

Socialità, relazioni e poteri: la mensa come laboratorio di convivenza (e di conflitto)

La mensa scolastica è uno degli spazi sociali più vivaci e complessi della giornata dei bambini. Qui si intrecciano relazioni tra pari, rapporti di potere tra adulti e bambini, dinamiche di inclusione ed esclusione, rituali e regole formali e informali. Per molti bambini, il pranzo è prima di tutto un'occasione per stare con gli amici: parlare, ridere, condividere piccoli segreti, scambiarsi il cibo, osservare ciò che fanno gli altri. In un contesto scolastico in cui la parola è spesso regolata o limitata, la mensa appare come un tempo più libero in cui esprimersi con spontaneità.

La possibilità di scegliere con chi sedersi è un momento significativo: attraverso questa scelta si consolidano alleanze e amicizie, si costruiscono appartenenze, ma possono anche emergere esclusioni o gerarchie. Le pratiche di scambio del cibo — passare un pezzo di pane “di nascosto”, cedere ciò che non piace, offrire una parte della propria porzione — sono modalità con cui i bambini costruiscono legami, negoziano ruoli e definiscono confini sociali. Queste micro-interazioni rivelano molto sul modo in cui i bambini vivono la socialità.

Gli insegnanti osservano spesso che la mensa è un contesto in cui emergono dinamiche che in classe restano invisibili. Qui possono manifestarsi episodi di esclusione, derisione legata al cibo — quando un piatto viene considerato “strano” o “puzzolente” — o situazioni di prevaricazione e prepotenza. Allo stesso tempo, la mensa è anche un luogo in cui si sviluppano gesti di cura: bambini che aiutano un compagno in difficoltà, che rincuorano chi non vuole assaggiare un piatto, che condividono spazio e attenzione. Molti insegnanti iniziano a considerare il pranzo come un vero osservatorio relazionale, utile per comprendere meglio i vissuti dei bambini e rafforzare il lavoro educativo.

Dal punto di vista dei genitori, la mensa può suscitare sentimenti contrastanti. Da un lato, rappresenta un'importante opportunità di socializzazione: i figli imparano a stare con gli altri, a rispettare tempi e regole condivise, a gestire emozioni e conflitti. Dall'altro, molti genitori temono che i figli possano sentirsi esclusi, soprattutto quando non partecipano alla mensa per motivi economici, religiosi o culturali, oppure quando il loro cibo è percepito come “diverso” da quello dei compagni. In alcuni casi, la preoccupazione principale non riguarda tanto ciò che i figli mangiano, quanto il loro sentirsi parte del gruppo.

All'interno di queste dinamiche, il ruolo degli adulti — insegnanti e personale della mensa — è fondamentale. Le regole che orientano il comportamento a tavola (“non alzarsi”, “non parlare troppo forte”, “finire tutto”, “stare composti”) sono pensate per garantire sicurezza e ordine, ma possono influenzare significativamente la qualità dell'esperienza dei bambini. Un uso eccessivo di direttive rischia di trasformare il momento del pasto in un tempo controllato e poco piacevole, spostando l'attenzione dal piacere del mangiare insieme all'obbligo di “comportarsi bene”.



Al contrario, gli adulti che accompagnano il pasto con un atteggiamento accogliente — rispettando i tempi dei bambini, incoraggiando senza forzare, ascoltando ciò che viene detto e ciò che rimane inespresso — contribuiscono a creare un clima in cui i bambini si sentono liberi di assaggiare, parlare, chiedere aiuto e condividere le proprie emozioni. Il modo in cui gli adulti gestiscono lo spazio della mensa può favorire l'inclusione o, al contrario, amplificare disagi e tensioni.

Riconoscere la mensa come laboratorio di convivenza significa quindi valorizzare il pasto non solo come momento nutrizionale, ma come spazio in cui si imparano le regole del vivere insieme: gestire i tempi, rispettare le differenze, riconoscere il lavoro di chi prepara il cibo, prendersi cura degli spazi comuni, includere chi è ai margini, negoziare conflitti e difficoltà. In questo senso, il pranzo scolastico rappresenta una forma concreta e quotidiana di educazione alla cittadinanza, non astratta ma incarnata nei gesti, nelle parole e nelle relazioni.

