



RUBRICA

“Quello che le dade sanno e consigliano”

“ CI DOBBIAM PASSARE IN MEZZO! ”

La PAURA

In questi giorni vissuti in casa, privati della possibilità di socializzare, di esprimerci, limitati nella nostra libertà ed esposti a notizie sempre poco confortanti, sentiamo dentro di noi crescere inesorabile...la **paura**. Essendo adulti abbiamo però un bagaglio di esperienze e di strumenti a cui attingere per affrontare l'inquietudine, per reagire e reinventarci. Se ci mettiamo invece nei panni di un bambino dobbiamo valutare che egli diventa autonomo solo a partire da un'esperienza di dipendenza in cui l'adulto costituisce un riferimento fondamentale, un modello educativo e fa da filtro per la conoscenza della realtà, interna ed esterna. Per effetto di questo stretto e necessario legame, il bambino diventa sensibile ai cambiamenti d'umore della figura di attaccamento, percepisce le emozioni leggendole sul suo sguardo, le assorbe, ma, ne può venire anche sopraffatto se non messo nelle condizioni di comprendere pienamente. Le **sensazioni di smarrimento e di perdita** che ci colpiscono oggi, derivate da legittime preoccupazioni per il futuro, **il bambino inevitabilmente le applica alla sua esperienza** e le sperimenta considerando quelli che sono i suoi unici punti di riferimento: comincerà ad avere paura di perdere il papà, la mamma, rifiuterà di voler di interagire con persone estranee, percepite come minacciose...in realtà queste emozioni sono tipiche della prima infanzia, ma potrebbero affiorare in maniera importante e tutte insieme in una situazione così estrema come quella che stiamo ora vivendo. Ci teniamo a precisare che non è un male per il bambino vivere emozioni di questo tipo...sono contenuti che, insieme alle emozioni di segno positivo, gli forniscono il mondo, facendoglielo

conoscere nei suoi aspetti sgradevoli oltre che piacevoli, obbligandolo ad elaborare strategie per superare le difficoltà. Sono elementi che a poco a poco s'insediano come parti costituenti il nucleo fondamentale della sua personalità. Quello che non dobbiamo assolutamente dimenticare è di **equipaggiare i nostri bimbi**, affinché tali esperienze emotive non vengano subite, ma, anzi, si traducano in risorse.

Le educatrici consigliano...

► **Creiamo un contesto relazionale di ascolto e comprensione**, dove riceviamo tutto il bambino, anche le sue manifestazioni di paura. Mostriamogli di accettarle e che non ne siamo spaventati. Se non è in grado di esprimerle verbalmente, prestiamogli le parole e aiutiamolo a nominarle. Rispondiamo alle domande con sincerità, ma tenendo sempre a mente ciò che il bambino è pronto a capire. Usiamo un linguaggio semplice e stabiliamo un contatto visivo, perché anche la comunicazione non verbale trasmetta un interesse autentico. Siamo onesti e mostriamo come si fa, senza temere di esprimere i nostri sentimenti...vedere una mamma piangere non è traumatizzante, semmai legittima il bambino ad esternare anche lui le proprie emozioni, a chiedere aiuto, a costruire un dialogo empatico dove si può apprendere rispecchiandosi nell'altro.

► **Offriamo al bambino gli strumenti per poter canalizzare in termini positivi questi suoi stati d'animo**: il disegno, la manipolazione, i giochi di costruzione. Incoraggiamo le forme del gioco simbolico, quello cioè dove si fa “*finta di...*” (di uccidere una strega malvagia con un mestolo al posto di una spada, di affrontare un drago a cavallo di una scopa, di fare magie con una bacchetta,(...): l'immaginario è un luogo dove le situazioni negative possono ribaltarsi, dove il bambino non subisce, ma diventa protagonista attivo. Nutriamo le sue competenze intellettive, ed in particolare la sua intelligenza emotiva, fornendogli una pluralità di canali di espressione.

► **Non trasferiamo al bambino paure che appartengono solo a noi:** “*Non correre altrimenti cadi!*”, “*Se ti allontani viene il lupo!*”... avvertimenti di questo tipo comunicano la paura di chi il bambino considera un riferimento per avere fiducia in se stesso e negli altri e lo inducono a sviluppare dentro di sé, per una sorta di “profezia che si autoadempie”, il medesimo timore. Prima di ogni cosa dobbiamo sapere leggerci dentro, discernere le nostre emozioni, imparare a gestirle in maniera costruttiva, per comprendere semmai quello che il bambino prova, evitando di fornirgli dei condizionamenti negativi.

► **Incoraggiamo ogni forma di narrativa:** nulla è più affascinante per il bambino di un adulto che legge...il contatto con emozioni raccontate o rappresentate da altri, senza coinvolgimento diretto, fa sì che si possano acquisire una molteplicità di informazioni relative alle varie esperienze emozionali, ai modi di viverle, esprimerle, alla possibilità di elaborarle e renderle produttive. Leggere ai bambini diventa una strada privilegiata per educare all'affettività. Molti albi illustrati trattano il tema delle paure e di solito proprio questi sono i preferiti dai bambini: pensiamo al personaggio del lupo...non c'è figura più inquietante, eppure le storie che lo riguardano sono sempre tra le più richieste. Ed è comprensibile...ma quanto è divertente vedere inscenata ogni volta la sua disfatta!! Sapendo di collocarsi sul piano della finzione il bambino non è per nulla spaventato da questi contenuti. La narrazione poi è sempre un'ottima occasione che si offre per costruire un rapporto affettuoso, di complicità e di condivisione, dove il ruolo attivo del bambino può essere sollecitato in vari modi: invitandolo, ad esempio, a sfogliare le pagine del libro, a raccontare e a drammatizzare la storia insieme all'adulto.

A questo proposito vogliamo fornire un suggerimento per la lettura a casa, mediante il video della narrazione di *A caccia dell'orso* (di Michael Rosen), un albo illustrato nel quale si intende comunicare ai piccoli lettori un chiaro messaggio positivo riferito alle paure:

**“ Non si può passare sopra.
Non si può passare sotto.
Oh no!
Ci dobbiam passare in mezzo! ”**

...vorremmo aggiungere: **Tutti insieme!!**

Le dade del 