

Fiabe e bambini

Perché le fiabe sono così importanti?

Le fiabe vengono descritte da Sigmund Freud come la via regia per l'inconscio dei bambini, alla stregua dei sogni letti in chiave psicoanalitica nelle terapie degli adulti¹.

Lo psicoanalista austriaco Bruno Bettelheim sostiene che la fiaba rappresenta in forma fantastica il processo dello sviluppo umano, rendendolo affascinante agli occhi dei bambini e stimolando la loro fantasia e immaginazione, consentendo di soddisfare i bisogni infantili su un piano diverso da quello reale e razionale. La struttura delle fiabe è particolarmente intelligibile in base alle capacità di comprensione e alle preoccupazioni emotive dei bambini, perché in questi racconti i dilemmi esistenziali sono espressi in modo chiaro e conciso e le situazioni sono semplificate. Ciò permette al bambino di capire il problema nella sua forma più essenziale.

Bettelheim sostiene che non sia possibile sapere a priori quale fiaba sia più importante per un bambino; sarà lui stesso a determinarlo e a rivelarlo attraverso la forza emotiva con cui reagisce a ciò che un racconto evoca nella sua mente conscia e inconscia. In questo senso, se il bambino si interessa a una certa fiaba è perché un particolare tema o problema “sono riusciti a risvegliare in lui una reazione significativa in quel determinato

.....
1. S. Freud (1919), *Il perturbante*, in *Opere*, vol. IX, Boringhieri, Torino, 1977.

momento. La fiaba inizia nel punto in cui il bambino si trova in quel particolare periodo della sua vita e in cui, senza l'aiuto della storia, rimarrebbe bloccato".

Bettelheim sostiene che la capacità terapeutica della fiaba deriva dal fatto che essa non descrive il mondo reale e non si prefigge di consigliare l'ascoltatore nella soluzione dei suoi problemi, ma lo spinge a trovare "le sue proprie soluzioni meditando su quanto la storia sembra implicare nei suoi riguardi e circa i suoi conflitti interiori in quel momento della sua vita"².

Le fiabe hanno il potere di comunicare in modo diretto e semplice, e ciò permette ai piccoli (ma anche agli adulti) di comprenderne facilmente i messaggi. Per il bambino questa diventa una via facile per accedere al proprio mondo interno e alle proprie emozioni; grazie all'utilizzo del linguaggio simbolico, la fiaba lo mette in contatto diretto con il proprio inconscio e con i propri vissuti interni, rendendoli più consapevoli.

Il bambino non possiede ancora tutti gli strumenti verbali di cui l'adulto dispone per comunicare ciò che sente e prova, e questo spesso lo fa sentire diverso e incomprensibile da parte degli altri, soprattutto dagli adulti. Ma il linguaggio simbolico usato dalle fiabe ha il vantaggio di semplificare la comunicazione con se stesso e con gli altri, permettendo al bambino di sentirsi meno solo nel provare certe emozioni, anche quelle intense e che non riesce a comprendere.

Nello stesso modo, la fiaba consente anche ai genitori – spesso troppo coinvolti emotivamente quando i figli incorrono in difficoltà che sono fonte di malessere e disagio – di comprendere più facilmente i vissuti emotivi dei loro bambini.

2. B. Bettelheim, *Il mondo incantato: uso, importanza e significati psicoanalitici delle fiabe* (tr. it. Andrea D'Anna), Feltrinelli, Milano, 1977.

Il linguaggio dei simboli e delle metafore permette dunque a tutti, adulti e bambini, di comunicare più facilmente con se stessi e tra loro, rendendo più semplici da comprendere, accettare, elaborare e condividere le emozioni sollecitate da particolari momenti della vita.

Questo libro

Questo libro nasce dalla mia personale esperienza psicoanalitica con i bambini e le loro famiglie. Sempre più spesso mi capita di ricevere nel mio studio genitori preoccupati o spaventati per i repentini cambiamenti che si verificano nell'umore o nel comportamento dei propri figli. La loro apprensione nasce dal fatto di non capire che cosa stia accadendo ai loro bambini: hanno l'impressione che i figli siano diventati improvvisamente degli sconosciuti e non sanno spiegarsi il perché dei loro comportamenti. Questo non fa che aumentare le loro angosce nonché la sofferenza dei loro stessi bambini, che si sentono incompresi dagli adulti e forse anche impossibili da capire.

Spesso i sintomi dei piccoli sono un modo per comunicare ai genitori un disagio, che se non viene compreso rischia di strutturarsi e di diventare sempre più limitante e invalidante nella vita non solo del bambino, ma di tutta la sua famiglia.

Questo libro prende in esame una serie di situazioni ed eventi che possono essere causa di disagio e che sono frequenti nella vita di tante famiglie, come la separazione dei genitori, la malattia, i problemi scolastici e nell'inserimento a scuola, la gelosia tra fratelli, le difficoltà post partum della mamma... Problemi comuni a tante famiglie ma che talvolta possono divenire, se non ascoltati e compresi, una fonte di disagio e di blocco evolutivo del bambino.

Queste fiabe non hanno alcuna pretesa “terapeutica”: non si prefiggono l’obiettivo di “curare”, bensì di aiutare bambini e genitori a comprendere i vissuti emotivi che certe situazioni possono suscitare. Spesso i genitori tendono a interpretare e spiegare il malessere e il disagio del proprio bambino attraverso il filtro dei loro occhi di adulti, mentre fanno fatica a entrare in contatto diretto con le sue emozioni e i suoi vissuti. L’adulto guarda il figlio e interpreta gli eventi con i propri occhi, e il bambino fa altrettanto; così si viene a creare un distacco, un’incomunicabilità tra i due mondi. Per aiutare i genitori a capire il punto di vista del proprio figlio, le fiabe presentate in questo libro cercano di far riemergere nell’adulto il bambino che è in lui, creando un ponte tra grandi e piccoli in grado di permettere la comprensione reciproca.

La fiaba, attraverso un linguaggio semplice e immediato, riesce bene nell’intento di stabilire un collegamento tra questi due mondi, creando un canale di comunicazione che consenta al bambino di comprendere meglio se stesso e i propri genitori, e a questi ultimi di entrare direttamente in contatto con il proprio mondo interno e con quello del proprio figlio.

Ciascuna delle fiabe presentate nel libro tratta una situazione specifica, mettendo in luce i vissuti di bambini e genitori e quelle particolari dinamiche familiari che possono ostacolare un armonico sviluppo del piccolo. Ogni fiaba è corredata da una guida alla lettura in cui sono esplicitati i temi trattati nel racconto e gli obiettivi che esso si pone. Vengono inoltre dati alcuni suggerimenti per la lettura e sono proposti utili approfondimenti e ulteriori attività da svolgere con il piccolo per aiutarlo a esprimere e gestire meglio le situazioni problematiche e le emozioni che sta vivendo. L’obiettivo è di creare una comunicazione tra adulto e bambino che favorisca la comprensione reciproca.

LE FIABE

Leo e i genitori bisticcioni

.....

UNA FIABA PER PARLARE DI...

.....

- ✦ Conflittualità tra i genitori e separazione.
- ✦ Aspettative dei genitori sui propri bambini, confronto tra figlio ideale e figlio reale.
- ✦ Sensazione di solitudine e abbandono del bambino.
- ✦ Senso di insicurezza e inadeguatezza.
- ✦ Rabbia e aggressività.

OBIETTIVI

.....

- ✦ Imparare a riconoscere le proprie emozioni di fronte a situazioni delicate come le liti tra i genitori o la loro separazione.
- ✦ Imparare a esprimere tali emozioni in modo adeguato e a gestirle, anche con l'aiuto dell'adulto.
- ✦ Imparare a chiedere aiuto quando si è in difficoltà.

SUGGERIMENTI PER LA LETTURA

.....

- ✦ Cercare di attirare l'attenzione del bambino cambiando il tono della voce nei momenti centrali e più importanti della fiaba.
- ✦ Nei dialoghi diretti (tra virgolette), usare la voce e la mimica in modo adeguato, per favorire l'immedesimazione del bambino nel contesto della fiaba.

SUGGERIMENTI PER ULTERIORI ATTIVITÀ

.....

- ✦ Chiedere al bambino di impersonificare il personaggio che preferisce e di inventare un finale alternativo della fiaba; lo si potrà aiutare interpretando un altro personaggio e fornendogli dei semplici travestimenti. Questo serve al piccolo per esprimere direttamente le sue emozioni.
- ✦ Invitare il bambino a disegnare la parte della fiaba che l'ha colpito di più, poi chiedergli se nel particolare che ha scelto di rappresentare ci sia qualcosa che lo preoccupi. Sollecitarlo a parlare di come si sente e cercare di rassicurarlo circa il fatto che può sempre richiedere l'aiuto dell'adulto quando prova delle emozioni o vive delle situazioni che lo spaventano o gli procurano ansia.

C'era una volta un elefantino di nome Leo. Era nato da poco, perciò era piccolo e indifeso e aveva tanto bisogno di cure e di affetto: non era ancora in grado di affrontare da solo la dura vita della giungla!

Purtroppo, però, quando venne al mondo la sua mamma e il suo papà stavano passando un brutto periodo: litigavano spesso ed erano tutti presi dai loro problemi, così non si rendevano conto che il loro elefantino aveva tanto bisogno del loro affetto.



Leo si sentiva solo e soffriva molto perché pensava che mamma e papà non gli volessero bene. Credeva tra l'altro di essere la causa dei loro continui litigi, e non sapeva proprio come fare a risolvere la situazione.

Dopo qualche tempo, papà elefante decise di andare ad abitare in un'altra casa perché la situazione con la mamma era diventata insostenibile. Questo fu un durissimo colpo per Leo: pensò di averla combinata tanto grossa da avere spinto il padre ad andarsene, quel padre che lui tanto amava e ammirava! Il più grande desiderio dell'elefantino era che i genitori tornassero a essere felici insieme e gli dessero coccole e affetto. Ma le cose non stavano così e lui ne soffriva, era triste e arrabbiato. Pensava che in lui ci fosse qualcosa che non andava, se i suoi genitori si erano separati e non gli volevano bene.

Certo, queste cose non le poteva dire proprio a loro, perché temeva di essere ancora più rifiutato e allontanato; allora teneva dentro di sé tutto il suo dolore. Cominciò anche a pensare che, se lui fosse stato come lo volevano la sua mamma e il suo papà, prima o poi loro lo avrebbero amato esattamente come i suoi amichetti venivano amati dai loro genitori. Allora decise di fare tutto ciò che i genitori si aspettavano da lui. La mamma voleva che fosse un elefantino affettuoso e premuroso, mentre il papà lo sognava forte e coraggioso. Leo dunque si sforzava di essere amorevole e premuroso verso la mamma, che si sentiva, come lui, un po' sola e triste. Mentre per compiacere il papà cercava di dimostrarsi forte e senza paure...

Ma nonostante i suoi sforzi, gli sembrava di non essere mai all'altezza delle aspettative dei suoi genitori e questo lo rendeva ancora più triste, arrabbiato e insicuro. Aveva cercato di cambiare per ottenere il loro amore, di nascondere i suoi sentimenti e i suoi bisogni di cucciolo, ma tutto questo non era



servito: i suoi genitori continuavano a non andare d'accordo e lui non sapeva veramente più che cosa fare. Era disperato!

A furia di tenere dentro di sé tutti i suoi pensieri e le sue emozioni, Leo era diventato sempre più chiuso e incapace di parlare di se stesso e dei suoi problemi con gli altri. Nemmeno i suoi genitori lo riconoscevano più: era sempre di cattivo umore e non si divertiva mai, se ne stava sempre solo e imbronciato. Non aveva più voglia di giocare o di fare il bagno con gli altri elefantini: tanto, era convinto che nessuno gli volesse veramente bene. I suoi genitori erano molto dispiaciuti ma non sapevano come aiutarlo.

Un giorno, Leo stava nella giungla, l'unico posto dove si concedeva di piangere perché nessuno lo poteva vedere. All'improvviso una farfalla dai colori sgargianti si posò sulla sua proboscide, e il suo sguardo fu subito attratto da quell'insetto così bello, che non aveva mai visto prima. Mentre lo guardava incuriosito, sentì una vocina dolce: "Ciao Leo, come mai stai piangendo? Che cosa ti è successo?". L'elefantino fu stupito da quelle parole: era una domanda tanto semplice, ma nessuno gliel'aveva mai fatta prima! Così iniziò a raccontare la sua storia e a parlare di quello che provava. E la cosa non finì lì: giorno dopo giorno tornava nella giungla e si trovava a parlare liberamente con quella farfalla che lo ascoltava con molto interesse.

Un giorno, la farfalla gli disse: "Caro Leo, vedo che sei molto triste e arrabbiato per quello che ti è successo, e ne hai tutte le ragioni. Non ti sei sentito amato, così hai cercato di cambiare; e ora soffri perché, nonostante i tuoi sforzi, ti sembra che nessuno ti apprezzi per quello che sei. Io credo di averti capito perché con me sei riuscito a essere te stesso, mi ha raccontato chi sei veramente e mi hai aperto il tuo cuore. Penso che sia

Lilla e la libertà

UNA FIABA PER PARLARE DI...

- ★ Malattia di un figlio e angoscia che suscita nei genitori.
- ★ Separazione dai genitori, individuazione e ansia che ne può derivare.
- ★ Insicurezza dei bambini, paura di deludere i genitori, confronto tra figlio ideale e figlio reale.

OBIETTIVI

- ★ Imparare a riconoscere le proprie emozioni di fronte a situazioni delicate come la malattia e la difficoltà a separarsi dai genitori.
- ★ Imparare a esprimere tali emozioni in modo adeguato e a gestirle, anche con l'aiuto dell'adulto.
- ★ Imparare a chiedere aiuto quando si è in difficoltà.
- ★ Imparare a gestire la separazione dai genitori e a diventare autonomi.

SUGGERIMENTI PER LA LETTURA

- ★ Cercare di attirare l'attenzione del bambino cambiando il tono della voce nei momenti centrali e più importanti della fiaba.
- ★ Nei dialoghi diretti (tra virgolette), usare la voce e la mimica in modo adeguato, per favorire l'immedesimazione del bambino nel contesto della fiaba.

SUGGERIMENTI PER ULTERIORI ATTIVITÀ

- ★ Chiedere al bambino di impersonificare il personaggio che preferisce e di inventare un finale alternativo della fiaba; lo si potrà aiutare interpretando un altro personaggio e fornendogli dei semplici travestimenti. Questo serve al piccolo per esprimere direttamente le sue emozioni.
- ★ Invitare il bambino a disegnare la parte della fiaba che l'ha colpito di più, poi chiedergli se nel particolare che ha scelto di rappresentare ci sia qualcosa che lo preoccupi. Sollecitarlo a parlare di come si sente e cercare di rassicurarlo circa il fatto che può sempre richiedere l'aiuto dell'adulto quando prova delle emozioni o vive delle situazioni che lo spaventano o gli procurano ansia.
- ★ In alternativa, anziché lasciare che sia il bambino a decidere cosa disegnare, gli si può chiedere espressamente di rappresentare dei momenti in cui si sente a disagio quando sta da solo e poi farsi spiegare come si sente e cosa gli fa paura, aiutandolo a capire come gestire la situazione.

Lilla era una scimmietta graziosa con due occhioni grandi e dolcissimi. Era piccola piccola e amava tanto la sua mamma e il suo papà, loro la adoravano e per lei volevano solo il meglio.

Purtroppo la scimmietta era nata molto più piccola del normale e con una malattia che aveva messo a repentaglio la sua vita. La mamma non aveva fatto in tempo a darla alla luce, a conoscerla, a sapere com'era, che cosa le piaceva e cosa no, che subito si era dovuta confrontare con il terrore di perdere ciò che di più bello aveva al mondo. Ogni mattina si svegliava con la terribile paura che la sua piccola non sarebbe sopravvissuta.

Tutti i giorni, di ritorno dall'ospedale delle scimmiette dove Lilla era ricoverata, piangeva a dirotto sulla spalla di papà scimmia. Anche lui era molto preoccupato, ma cercava di non farlo vedere per dare conforto alla sua amata compagna.

Anche Lilla, dal canto suo, una volta uscita da quel mondo ovattato e protetto che era la pancia della mamma, non era stata accolta dal suo pelo caldo e accogliente, ma da medici e freddi macchinari. Si sentiva impaurita, sola e abbandonata, e avrebbe tanto voluto ritornare nella pancia della mamma. Era troppo piccola per



capire quello che le stava succedendo, l'unica cosa che avvertiva chiaramente era che tutti intorno a lei erano molto preoccupati per la sua salute.

Per fortuna questo periodo tanto duro per tutti finì: Lilla guarì e tornò a casa dai suoi genitori. Finalmente poteva stare per ore a succhiare il latte della mamma, a farsi riempire di coccole e di baci... Finalmente si sentiva protetta e amata.

La malattia, però, aveva fatto provare una grande paura a mamma e papà, che rimasero molto toccati da quella brutta esperienza. Anche se Lilla cresceva bene, mamma scimmia temeva sempre che le potesse accadere qualcosa di brutto, era restia a lasciarla giocare nella foresta con le altre scimmiette, ogni volta che starnutiva o tossiva pensava che si fosse ammalata di nuovo...

Nonostante le rassicurazioni dei medici, la mamma continuava a considerarla fragile e perennemente in pericolo, per cui voleva starle sempre accanto per vigilare su di lei. Perciò, per tanto tempo, la piccola stette quasi sempre con i suoi genitori e molto poco con le scimmiette della sua età. Lilla dal canto suo era ben felice che mamma scimmia non la lasciasse mai sola: aveva proprio bisogno di sentirsi protetta!

Ma Lilla stava crescendo ed era giunto per lei il momento di andare a scuola, il che voleva dire allontanarsi dai genitori. Questo la spaventava molto, perché pensava che solo loro fossero in grado di proteggerla dai numerosi pericoli che la foresta riservava a una scimmietta indifesa come lei. Tuttavia per mamma e papà, che desideravano solo il meglio per la loro unica figlia, era importante che lei diventasse una scimmietta saggia e istruita; perciò, anche se con tanta paura, Lilla affrontò il primo giorno di scuola.

Presto Lilla si accorse che la scuola non era così male: le maestre erano simpatiche e comprensive, i compagni erano divertenti... Il problema era che lei, per quanto fosse attratta dalle altre scimmiette, non era abituata a giocare e arrampicarsi sugli alberi come loro, per cui si sentiva un po' a disagio. Così, quando usciva da scuola, correva subito a casa dalla mamma, perché solo con lei si sentiva al sicuro. E anche mamma scimmia, dal canto suo, era più tranquilla quando la figlia era sotto il suo controllo, perché era certa che non le potesse succedere nulla di male.

Solo che, a lungo andare, Lilla si accorse che ogni volta che raccontava di avere qualche problema o faceva qualcosa che alla mamma non piaceva, lei diventava molto ansiosa o si arrabbiava, e ciò la faceva stare molto male. Per questo decise di non dire né fare più nulla che non piacesse ai suoi genitori, in modo che non soffrissero e fossero sempre orgogliosi di lei. Mamma scimmia desiderava che Lilli stesse con lei e avesse degli ottimi voti, e lei faceva di tutto per accontentarla: l'aveva già fatta star male abbastanza con la sua malattia, non poteva deluderla! Col tempo si abituò a non confidare più a nessuno i suoi veri sentimenti, per paura di non essere accettata o di causare un dispiacere.

Però Lilla aveva cominciato a passare più tempo con le altre scimmiette, e così si era resa conto che loro erano più libere di essere se stesse, e quindi erano anche più felici. Lei si sentiva diversa da tutti perché pensava di avere una grande responsabilità: la serenità dei suoi genitori. Per farli contenti, aveva dovuto rinunciare a una parte di sé, a quella piccola scimmietta che faceva e diceva quello che sentiva e desiderava...

Più cresceva, più Lilla si accorgeva di non essere sempre d'accordo con mamma e papà, ma non se la sentiva di contrastarli



ragazzi, questa è Bonnie, la mia nuova amica. Si è appena trasferita qui dopo aver passato un periodo difficile, perciò ha bisogno del nostro aiuto. Avete voglia di fare amicizia con lei?”. “Siiiiiii!”, risposero i coniglietti in coro, e in men che non si dica la coinvolsero nei loro giochi. Erano tutti così amichevoli e allegri che Bonnie non poté fare a meno di farsi contagiare da tutta quella positività, e in breve si rese conto che si stava divertendo un mondo! Passò una bellissima giornata insieme ai suoi nuovi amici: da tanto tempo non si sentiva così spensierata e leggera!

Tornò a casa solo quando era ormai quasi buio. I suoi genitori erano stati un po' in pensiero, ma si rasserenarono non appena la videro rincasare con un grosso sorriso stampato sul musetto... La coniglietta raccontò nel dettaglio quello che aveva fatto durante la giornata e i suoi genitori furono contenti di vederla finalmente felice. Per fortuna aveva capito che anche in quel posto nuovo e con degli amici nuovi poteva stare bene! Andò a dormire serena: finalmente sentiva che poteva tornare a fare la cucciola, giocare e divertirsi senza preoccupazioni. Anche se viveva in una casa più piccola e aveva meno giochi di prima, aveva molte cose di cui essere felice: la sua mamma ormai stava bene e lei aveva trovato dei nuovi compagni di avventure!

Indice

5 Fiabe e bambini

LE FIABE

10 Leo e i genitori bisticcioni

18 Otto il lupacchiotto che si comportava da grande

26 Lippi e il suo papà

36 Chicco e le sue famiglie

46 Lilla e la libertà

56 Tom il tigrotto stravagante

64 Micky e i topolini burloni

74 Nino l'orsetto scontroso

82 Mimmo e la scuola

92 Wally e la sua nonna

102 Bonnie coniglietta perfettina