

Il senno di prima
Appunti di Fulvio Scaparro



Cosa vuol dire 'pace' per un bambino [\[1\]](#)

3

Negli ultimi anni [questo articolo è stato scritto nel 2004] nelle nostre famiglie è entrata di nuovo con prepotenza la parola 'guerra', a seguito di fatti internazionali che hanno visto anche il nostro Paese coinvolto direttamente in quanto parte della NATO o indirettamente in gravissimi fatti bellici.

Un'altra parola che è diventata di tragica attualità è 'emergenza'. Parliamo di emergenza quando ci troviamo d'improvviso davanti a un fatto inaspettato di eccezionale gravità per il quale non abbiamo al momento adeguate contromisure e che ci dà un penoso senso di impotenza.

In queste condizioni di solito l'essere umano rivela il peggio e il meglio di sé. Per limitarmi al meglio, l'emergenza fa scattare una serie di reazioni naturali che non sono solo la fuga, il terrore o il panico, ma anche reazioni di protezione quasi automatiche nei confronti dei bambini. Molte madri e padri mi hanno raccontato che, alle prime notizie sconvolgenti trasmesse dalle televisioni e dalle radio, il loro primo pensiero è corso ai figli, pur sapendo che in quel momento non correvano alcun pericolo. È da questa naturale disposizione a proteggere i più piccoli che dobbiamo partire se vogliamo capire che cosa fare per aiutare bambini e ragazzi a non subire conseguenze troppo negative dalle immagini e dalle

notizie e a trasformare una drammatica esperienza in un'occasione di crescita.

Intanto è bene che i bambini non siano lasciati soli davanti alla tv, che non vengano esposti a immagini raccapriccianti e a scene di dolore e disperazione e che comunque si stia accanto a loro per raccogliere le loro domande e contenere le loro ansie. Va però ricordato che più un bimbo è piccolo e più le sue reazioni dipendono da quelle delle persone alle quali + più legato. Se siamo sconvolti o disperati e non riusciamo a controllare queste reazioni, non possiamo evitare di trasmettere ai più piccini disperazione, ansia e angoscia. I genitori, nelle prime fasi dello sviluppo dei figli, dovrebbero fungere da filtro o da ammortizzatore tra i bambini e la realtà per evitare un impatto troppo duro e insostenibile per personalità non formate.

Per i più piccoli contano i gesti, il contatto fisico, le atmosfere casalinghe, il mantenere i ritmi e le abitudini di tutti i giorni, più che le parole e le spiegazioni. Ogni nostro intervento deve lasciare loro lo spazio alla speranza e al cambiamento. Questa apertura alla speranza deve caratterizzare anche il rapporto di genitori ed educatori con i bambini più grandi e i ragazzi. Di fronte all'emergenza hanno certo bisogno di rassicurazioni, ma anche di essere aiutati a capire cosa succede. Quindi consideriamo una fortuna il fatto che si e ci pongano domande, che cerchino spiegazioni, che parlino liberamente di ciò che accade e di ciò che provano, dando così spazio alle loro emozioni. Se non siamo d'accordo con le loro interpretazioni non impediamogli di esprimersi, ma diamo il nostro parere con pacatezza e senza imporre d'autorità le nostre opinioni e le nostre ideologie. Trasmettiamo loro anche i nostri dubbi e le nostre incertezze sull'interpretazione dei fatti e cerchiamo insieme risposte convincenti.

L'emergenza deve unirici, deve rinforzare legami di solidarietà e non essere un'occasione di divisione e litigi. E, soprattutto, sforziamoci di comunicare ai ragazzi si deve certo rispondere mettendo gli autori in condizione di non nuocere, ma occorre anche capire le ragioni di tanto odio e, nel nostro piccolo, farci portatori di pace. Evitiamo cioè messaggi di rabbia, propositi di vendetta generalizzata, manifestazioni di disprezzo nei confronti di popoli e culture diverse dalle nostre. In ogni momento teniamo presente che nel nostro Paese, nella nostra scuola, forse nel nostro stesso palazzo, ci sono bambini e ragazzi appartenenti a quelle culture che non hanno fatto nulla per meritarsi di essere trasformati, loro e le loro famiglie, in capri espiatori e diventare oggetto di scherno e disprezzo. Genitori ed educatori non dimentichino che odio chiama odio ed è noto da tempo immemorabile che l'odio e la paura non sono compatibili con l'educazione.

Ai bambini e ai ragazzi si può ben dire che l'obiettivo dei terroristi è seminare paura, angoscia, rabbia incontrollata, insicurezza. Se noi rispondiamo sotto l'influenza di quelle emozioni, facciamo il gioco di chi semina il terrore. Insieme possiamo trovare le ragioni per controllare paura e rabbia, insieme diventiamo più forti e sicuri, insieme potremo sconfiggere chi odia la vita, insieme possiamo trovare le strade della pace nella giustizia. In molte famiglie si vive il clima pesante di tensione, preoccupazione, angoscia e paura, legato non solo al terrorismo e alle guerre in corso, ma anche all'incertezza circa le possibili strade da seguire per raggiungere una pace giusta e duratura. Particolare attenzione va dedicata a chi per età dipende del tutto o in parte da noi adulti e ha bisogno, proprio in queste situazioni, di non essere esposto senza guida né consigli né sostegno affettivo all'angoscia dell'incertezza e della precarietà e alla minaccia della perdita di punti di riferimento stabili. Natura e cultura hanno dato ai genitori o a chi, a qualunque titolo, ha responsabilità educative, il compito di accompagnare bambini e ragazzi nel mondo e di avvicinarli alle diverse realtà dell'esistenza, evitando per quanto possibile un impatto non mediato, troppo duro e quindi insostenibile.

Un giorno, mi auguro, potremo soffermarci più a lungo e con maggiore calma sul fatto che per anni, perfino quando siamo stati coinvolti direttamente in conflitti armati, abbiamo guardato con distacco, per egoismo, indifferenza o quieto vivere, le guerre 'degli altri'. Ma oggi, nelle nostre case, abbiamo se non altro l'opportunità di fare qualcosa di utile per la loro e la nostra crescita favorendo il dialogo con i figli, non eludendo le loro domande, cercando insieme risposte oneste e quindi prive, per quanto possibile, di pregiudizi e stereotipi. Forme e modi del dialogo con i figli variano a seconda della loro età ma in ogni caso non va dimenticato che le nostre paure e le nostre angosce, se non controllate, sono contagiose e che sempre, in ogni comunicazione, è bene cercare insieme motivi di speranza perché a ogni età si reagisce meglio alle difficoltà se si intravede una luce in fondo al tunnel. Il punto di partenza, nelle situazioni di emergenza, è restare -o ritornare- uniti, rinsaldare i legami, non abbandonarsi alla disperazione o all'aggressività incontrollata, dare spazio alla ragione temperata dai sentimenti, aiutarci aiutando chi ha più bisogno.

Non si tratta di fingere sicurezza, ipocrita distacco o sciocco ottimismo davanti ai figli, ma di dimostrare la ferma volontà di non lasciarsi travolgere dagli eventi, di non accettare l'inaccettabile, ma anche di trovare insieme vie di uscita. Se li abbiamo ascoltati forse potremo trovare risposte più adeguate a domande che partono da parole come 'guerra', 'guerra santa', 'terrorismo', 'profughi', 'vittime' e tante altre ancora. Proviamo a rispondere alle loro eventuali domande tenendo presente che i bambini, e spesso anche i ragazzi, non hanno bisogno di

prolisse conferenze né di proclami ideologici, ma di sentirci vicini anche e soprattutto in questi momenti.

Situazioni come quelle che abbiamo vissuto in tempi recenti non mobilitano soltanto paure, angosce e panico. Possono anche riavvicinarci, rinsaldare i nostri legami, spingerci a trovare insieme spiegazioni e motivi di speranza, antiche e collaudate reazioni naturali dell'uomo per far fronte all'emergenza.^[2] Particolare attenzione va riservata ai bambini. Certe immagini traumatizzanti trasmesse dalla Tv non possono essere tollerate dai piccoli vista la difficoltà di inquadrare ciò che vedono in una storia che offra loro motivi di speranza e di cambiamento. Ogni bambino sente la guerra, ogni guerra, da quelle familiari a quelle tra i popoli e alle aggressioni terroristiche come una minaccia radicale alla propria sopravvivenza e non è ragionevole, con la scusa che non devono crescere sotto una campana di vetro, raccontarsi la storia che prima conoscono la realtà e meglio è. Compito dei genitori è accompagnare i figli nel mondo, non spingerli dentro a forza e lasciarli lì indifesi. Diverso è il discorso per i più grandi che devono essere aiutati a leggere e capire la realtà, a ragionare, a discutere, a trovare soluzioni. Perché questo avvenga, i genitori dovrebbero essere in grado di accogliere le ansie dei figli e di esprimere le proprie emozioni in forma controllata, lasciando sempre aperte prospettive di speranza e cercando insieme possibili soluzioni. L'esecrazione dei crimini di terrorismo e la necessità di non accettare supinamente la distruzione delle basi stesse della nostra convivenza non devono far dimenticare ai genitori che nell'odio e nella paura non si cresce, ma si gettano le basi per altre drammatiche giornate. È in queste circostanze che bambini e ragazzi possono scoprire o riscoprire la forza e il valore dello stare insieme, della solidarietà, dell'unità nel combattere le disuguaglianze e le ingiustizie del mondo. Incoraggiamo dunque i nostri figli a parlare, discutere e fare proposte su ciò che oggi vedono e sentono, perché questa, se non altro, è già una prima risposta a chi ha voluto chiudere per sempre la bocca a migliaia di innocenti.

Aveva perfettamente ragione Winnicott quando affermava che i bambini esistono con il loro ambiente e in una rete di relazioni vitali. Per loro, l'interesse superiore è la salvaguardia, nei limiti del possibile, delle componenti positive dei legami e delle relazioni che hanno caratterizzato la loro nascita e la loro crescita. Tra le componenti positive non c'è, oggi come ieri, in alcun modo la guerra in ogni sua accezione, ivi compresa, e in un posto di assoluto rilievo, quella tra i genitori.

Basterebbe rileggersi quanto il pediatra e psicoanalista inglese scriveva negli anni Quaranta dello scorso secolo sulle sue esperienze con i bambini sfollati durante la II guerra mondiale. "Occorre innanzi tutto sapere quale capacità essi abbiano di comprendere la guerra stessa e le sue

cause [...]. Naturalmente, ciò che vale per un gruppo di età non vale per un altro”.

Queste pagine da tempo reperibili in italiano^[3], iniziano con una considerazione illuminante: “I bambini piccoli sono solo indirettamente toccati dalla guerra [...]. Le conseguenze peggiori per loro derivano dalla separazione dalle immagini e dagli odori familiari e talvolta dalla stessa madre e dalla perdita di contatto con il padre [...]”

Già, perché anche per un bimbo di pochi mesi ‘pace’ significa affetti e legami stabili e sicuri, legami con un ambiente che è fatto di oggetti, esseri umani e animali, sensazioni e immagini familiari. ‘Guerra’ è perdita, o rischio di perdita, di tutto questo. I bambini, soprattutto quelli più grandi, questo lo capiscono bene perché, se già non lo hanno sperimentato per le proprie vicende familiari, lo hanno almeno temuto come possibile. Non c’è bambino che, pur crescendo in un ambiente familiare solido e attendibile, non immagini almeno una volta che tutto questo possa d’un tratto finire,

Se si vuole trasmettere ai figli che cosa davvero significhi essere in guerra, non serve parlare loro soltanto dei ‘buoni’ e dei ‘cattivi’, ma è più opportuno partire dal loro concetto di ‘pace’ che, senza eccezioni, è legato all’armonia familiare e alle ‘piccole’ cose che rendono piacevole l’infanzia: gli amici, il gioco, i riti quotidiani che scandiscono la nostra esistenza.

La guerra, ogni guerra, sconvolge i rituali della vita quotidiana, quei rituali che nel loro ripetersi, talvolta monotono e perfino noioso, costituiscono un punto sicuro di riferimento nella vita dei bambini, il segnale che ‘tutto funziona come sempre’. L’attendibilità e la ripetitività dei rituali quotidiani nell’infanzia non impediscono in alcun modo ai bambini di sviluppare e soddisfare la loro curiosità e di diventare un giorno appassionati esploratori del nuovo. Sono il tema sul quale costruire infinite variazioni, un ritmo di base che li rassicura sulla continuità della loro vita.

Qualche tempo fa un grande quotidiano nazionale ha dedicato due intere pagine ai problemi di insonnia e di alimentazione. La coincidenza era casuale ma non mi è parso arbitrario collegare i risultati ai quali sono giunti i ricercatori. Nel primo articolo si affermava che 12 milioni di italiani, soprattutto tra i 48 e i 55 anni, soffrono di insonnia per il rumore e lo stress, ventimila pazienti sono trattati nelle cliniche del sonno e taluni attendono la notte con terrore. Nel secondo articolo, si mettono a confronto la dieta mediterranea e quella proposta dall’americano Atkins per accertarne l’efficacia nel combattere i problemi di obesità e i rischi di malattie coronariche e di tumori. In entrambi gli articoli si forniscono utili suggerimenti per dormire e mangiare meglio ma scarsissima attenzione viene dedicata al ‘come’ ci addormentiamo e mangiamo.

Dei bambini di pochi giorni si dice con una semplificazione che non fa giustizia della complessità della vita dei neonati che sembrano non fare altro che mangiare e dormire. Sto naturalmente parlando dei bimbi che stanno bene in salute e che non vivono in quella gran parte del mondo dove mangiare, bere acqua, e sopravvivere non è affatto scontato. Se potessimo incontrare quei bambini una volta divenuti ragazzi o adulti noteremmo che, nella maggior parte dei casi, il sonno e l'alimentazione non soltanto hanno perduto, come potremmo aspettarci, centralità nella loro vita, ma hanno addirittura subito cambiamenti radicali e, non di rado, negativi.

Nella piccola parte ricca del mondo in cui viviamo si è quasi totalmente perduto il senso, il valore e direi la sacralità dei gesti quotidiani che da sempre si accompagnano al soddisfacimento dei bisogni primari. Occorre tornare, se ancora possibile, a ridare loro il giusto rilievo concedendo gli spazi, i tempi e i rituali che ne hanno per millenni sottolineata l'importanza centrale nella nostra vita.

Si pensi alle conseguenze sulla nostra salute della fretta e della superficialità con le quali tanto spesso ci nutriamo, dormiamo, ci laviamo e così via. Quelle che nel tempo erano considerate attività non solo necessarie per la sopravvivenza, ma una vera e propria benedizione per la quale si avvertiva un senso di soddisfazione e di gratitudine che, per i credenti, era sottolineata da rituali di ringraziamento a Dio, si svolgono oggi nella più totale inconsapevolezza e sono considerate una perdita di tempo e non una occasione per dare sfogo alla nostra vanità e voracità.

Ricordo un insegnamento della saggezza yoga che, a prima vista, appare un'ovvietà, ma che in realtà è un richiamo a prestare attenzione e a ridare valore a ciò che facciamo ogni giorno: "Quando mangi, mangi. Quando dormi, dormi. Quando bevi, bevi...". E oggi, invece, siamo troppo spesso con la testa altrove, quando mangiamo guardiamo la televisione o litighiamo o facciamo una "colazione di lavoro". Quando dormiamo lo facciamo perché siamo esausti o andiamo a letto in uno stato di tensione o dopo aver mangiato e bevuto oltremodo.

I bambini sono molto sensibili ai rituali e sono grati e rassicurati dal ripetersi di gesti che contrassegnano i momenti più importanti della loro giornata.

Innanzitutto il *risveglio*, il passaggio dall'indifferenziato della notte alla coscienza, passaggio che ha tutto da guadagnare dal non avvenire bruscamente senza un minimo di rituale. Poi la *cura di sé*, evacuare, lavarsi o essere lavati, la ripresa di contatto con il proprio corpo.

Segue l'*assunzione di cibo*, uno dei momenti più significativi dal punto di vista affettivo, in cui ci si sente amati e grati verso chi ci dà da mangiare. Il dono del cibo ha da sempre un valore di rito di legame. Mangiare insieme

ha una forte valore associativo e il rifiuto di mangiare in comunità a valenze aggressive ricambiate con altrettanta aggressività. Mi chiedo che cosa sia rimasto, nelle nostre abitudini alimentari del valore pacifico e amichevole del mangiare insieme. Un altro momento importante per bambini e genitori è quello dell'*allontanamento*, per andare a scuola o al lavoro in cui i gesti e le parole sono, o dovrebbero essere, rassicuranti circa la provvisorietà del distacco.

Infine il momento cruciale dell'*addormentamento* dove emerge il tema del passaggio da una forma di vita all'altra, dalla coscienza all'indifferenziato, dell'avvicinamento all'avventura della notte e del sogno in cui siamo solitari protagonisti. In queste circostanze emergono nei bambini le paure e le angosce originarie che vengono da sempre esorcizzate attraverso la vicinanza delle persone care, gesti e parole che sottolineano il lato positivo della notte, un'occasione per sognare, lasciarsi andare, uscire dalla propria dimensione corporea ed entrare in contatto con altri mondi. Addormentarsi bene significa raggiungere una complessa mediazione tra le paure del bambino e quelle dei suoi genitori. E qui fanno la loro comparsa i rituali privati, le fiabe della buona notte, le ninne-nanne, le carezze.

Non sono molti i bambini che crescono con queste attenzioni e non c'è da meravigliarsi se tanti di noi oggi soffrono nel fisico e nella mente perché non danno importanza a quei momenti 'sacri' della nostra vita quotidiana che l'uomo ha sempre considerato un piacere da assaporare nei tempi e negli spazi giusti e con i giusti rituali.

"Ci vogliono i riti..." diceva la volpe al Piccolo Principe. Parole che non valgono solo per i bambini.

Quei bambini che vediamo martoriati o in fuga in tante parti del mondo, che vivono in famiglie in cui manca il minimo necessario alla sopravvivenza o che crescono senza problemi economici ma in un clima altamente conflittuale con genitori in guerra aperta tra loro, incapaci di separarsi senza distruggersi, non hanno nulla di tutto questo. Questa è la guerra per un bambino: un mondo senza mediazioni in cui gli impatti con la realtà avvengono senza ammortizzatori di sorta.

La guerra non scompare per legge, anche se la nostra Costituzione è chiara nel ripudiarla come strumento di offesa alla libertà degli altri popoli e come mezzo di risoluzione delle controversie internazionali. La vita reale rifiuta questa visione magica delle parole e degli aggettivi e non è parlando di pace che cessa la guerra. Questa sorta di pensiero magico mi ricorda ingiunzioni paradossali del tipo "Siate felici! È un ordine!".

Scrivo queste parole per testimoniare, se ce ne fosse bisogno, quanto sia importante che nei momenti di crisi nella vita dei bambini, quando cioè si prospetta realisticamente la minaccia di una separazione da ciò che è loro più caro, per malattia, gravi conflitti famigliari, guerre o calamità, si presti

la massima attenzione nell'evitare separazioni gratuite, tagli bruschi di relazioni vitali, se non dettate da assoluta necessità. Quando parlo di gratuiti attacchi alle relazioni del bambino, ai suoi legami, alle sue radici, intendo riferirmi non soltanto al distacco dai famigliari o dall'ambiente di vita, ma anche al modo in cui ci si rivolge al bambino come se fosse un adulto in miniatura, all'ignoranza delle più elementari nozioni di psicologia dell'età evolutiva, al disprezzo o all'indifferenza per le condizioni dell'ambiente di origine del bambino, in poche parole alla mancanza di rispetto per le particolarissime esigenze della sua età e dello stato di crisi in cui si trova.

La salvaguardia della rete di relazioni del bambino o, comunque, della continuità con il mondo dei suoi affetti, non è qualcosa in più rispetto alla cura: è già buon accoglimento, rientra appieno nel diritto alla salute che è fisica, psichica e relazionale.

Questo spiega perché, per parlare di pace sono partito dall'alba della nostra vita.

Abbiamo visto che nel nostro bagaglio naturale non c'è soltanto la capacità di usare la forza per ottenere quello che vogliamo o, se non ci riusciamo.

L'alternativa della fuga o della resa e sottomissione. Abbiamo anche la capacità di corteggiare, girare attorno, esplorare, cercare un incontro pacifico con l'altro. In poche parole siamo anche capaci di mediare.

La pace non è assenza di guerra, diceva Spinoza, aggiungendo che "la pace è una virtù, uno stato d'animo, una disposizione alla benevolenza, alla fiducia, alla giustizia". Uno stato d'animo e una disposizione che io riscontro in tutti i bambini, anche quando fanno baruffa tra loro, e, passata la tempesta, sono sollecitati a fare la pace. Già, perché la pace non c'è, la pace 'si fa', e una volta fatta non è facile mantenerla perché la pace è fragile. Ne siano o meno coscienti, i bambini sentono che la pace è necessaria per la loro sopravvivenza, come l'aria, il cibo, le cure amorevoli e perfino i 'no' di chi ci vuole bene.

Cercare e praticare vie pacifiche di convivenza significa andare controcorrente rispetto alla bellicosità dominante. Occorrono donne e uomini coraggiosi, capaci di rischiare, ricchi di inventiva, lungimiranti, pazienti, ma anche fermi nel non accettare l'inaccettabile. Un identikit molto simile a quello di un buon genitore.

La riproduzione è consentita purché la fonte venga citata e non modificata in alcun modo. / You can share provided that the source is acknowledged and not modified in any way.

Se preferite non ricevere Il senno di prima, si prega di scrivermi via mail "Cancellami" / If you would prefer not to receive Il senno di prima, please send an e-mail to me indicating "Unsubscribe".