Comunicare ai bambini la separazione dei genitori con la fiaba

“In due si apre la casa e uno da una parte e uno dall’altra il babbo e la mamma vanno, i passi lunghi, distanti una vita. Dai nonni anche non è come prima, cerco lì un nido e la casa spezzata rimane sola in mezzo al mare deserto del ricordo. Il nonno e la nonna fanno le facce ridenti tranquille finte, Ingrid lo capisce dagli occhi che sfuggono lesti come ali di pipistrello, fiocchi di neve sciolti subito al sole. C’era freddo quando la casa si è rotta in due. Le mani del babbo e della mamma mai più l’hanno tenuta una di qua una di là. Ho due di tutto, anzi tre. Due letti, due armadi, due camere e due orsi, due pigiami, e di tutto tre, anche dai nonni. Voglio solo un paio di pantofole, uno spazzolino da denti…una sola bici…una bambola preferita ché tre preferite non ci possono essere al mondo…

E voglio solo un abbraccio con me nel mezzo.”

Poche righe ma intense, intrise di emozioni tratto da Due di tutto di Arianna Papini, una fiaba che parla della separazione!

Quando due adulti decidono di separarsi provano rabbia, paura, dolore, litigano, si raccontano e si sfogano con amici, colleghi, professionisti e i loro bambini cosa proveranno, cosa capiranno, con chi potranno confrontarsi? Senz’altro anche loro hanno paura, provano rabbia, sensi di colpa e dolore, hanno bisogno di capire, di parlare, di esprimere i loro timori e mettere un po’ di ordine in quella confusione ma tutto ciò non è così facile per un bambino e per i genitori è altrettanto difficile spiegarlo, scegliere le parole giuste, se esistono!, infondergli la sicurezza che continuerà ad essere amato. E allora perché non provarci con una fiaba? Uno strumento prezioso per spiegare situazioni difficili come la separazione, può servire a calmare il dolore, ad aiutare ad accettare la realtà.

I bambini hanno bisogno di una spiegazione che sia comprensibile e adeguata al loro stadio di sviluppo, non è giusto porre sulle loro piccole spalle pesi troppo gravosi. Per arginare i danni della separazione i genitori dovrebbero saper comunicare ai loro figli tale decisione apertamente senza avvilirli con i loro litigi.

Ecco un esempio concreto tratto dal racconto “E’ successo anche a me” di Anna Genni Miliotti

“Quel giorno a pranzo, a casa, Daniele sembrava non aver fame. E non aveva voglia di parlare. Fu la mamma la prima a cominciare. Mi spiace Daniele che ti diamo tanto dolore e tanta preoccupazione. Ma vedi, quando non si va più d’accordo, è inutile stare insieme. E’ come voler rimettere insieme i pezzi di un vaso che si è rotto: i pezzi non combaciano più. Così abbiamo deciso di separarci, per fare la cosa più giusta. Anche per te” . Continua il padre: quando ci siamo sposati ci volevamo bene, e abbiamo tanto desiderato un figlio, che poi sei stato tu. Eravamo molto felici, ma poi col tempo le cose sono cambiate. Ma nei tuoi confronti restiamo sempre papà e mamma, e continueremo sempre a volerti bene e ad occuparci di te. Forse- continua la mamma- nei primi tempi non sarà facile, ma anche altri sono passati da questa prova, e alla fine se la sono cavata bene. Anche noi ce la faremo.”

Secondo lo psicologo dello sviluppo Guido Petter, in generale, la fiaba può essere considerata, analogamente al gioco, un elemento davvero essenziale per la loro crescita; e ciò per diverse ragioni:

* la fiaba viene incontro a un desiderio spontaneo e fondamentale che si manifesta nei bambini già a partire dai 2-3 anni, quello di sentirsi raccontare qualcosa, attraverso la voce di un adulto che narra un racconto o legge un libro, oppure, dopo i 6 anni, attraverso la lettura compiuta in modo autonomo, in cui chi narra è lo scrittore
* la fiaba contribuisce a sviluppare le due componenti fondamentali della nostra attività cognitiva: la fantasia e la razionalità, infatti nelle novelle sono presenti molti elementi di razionalità, la storia ha una struttura d’insieme, con una logica corrispondenza fra le parti, i singoli eventi sono caratterizzati da un pieno rispetto dei rapporti in gioco, i personaggi compiono delle azioni avendo in mente certi scopi e di fantasia come un personaggio, un oggetto magico, o di un animale che parla il linguaggio degli umani che fa acquistare un carattere di irrealtà all’intera vicenda
* la fiaba favorisce largamente lo sviluppo del linguaggio, facendo apprendere al bambino, attraverso l’ascolto, nuove parole
* la fiaba incentiva lo sviluppo sociale, morale, affettivo ed emotivo del bambino; la fiaba trasmette un messaggio importante: il lieto fine non è mai un fatto scontato, gratuito, ma viene raggiunto solo se il protagonista si dà da fare, s’impegna a fondo, non si scoraggia, prova e riprova, corre dei rischi.

Le novelle hanno un valore senza pari: offrono nuove dimensioni all’immaginazione del bambino, dimensioni che egli non sarebbe in grado di scoprire se fosse completamente lasciato a se stesso.

Lo studioso Bruno Bettelheim, in particolare, ha osservato che, per un bambino, il fatto di vivere forti emozioni come la paura e l’ansia, l’abbandono in una situazione “protetta”, nel senso della presenza rassicurante di un adulto che gli vuole bene e lo aiuta a collocare la vicenda su un piano di irrealtà, può agire come una sorta di “vaccinazione”, che lo predispone ad affrontare meglio certe grandi emozioni nel caso in cui gli si presentassero, in seguito, sul piano della vita reale.

Le fiabe parlano con un linguaggio per immagini che è particolarmente comprensibile alla mente infantile, infatti, la struttura mentale del bambino non ha ancora l’ampia capacità di astrazione della menta adulta, è ancora poco adatta a elaborare concetti astratti e a collegarli tra di loro mediante nessi logici, mentre è già perfettamente in grado di seguire il senso delle catene associative per immagini tipiche delle fiabe.

Quindi raccontare una fiaba può aiutare i bambini a trovare dentro di sé quelle risorse per uscire dalla situazione di stallo, per trovare quelle soluzioni che fino a quel momento sembravano impossibili, come la separazione dei genitori. Però perché una fiaba sia effettivamente efficace, la sua costruzione deve rispettare alcune regole: - le metafore scelte devono essere comprensibili per chi ascolta, - non devono essere messe in relazione consapevole con il conflitto che le persone interessate stanno vivendo, - la storia va abbellita con particolari e dettagli curati, ciò per ingarbugliare il senso, in modo che l’ascoltatore segua la vicenda con curiosità ma senza dover fare riferimenti personali, - deve avere il lieto fine! Ma cosa ci può essere di positivo in una storia di separazione? Per esempio che l’amore non muore mai. Da una famiglia che si divide possono nascere altre storie, l’amore si può moltiplicare, dividersi, senza finire. Poter dare un nome alle emozioni provate e accettare la realtà, anche se non piace! Ai bambini servono storie rassicuranti che li aiutino a crescere senza negare i problemi. Serve un lieto fine diverso, in cui il “vissero felici e contenti” diventa “e riuscirono a trovare nuove strade”. I racconti incoraggiano a pensare che ci può essere del buono anche in una situazione che ai loro occhi appare intrinsecamente negativa. Queste storie vogliono dire al bambino: “lo so che ti senti male, ma le cose andranno meglio”.

Un genitore particolarmente creativo, può anche cimentarsi a inventare storie più adatte per il proprio bambino. Occorre riflettere sui segnali di malessere che il figlio invia, in base ai quali cercare di costruire una storia con tutti i dettagli che più si accostano ai suoi gusti, scegliendo le metafore giuste che consentono di colpire al centro del problema e quindi spiegare emozioni come la vergogna, l’angoscia, il dolore, l’aggressione e sentimenti analoghi.

Oltre che sui bambini, infine, le storie possono anche avere un effetto positivo sui genitori, infatti, loro possono, leggendo un racconto arrivare a capire, come in un’illuminazione, aspetti della vita familiare e quei bisogni dei loro figli che fino a quel momento non riuscivano a vedere.