Zeitschrift: Jahresbericht des Bündnerischen Lehrervereins
Herausgeber: Bündnerischer Lehrerverein
Band: 43 (1925)

Artikel: La suggestione e l'autosuggestione nell' educazione del fanciullo
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-146626

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 12.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

La suggestione e l'autosuggestione nell' educazione del fanciullo.

Un Francese divenuto molto popolare in tutta l'Europa, negli ultimi anni, è certamente Coué di Nancy. Il suo metodo ha sollevato innumerevoli critiche, ma ha avuto un successo incontestabile. Non è un soggetto nuovo che tratta quest'uomo, ma un soggetto che data da che esiste il mondo. È cosa nuova solo nel senso che Coué seppe volgarizzarla. Difatti l'autosuggestione è uno strumento che noi possediamo dalla nascita e questo strumento o meglio questa forza è dotata di una potenza inaudita che secondo le circostanze produce i migliori od i peggiori effetti.

La conoscenza di questa forza è utile a ciascuno di noi, ma è più particolarmente indispensabile ai medici, ai magistrati, agli avvocati e sopratutto agli educatori della gioventù.

La suggestione è una funzione psico-fisiologica che esiste in noi tutti e che perciò dev' essere educata. Si distinguono due specie di suggestione:

a) La suggestione spontanea che si produce in un individuo senza l'intervento di alcuno e senza l'intenzione dell'individuo stesso (p. es. il timore di balbettare, fa balbettare ancor di più):

b) La suggestione applicata che è praticata intenzionalmente collo scopo educativo o curativo e che si suddivide pure in due categorie:

1. suggestione provocata;
2. suggestione riflettuta.

La prima è prodotta coll' intervento di un suggestionatore, sia allo stato di veglia o nello stato ipnotico ed è la suggestione classica.

La seconda si determina liberamente in se stesso, è l'autosuggestione propriamente detta, per mezzo della quale ognuno può

ottenere il dominio del proprio spirito, dei suoi nervi e in buona parte il dominio del proprio organismo.

Alla suggestione riflettuta vorrei dare in queste brevi pagine il posto d'onore.

Per quanto concerne l'educazione dei fanciulli lascio parlare il Coué stesso:

„Dire che l'educazione dei fanciulli dovrebbe cominciare prima della loro nascita, sembra a prima vista un paradosso, ma sta il fatto che se una madre, a cominiciare da poche settimane dopo il concepimento, si fa una viva immagine del sesso della creatura cui darà vita e delle qualità fisiche e morali ch' ella desidera al suo nascituro, e se continua durante la gestazione a coltivare queste immagini mentali, l'essere che nascerà avrà il sesso e le qualità desiderate.

Le donne spartane generavano fanciulli robusti, che diventavano poi temuti guerrieri, perchè il loro più profondo desiderio era quello di dare di tali uomini alla patria, mentre che ad Atene le donne generavano esseri intellettuali nei quali le doti della mente sorpassavano di gran lunga le qualità fisiche.

Il fanciullo così procreato sarà quindi più atto ad accettare facilmente le buone suggestioni che gli verranno fatte ed a trasformarle in autosuggestioni che determineranno più tardi la condotta della sua vita. Poichè è necessario sapere che tutte le nostre parole e tutti i nostri atti non sono che il risultato di autosuggestioni causate, per la maggior parte, dalla suggestione del l'esempio e della parola.

Che cosa dovrebbero quindi fare i genitori ed i maestri per evitare di provocare cattive suggestioni nei fanciulli e sostituirle con delle buone? Essere sempre sereni verso di essi, di eguale umore, e parlare loro con tono dolce e fermo allo stesso tempo. Così si inducono all' obbedienza senza provocare in essi la tentazione di resistere.

Ma sopratutto, si eviti di trattarli con asprezza poichè si corre il rischio di determinare in essi l'autosuggestione di timore, accompagnata da risentimento.

Evitare anche, con cura, di parlar male di qualunque persona, cosa che avvienne cosi sovente nei nostri salotti dove, senza sembrare e col più mellifluo sorriso si demolisce qualche buona amica

assente. Fatalmente i fanciulli seguirebbero questo esempio funesto che potrebbe avere, più tardi, delle gravi conseguenze.

Risvegliare in essi il desiderio di conoscere le cose della natura, cercare d'interessarli dando loro molto chiaramente, tutte le spiegazioni possibili impiegando sempre un tono dolce e sereno.

Sotto nessun pretesto non dite mai ad un fanciullo: „Tu non sei che un pigro, un fanullone, buono a niente ecc." perchè questo serve a far nascere o a coltivare quei difetti che gli si rimproverano.

Se un fanciullo è pigro e fa malamente i compiti ditegli, qualche volta, anche se ciò non è vero: „Oh, oggi hai fatto meglio degli altri giorni, bravo ragazzo mio." Il fanciullo lusingato da questa lode alla quale non è avvezzo, lavorerà certamente con miglior voglia la prossima volta e a poco a poco, in virtù degli incoraggiamenti dati con discernimento, arriverà a divenire realmente un lavoratore.

Evitare assolutamente di parlare di malattie innanzi ai fanciulli poichè ciò potrebbe facilitare l'apparizione di alcune di esse.

Apprendere loro invece che la salute è lo stato normale e naturale dell' uomo e che la malattia è un' anomalia, una specie di decadimento, di regresso che si eviterà vivendo sobriamente e regolarmente.

Non creare dei difetti in essi, insegnando loro a temere una cosa o l'altra, il freddo, il caldo, la pioggia, il vento, ecc.; l'uomo è fatto per sopportare tutto ciò senza soffrirne e senza dolersene.

Non rendere timorosi i fanciulli con racconti di fantasmi, di orco o di lupo mannaro, poichè la paura, contratta nell' infanzia, può persistere anche più tardi.

Coloro quindi che non allevano da se stessi i loro figlioli, debbono mettere molta attenzione nella scelta delle persone alle quali li affidano. Non basta che queste persone amino i fanciulli, ma bisogna anche che esse abbiano le qualità che si desidera vengano in possesso dei fanciulli.

Risvegliare in essi l'amore al lavoro e allo studio rendendoli loro facili, spiegando le cose chiaramente ed in maniera piacevole, cercando d'introdurre nelle spiegazioni, qualche cosa d'interessante così da far loro desiderare la lezione seguente.

Imprimere sopratutto nelle loro menti che il lavoro è indispensabile all' uomo, tanto per la sua salute fisica che morale; che colui che non lavora è inutile alla società; che qualunque lavoro nobilmente compiuto procura, a chi lo eseguisce, una soddisfazione sana e profonda, mentre l'ozio, tanto desiderato da alcuni, crea la noia, la nevrastenia, il disgusto della vita, e conduce al vizio ed al delitto coloro che non hanno i mezzi di soddisfare le passioni create dall' ozio.

Insegnare ai fanciulli ad essere sempre cortesi e gentili con tutti, e più specialmente verso coloro che la natura ha posto in una classe inferiore alla loro; a rispettare la vecchiaia e a non prendersi giuoco dei difetti fisici e morali che l'età avanzata porta sovente con sè.

Apprendere loro ad amare il prossimo senza distinzione di classe, ad essere sempre pronti a soccorrere chi è in bisogno, ed a non temere di spendere il proprio tempo ed il prorio denaro per lui; coltivare, infine, quel sacro principio (che solo potrà redimere il mondo) di pensare più agli altri che a se stessi.

Così operando essi sentiranno una soddisfazione ed una gioia interiore, che l'egoista cerca sempre, ma che non potrà mai trovare. Sviluppare nei fanciulli la fiducia in se stessi, insegnar loro che prima di fare una cosa essa deve essere sottoposta al controllo della ragione, evitando cosi di agire impulsivamente, e dopo di averla ben ponderata prendere una decisione sulla quale non si deve più ritornare a meno che non sorga un fatto nuovo o che sia provato l'errore della premessa."

Nella suggestione riflettuta non abbiamo la manomissione sulla personalità del soggetto: è anzi un' educazione dell' autosuggestione. Del resto lo stato ipnotico (solo caso ove si sarebbe in diritto di temere la manomissione) si rivela in generale accessorio per gli adulti e ancora più accessorio per il fanciullo, di cui la suscettibilità è molto grande allo stato di veglia. Questa grande suscettibilità è una ragione per cominciare l'educazione dell' autosuggestione già dall' infanzia. L'applicazione della suggestione al fanciullo incontra una forte resistenza nel publico, ma interpretando la suggestione come una educazione dell' autosuggestione, mi sembra che si deve trovare meno opposizione.

Dice Herbert Parkin: „L'uso cosciente dell' autosuggestione dovrebbe essere insegnato ai fanciulli nelle nostre scuole pubbliche."

La suggestione dovrebbe avere un posto d'onore nell' educazione. Per mezzo di questa il fanciullo non imparerà solo il dominio di sè, ma svilupperà le sue forze fisiche, lotterà contro le malattie, e perfezionerà in proporzioni grandi le sue capacità di lavoro in tutte le materie e in modo speciale la memoria e l'attenzione. Imparerà particolarmente ad amare il suo lavoro. Colla suggestione si intraprenderà una lotta efficace contro le cattive abitudini e difetti del fanciullo, che sono del resto il frutto di false suggestioni anteriori. Così il metodo suggestivo dovrebbe divenire un capitolo speciale della pedagogia e sarebbe l'ausiliare dell' educazione e dell' istruzione. Guyan osservava con finezza: „E' un errore, quando il fanciullo ha commesso un fallo, di qualificarlo: Tu sei goloso, bugiardo, cattivo. — Si arrischia di far sì che il fanciullo si considrei in avvenire come tale. Più confacente è di stupirsi che un si bravo ragazzo abbia potuto far credere di essere bugiardo, mentre sappiamo che non lo è."

Froebel ha delle osservazioni analoghe: „E' sovente l'educatore stesso che ha reso il fanciullo cattivo, attribuendogli cattive intenzioni in azioni che ebbero conseguenze funeste ma ch' egli aveva commesse perchè non ne conosceva la portata, per imprevidenza, per irriflessione e mancanza di giudizio.

Ho avuto occasione di esperimentare l'autosuggestione nella scuola, a mezzo di formule che si ripetevano varie volte, singolarmente e in comunione, e l'effetto non tardò. Posso accennare ad un caso fisiologico tipico, corretto con effetto colla suggestione Si tratta di una ragazza di 16 anni che morde le sue unghie fin dall' infanzia. I genitori fecero tutto il loro possibile per correggere la ragazza, ma ogni sforzo fu infruttuoso. A mezzo dell' autosuggestione, dopo circa una settimana la giovinetta è curata completamente e non morde più le sue unghie. Così potrei enumerare una quantità di altri esempi: a mezzo della suggestione, certi difetti furono tolti o in parte corretti.

Il sonno, regno dell' incoscente è una condizione favorevole alla suggestione. Si può utilizzare metodicamente come ausiliare della suggestione:

1. il sonno naturale.
2. il sonno provocato o ipnotico.

È del primo che intendo accennare.

Ogni notte, quando il fanciullo dorme, approssimarsi cautamente al suo letto per non svegliarlo, fermarsi a circa un metro da lui e ripetere da quindici a venti volte, sottovoce (mormorando) le cose che si desiderano da lui. Qui ci vuol costanza, perseveranza e fiducia, se non riesce in una settimana, si continua finchè l'effetto si farà sentire. Questo procedimento è consigliato dal Baudouin, professore all' istituto Jean-Jacques Rousseau di Ginevra e volgarizzato dal Coué.

Ad onta di questa forma di suggestione il fanciullo dovrà essere tenuto a praticare l'autosuggestione. Ed ora ci facciamo una domanda. Non abusiamo cosi della suscettibilità del fanciullo? Lo si pensa facilmente, e di là gli ostacoli che si incontrano e di cui parlai sopra.

Bisogna distingure due nozioni importanti.

Accettabilità e suscettibilità del soggetto:

a) un' idea proposta o imposta è accettata dallo spirito del soggetto;

b) quest' idea accettata si realizza.

Questi due tempi, accettazione e realizzazione noi li troviamo in tutti i fatti più classici della suggestione.

Per parlare dell' autosuggestione in generale accenneremo a Dante, canto 24, v. 34/78: il passo è significativo e dimostra come il gran poeta riconosceva l'importanza e l'immenso valore dell' autosuggestione che ci permette di vincere le difficoltà. Questo passo è la descrizione della dura ascensione a cui Dante e la sua guida furono costretti nei cerchi delle Malebolge. Egli confessa che, in seguito ai suoi sforzi, egli era così abbattuto che fu costretto a sedersi per riposare. Virgilio allora rivolgendosi a lui gli disse:

„O mai convien che tu così ti spoltre,
Disse il maestro, ché seggendo in piuma,
In fama non si vien, né sotto coltre:
Senza la qual chi sua vita consuma
Cotal vestigio in terra di sé lascia,
Qual fumo in aere od in acqua la schiuma,
E però leva su, *vinci l'ambascia*

Con l'animo che vince ogni battaglia
Se col suo grave corpo non s'accascia".

Ora riprendi coraggio, disse il maestro, non è rimanendo in un letto di piume che si giunge alla gloria. Quegli che consuma così la sua vita non lascierà sulla terra più traccia di sè che il fumo nell' aria o la schiuma sull' acqua.

Dunque, alzati scaccia la tua angoscia col corraggio che vince la battaglia, allorquando non si soccombe sotto il peso del proprio corpo! Dante capiva chiaramente come l'immaginazione può dominare la fatica fisica e far dileguare il timori. Più in là Dante domanda alla sua guida di riprendere la marcia e si alza.

„Va, ch' io son forte ed ardito".

Opere che servirono di guida:

Psychologie de la suggestion et de l'autosuggestion de Mr. Ch. Baudouin, Genève.

La maitrise de soi-même: Coué, Nancy.

Bulletin de la Société Lorraine de Psychologie, Nancy.