

Mamma, può succedere anche a noi?

Per un bambino, temere un terremoto o un attentato non è “normale” come avere paura del buio, ma di questi tempi succede quasi altrettanto spesso. E prima o poi, la temutissima domanda arriva. Una scrittrice l’ha presa di petto. E ha provato a rispondere

di Paola Maraone

«Ma le mie paure saranno le stesse che albergano nel cuore delle altre madri?». Se lo chiede Simona Sparaco in *Cose da grandi* (Einaudi), un libro esile solo nel numero di pagine, scritto in presa diretta, per colmare un’urgenza: «Accidentalmente mio figlio di quattro anni la scorsa estate ha visto in tv le immagini della strage di Nizza. E poi il 24 agosto, proprio il giorno del suo compleanno, la terra ha tremato: era il terremoto». A fare un (doveroso) sforzo di memoria, andando indietro nel tempo di decenni e poi secoli, dobbiamo riconoscerlo: non stiamo vivendo nel peggiore dei mondi o dei periodi possibili. «È vero però che siamo tutti più esposti», dice Sparaco. «Prima del Web, le immagini scioccanti erano più nascoste; oggi la tragedia è un continuum impietoso, narrato senza sosta, a tutto tondo».

C’è un’altra questione, quell’alzarsi continuo dell’asticella dell’orrore. Nel caso degli attentati: che il tuo nemico voglia la tua morte assieme alla sua va contro le regole di ogni fiaba. «Questo trascende il senso di ogni narrazione, prevale sull’umana compassione. Al mio bambino dico: dentro la testa del terrorista non c’è più nulla che appartenga a questa vita. Il terremoto, invece... è un’altra cosa, ci dice che la terra che ci nutre può inghiottirci in un baleno». Entrambi gli eventi, è chiaro, sono uno schiaffo che mozza il respiro: «Mio figlio è ancora un bimbo coi dentini sporgenti per via dell’abuso di ciuccio, ma la sua vita richiederà continui cambiamenti, deve già essere coraggioso e pronto». Proprio come tutti i figli del mondo.

Freud le chiamava «le enigmatiche fobie del bambino» e questa



definizione che oggi suona buffa aiuta a mettere a fuoco al volo una questione: ci sono paure tanto normali da non avere origine come «il buio, l'estraneo, l'essere lasciato solo», ricorda Amedeo Bozino Resmini, psicologo e psicoterapeuta, responsabile del Centro psicologia della famiglia di Milano. Poi quel resto che a tutti noi frana addosso: il terremoto, la valanga, l'Isis cattivo raccontato dai compagni a scuola come l'uomo nero che in ogni momento arriva e ti porta via.

«È questa la paura che scivola dentro i bambini, viscida e quatta», dice ancora Simona Sparaco. Ma poi si ferma, ragiona, ammette: «Certo: la paura è qualcosa su cui la tua mamma per prima, figlio mio, tentenna. Io te la proietto addosso per mia colpa. Ecco il punto da cui partire, la base comune da cui, assieme, affrontare le tempeste». Racconta Bozino Resmini: «Uno studio inglese mostra bambini piccoli che gattonano verso la madre buttandosi in un finto precipizio, in realtà coperto da una lastra di vetro. Se la mamma è tranquilla il bambino va da lei senza esitare. Se mostra ansia, s'inchioda».

E dunque, ecco il messaggio. Nonostante le nostre spesso goffe e sfilacciate reti di protezione, prima o poi «i bambini captano il male del mondo», continua Bozino Resmini. «E sappiamo che negare l'evidenza o mentire è sbagliato. Quel che possiamo dire a un figlio però è: non ti preoccupare. Ce ne occupiamo noi adulti. Siamo qui per

proteggerti, per starti vicino». Dunque basta, e serve, camminare al fianco dei nostri piccoli? «Sì ma con coerenza. Se con la voce rassicuro ma mentre parlo tremo, il messaggio non passa. C'è un film, *La storia del cammello che piange*, che mostro spesso ai miei piccoli pazienti: racconta di un cammello albino abbandonato dalla madre e poi salvato dai pastori. Che infine decidono di aiutare la madre, perché trovi in sé la forza di allattare il figlio. È confortando lei, curando il suo trauma, che risolvono il problema del piccolo».

Le immagini di Nizza o della Siria, la terra che si squarcia, la natura che devasta. Ecco la madre di tutte le paure: il trauma. Spiega Cristiana Dentone, presidente della Sipem, Società italiana di psicologia dell'emergenza: «È un incontro con ciò che non si riesce neppure a immaginare, che non è comprensibile né "lavorabile" attingendo al proprio background di esperienze. La realtà che conosciamo perde di coerenza interna. I bambini sono una fascia debole, vanno aiutati, anche se sono "solo" spettatori a distanza di un evento traumatico, per esempio mediato dalla tv. Temono possa accadere anche a loro, certo. Allora è utile farli partecipare emotivamente con gesti solidali, piccoli regali o disegni da mandare a chi della catastrofe, invece, è vittima diretta.

E se il bambino ha proprio questa sfortuna? «Nelle ultime, drammatiche settimane, noi psicologi dell'emergenza ne abbiamo seguiti tanti da vicino», racconta

Dentone. «Per ogni bambino consideriamo l'età, lo sviluppo cognitivo, le caratteristiche della sua rete di affetti. Di base c'è che il lavoro con i piccoli è importante. Ma quello con genitori e insegnanti è essenziale. Se il bambino capta nell'adulto di riferimento agitazione, la paura si amplifica. Se invece trova in lui una base sicura, può mobilitare risorse interiori che nemmeno pensava di avere». Ricorda Bozino Resmini: «La "buona" paura esiste ed è quella che ci permette la percezione del pericolo». Ciò che non ci paralizza ci

«I bambini captano il male del mondo. E noi sappiamo che mentire è sbagliato. Quel che possiamo dire loro è: non ti preoccupare. Noi adulti siamo qui per questo»




CARO FIGLIO TI SCRIVO
Il nuovo libro di Simona Sparaco, *Sono cose da grandi* (Einaudi) è scritto sotto forma di una lettera al figlio, per aiutarlo a combattere le sue paure.



permette di fuggire. E di metterci in salvo. «In realtà il bambino conosce bene i temi della morte e della guerra e li inscena nel gioco, la sua forma di espressione». Giocando, le paure si esorcizzano: l'hanno fatto persino i bambini incastrati nell'hotel Rigopiano, in attesa di essere recuperati dai soccorritori. «A me invece aiuta scrivere», dice Sparaco. «Sono sempre stata fifona. Da che lo portavo in grembo mi sono misurata con l'urgenza di proteggere mio figlio. È la paura più grande di una madre: consegnare il proprio

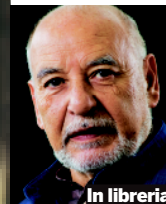
bambino al mondo».

Oggi come ieri, noi siamo il dizionario che traduce i timori in affetti, trasforma i mostri in ninnenanne. «Come Benigni, che in *La vita è bella* elabora il campo di sterminio per suo figlio. Non lo nega: lo racconta diverso», ricorda Bozini Remmino. «Non posso cancellare la paura dai suoi occhi ma posso imparare a dosarla dentro di me», dice Sparaco. Ricordando che la paura, fino a un certo livello almeno, «è come la polvere: aiuta a costruire anticorpi». 

LE PAROLE PER DIRLO

Come spiegare il terrorismo ai nostri figli, senza farli vivere nella paura? Lo scrittore

Tahar Ben Jalloum ha una sua idea. Che espone a Gioia!



In libreria

Tahar Ben Jalloum, 72 anni, marocchino. Sotto, il suo ultimo libro: *Il terrorismo spiegato ai nostri figli* (La nave di Teseo).

Vent'anni fa il suo libro sul razzismo spiegato alla figlia di dieci scalò le classifiche. Oggi

Tahar Ben Jalloum riprende la forma del dialogo immaginario per capire come si può spiegare il terrorismo ai più giovani. Gli abbiamo chiesto quale sia il modo migliore di proteggere i nostri figli dalla paura del

pericolo, vicino o lontano.

Ormai le notizie arrivano ai bambini dai media: noi come possiamo intervenire?

Le immagini violente vanno evitate comunque, la verità si può dire anche in modo diplomatico. Senza la crudezza dei media. Questo è un percorso che suggerisco. Prima di tutto bisogna valutare quanto il bambino sia in grado di capire quello che vogliono dirgli i genitori. Poi va rassicurato. Deve sapere che i genitori saranno sempre pronti ad aiutarlo in caso di difficoltà. Il compito più impegnativo è fargli capire che nella vita è normale che accadano cose belle, ma anche brutte. Infine si può affrontare il tema del terrorismo, la sua crudeltà, le ragioni e da dove viene.

La paura del terremoto è ancora presente nei bambini delle zone colpite: come spiegare loro un mondo dove i disastri sono in agguato?

Il terremoto è una causa naturale, diversa dal terrorismo: la gente muore, è vero, ma non per colpa di altri uomini. I bambini devono affrontare la complessità della vita, la natura è dolce ma può essere anche violenta. E il terremoto è un avvenimento raro, eccezionale.

Qual è il compito della scuola nella gestione della paura dei bambini?

I genitori hanno il compito di rassicurare, la scuola di spiegare in generale e nel particolare, soprattutto le notizie e le immagini dei media. Il mio consiglio è di non aspettare un attentato o una catastrofe naturale per parlare di queste cose ai bambini. Bisogna prepararli a una vita dove tutto può succedere. L'importante è non nascondere mai la verità o edulcorarla.

Ornella Ferrarini

Tahar Ben Jalloum
Il terrorismo spiegato ai nostri figli

Ai nostri figli va detta la verità: hanno bisogno di parole scelte con cura.