realizzata da Chiara Grigolato – studentessa del Corso di Educazione degli adulti e degli anziani (2022/2023) – e da me supervisionata. La Mostra era collegata al Convegno *Solitudini Contemporanee*, svoltosi nel mese di marzo 2023, all'Università degli Studi di Milano-Bicocca e organizzato dal Gruppo di Ricerca NUSA-Nuove Soggettività Adulte, da me coordinato, insieme a Barbara Mapelli.

Alla progettazione del convegno ha partecipato anche la *Rivista Pedagogika.it*, nella figura di Maria Piacente⁵.

Nella *sezione on-line*⁶ del testo, abbiamo cercato di accompagnare il lettore all'interno della Mostra, al fine di rendere possibile una sorta di «immersione» nell'esperienza messa in atto.

Tramite la pluralità dei linguaggi espressivi⁷ della Mostra e la molteplicità di voci delle autrici e degli autori di questo volume⁸, mi sono posta l'obiettivo di far emergere la complessità e poliedricità del fenomeno della solitudine odierna, pienamente concorde

³ Dipartimento di Scienze Umane per la Formazione «R. Massa».

⁴ Con il coordinamento e la supervisione scientifica di chi scrive.

⁵ Direttrice e Responsabile scientifica della rivista.

⁶ A cura di Chiara Grigolato e supervisionata da chi scrive.

⁷ Gli ambienti con le installazioni contenevano i progetti realizzati dalle studentesse e dagli studenti del Corso di Laurea in Scienze dell'Educazione, II anno (a.a. 2022/2023; 2024/2025). Tra collage, fiabe, spezzoni di interviste, fotoracconti, ecc., abbiamo proiettato in modalità loop un Blob realizzato dallo studente Leonardo Ferla.

⁸ Come premessa metodologica ci preme sottolineare che abbiamo scelto di dare visibilità ai materiali originali degli studenti e delle studentesse senza apportare modifiche, integrazioni, miglioramenti, ecc.,

con i colleghi che preferiscono parlare di *solitudini* della nostra contemporaneità.

Le forme della solitudine, come vedremo sono tante, anche di segno opposto, e necessitano di essere prese in considerazione in presenza di più e differenti variabili⁹. Dal punto di vista semantico ci viene maggiormente in soccorso la lingua inglese che ha tre termini per indicare tre tipologie di solitudine (*loneliness*, ossia, *isolamento*; *solitude*, la *solitudine fisica* e *aloneness*, la solitudine più esistenziale) diversamente dalla lingua italiana.

Verso la conclusione di questa introduzione mi preme soffermarmi su un punto di attenzione di centrale interesse per quanti si occupano di educazione e di ricerca in ambito pedagogico e educativo. Mi riferisco al quasi completo silenzio del sapere pedagogico rispetto alla questione della solitudine. Sia per lo svolgimento di entrambi i corsi in università sia per la stesura di questo testo i riferimenti privilegiati, oltre alla filosofia e alla psicoanalisi, sono stati, infatti, la letteratura, la poesia, l'arte, il cinema e, perfino, la letteratura per l'infanzia. A conferma che la solitudine è una condizione e/o un vissuto universale, pur con le sue specifiche singolarità, in modo particolare, per i modi in cui essa è sperimentata da ognuno di noi nelle varie fasi della vita e per i fattori interni ed esterni tramite i quali cerchiamo di significarla e di gestirla.

Tuttavia, la «latitanza» pedagogica non è di trascurabile importanza se teniamo presente che educare alla solitudine, intesa come capacità di stare soli, i bambini, gli adolescenti e i giovani adulti, significa imparare a guardarsi dentro, a prendere contatto con il proprio mondo interiore e con le proprie emozioni, riconoscendo i punti di forza e le risorse, anche quelle, che si possono mettere in atto per trasformare lo spazio e il tempo della solitudine in uno spazio e in un tempo educativo, di crescita, di riflessione auto-apprenditiva rivolta verso se stessi e la propria storia.

Si tratta di uno spazio molto simile a quello transizionale di Winnicott, che sappiamo essere uno spazio necessario, di potenziale creatività vitale e maturativa.

Educare alla capacità di saper stare soli, fin da piccoli, significa

⁹ M. Miceli, *Sentirsi soli*, Il Mulino, Bologna 2013.

sviluppare e potenziare un'identità autonoma meno strettamente dipendente dagli altri. Implica la costruzione di una sana dipendenza da sé stessi, che ovviamente non esclude gli altri, ma al contrario, li contempla sulla base del desiderio, della scelta e, non sempre e soltanto, del bisogno urgente. Per cui, se l'altro, che costituisce un punto di riferimento, non c'è, mi perdo, non esisto, sto male.

Non riuscire a stare soli può generare sofferenza, può far sentire incapaci, quasi falliti in questa che può sembrare un'impresa impossibile.

Mi piace concludere questa breve introduzione con la proposta di due fiabe e con l'invito, rivolto agli insegnanti e agli educatori, a educare i bambini, fin da piccoli, alla capacità di stare soli per poter stare bene con sé stessi e di conseguenza con gli altri.

Accenno al *silent book*, *Il figlio unico*¹⁰, dell'autrice cinese di testi per l'infanzia, Guojing, che nata nella Cina in cui vigeva la politica del figlio unico, racconta nella fiaba una vicenda autobiografica di solitudine, come figlia unica, con entrambi i genitori fuori casa tutto il giorno per lavorare. Sarà una sorta di capacità magica e la sua creatività ad aiutarla nell'addomesticare la solitudine.

L'altra fiaba, che in stile poetico, affronta il motivo della solitudine e dell'importanza dell'amicizia è di Barbro Lindgren, autore svedese, che ha scritto *Storia di un signore. Piccolo piccolo*¹¹.

Il signore piccolo piccolo non ha amici, perché è piccolo e in più ha un brutto cappello, è però molto buono e forse questa sua qualità dovrebbe essere sufficiente per avere amici. Di fatto, non è così.

Passa tutte le sue giornate in solitudine sui gradini di casa finché un giorno passa un grande e simpatico cane: finalmente, nasce tra loro una bellissima amicizia. Il rischio è rappresentato dall'arrivo di una bambina molto carina che potrebbe scombinare la situazione.

¹⁰ Guojing, *Il Figlio unico*, Mondadori, Milano 2017.

¹¹ B. Lindgren, *Storia di un signore, piccolo piccolo*, Iperborea, Milano 2021.

Gli autori, le autrici

Daniela Airoidi Bianchi. Responsabile dei progetti di teatro sociale del Teatro Officina di Milano. Formatrice teatrale e attrice, da 20 anni si occupa di Medical Humanities in contesti accademici, ospedalieri e nei luoghi della fragilità sociale.

Laura Arduini. Medico psichiatra e psicoterapeuta, con una lunga formazione in Etnopsichiatria e Medicina delle migrazioni. Da oltre vent'anni lavora nella Fondazione Casa della Carità, occupandosi di salute delle persone più fragili, senza dimora, migranti. È Direttore sanitario della Fondazione Casa della Carità e della Comunità psichiatrica *Villetta San Gregorio* del CeAS.

Micaela Castiglioni. Professore Associato di Educazione degli adulti e degli anziani e di Educazione degli adulti - Dipartimento di Scienze Umane per la Formazione "R. Massa" - Università degli Studi di Milano-Bicocca. Dirige il Master di I Livello *Medical Humanities e Scienze della Narrazione in Medicina* - Università degli Studi di Milano-Bicocca e il Centro Studi Dipartimentale MEDNARR - Medical Humanities e Narrazione in Medicina. Con Elio Franzini dirige la Collana editoriale *Medical Humanities e Narrazione in Medicina*, Edizioni ETS, Pisa. È autrice di numerose pubblicazioni e articoli. Tra i più recenti: M. Castiglioni, J. Orsenigo (a cura di), *Soggettivarsi. Per una pedagogia della ricomposizione adulta*, Edizioni ETS, Pisa 2024; M. Castiglioni, S. Ronconi, G. Zuffa (a cura di), *Donne oltre il carcere. Percorsi di self-empowerment delle donne detenute*, Edizioni ETS, Pisa 2025..

Marina Cattaneo. CEO 45gradi, agenzia di brand design. Consigliere e Responsabile della comunicazione di UVI, Unione Volontari

per Infanzia e Adolescenza. Collabora con la Fondazione don Gino Rigoldi-Area progetti con adolescenti e preadolescenti in difficoltà.

Don Virginio Colmegna. Sacerdote della diocesi di Milano. Dal 2002 al 2023 è stato Presidente della Fondazione Casa della Carità. Si è sempre occupato di emarginazione e sofferenza urbana. Negli anni ha fondato diverse cooperative sociali e comunità di accoglienza per persone con disabilità o disagio psichico, per minori, migranti e persone senza dimora. Sempre attivo per affermare i diritti di cittadinanza dei più deboli oltre che per diffondere la cultura dell'accoglienza. Oggi è Presidente onorario della Fondazione Casa della Carità e Presidente di SON Speranza Oltre Noi. **Luciarosa Olivadoti.** Responsabile Sviluppo Professionale e Ricerca, Presidente Comitato Unico di Garanzia, Referente in tema di "Violenza alle donne" e Medicina di Genere, presso l'Azienda Socio-Sanitaria Territoriale di Lecco.

Celestino Danesi. Formatore e orientatore, ambito adulti. Si occupa di progettazione formativa per agenzie per il lavoro, aziende e per organizzazioni del Terzo settore. Freelancer. Cultore della materia di Educazione degli adulti e di Educazione degli adulti (Prof. ssa M. Castiglioni) Università degli Studi di Milano-Bicocca.

Martino Gozzi. Laureato in filosofia, ha pubblicato il suo primo romanzo, *Una volta Mia* (peQuod), nel 2004. Ha lavorato come ghostwriter e ha tradotto, per varie case editrici, diversi autori inglesi e statunitensi, tra cui Marlon Brando, Keith Richards e Steve Earle. Con Feltrinelli ha pubblicato *Giovani promesse* (2009) e *Mille volte mi ha portato sulle spalle* (2013). Con Bompiani, *Il libro della pioggia* (2023). Coordina le attività didattiche della Scuola Holden e dirige il master biennale Daimon.

Chiara Grigolato. Laureata in Scienze dell'Educazione e con una formazione accademica in recitazione, intreccia arte ed educazione nella progettazione e conduzione di laboratori creativi ed eventi culturali.

Lorena Lerro. Laureata in Scienze dell'Educazione-Università degli Studi di Milano-Bicocca. Da sempre interessata alle dinamiche educative e sociali, ha preso parte al progetto “Young Milano”, volto a raccontare la città di Milano attraverso lo sguardo degli adolescenti. Attualmente lavora come educatrice. Accanto all'impegno professionale, coltiva la passione della fotografia, che utilizza come strumento di osservazione e narrazione del reale.

Roberto Melloni. Psicologo Psicoterapeuta.

Michela Moratello. Laureata in Scienze dell'Educazione, educatrice presso la Casa Alloggio “Arcobaleno” (CO). Ha una formazione come ballerina.

Don Gino Rigoldi. È stato cappellano dell'IPM “Cesare Beccaria” dal 1972 al 2024. Si è sempre occupato di giovani e famiglie in difficoltà con le organizzazioni da lui fondate. È presidente del Comitato di Garanzia della Fondazione a lui intitolata.

Susanna Ronconi. Ricercatrice, formatrice e attivista nei contesti dei consumi di droghe, delle marginalità urbane e del carcere, in particolare, con un'ottica di genere. Esperta in metodologie della ricerca qualitativa e dell'autobiografia.

Silvana Quadrino. Pedagogista, psicologa, psicoterapeuta della famiglia. Ha fondato nel 1989 l'Istituto CHANGE di Torino, che da allora diffonde la cultura della comunicazione e della narrazione con progetti formativi e iniziative culturali rivolte a professionisti sanitari e sociali, educatori, insegnanti ecc. Docente di Medical Humanities e di tecniche di comunicazione in numerosi Master e Corsi universitari, autrice di articoli e testi sugli stessi temi www.silvana-quadrino.it

Domenica Taruscio. Laureata in Medicina e Chirurgia, già Dirigente di ricerca e Direttrice del Centro Nazionale Malattie Rare all'Istituto Superiore di Sanità, è Presidente del Centro Studi KOS - Scienza, Arte, Società. Svolge attività di ricerca, formazione e infor-

mazione in sanità pubblica, soprattutto, rivolta a persone con malattie rare. Si occupa di welfare culturale utilizzando i nuovi approcci di One Health e Scienza Partecipata.

Contemporaneità e Nuove Adulità

L'elenco completo delle pubblicazioni
è consultabile sul sito

www.edizioniets.com

alla pagina

<https://www.edizioniets.com/view-Collana.asp?col=Contemporaneita%27 e Nuove Adulita%27>



Pubblicazioni recenti

7. Micaela Castiglioni (a cura di), *Educar(si) alle solitudini contemporanee*, prefazione di Duccio Demetrio, 2025, pp. 236.
6. Micaela Castiglioni, Susanna Ronconi, Grazia Zuffa (a cura di), *Donne oltre il carcere. Percorsi di self-empowerment delle donne detenute*, 2025, pp. 188.
5. Barbara Mapelli, *Etiche eccentriche. L'uscio stretto della normalità*, prefazione di Micaela Castiglioni, con scritti di Giuseppe Burgio, Mauro Muscio, Claudio Nader, 2025, pp. 160.
4. Roberto Melloni, *Prima che i fiori di plastica appassiscano. Note sul mutamento del cambiamento*, 2024, pp. 116.
3. Claudio Cippitelli, Susanna Ronconi (a cura di), *A casa di mia sorella, niente. La vita e i consumi delle persone che usano droghe durante il lockdown. Una ricerca qualitativa*, 2022, pp. 264.
2. Marianna Capo, *Storie di vita e conoscenza di sé. L'esperienza del Progetto OPENN*, 2023, pp. 228.
1. Micaela Castiglioni (a cura di), *Per una pedagogia dei transiti nell'età adulta*, 2021, pp. 224.

Edizioni ETS

Palazzo Roncioni - Lungarno Mediceo, 16, I-56127 Pisa

info@edizioniets.com - www.edizioniets.com

Finito di stampare nel mese di ottobre 2025