



Dispense del Centro Studi Hänsel e Gretel – n° 18

Collana a cura del Centro Studi Hänsel e Gretel

Direttore Claudio Foti, condirettore Claudio Bosetto

Redazione e progetto grafico di Claudio Bosetto

Questa collana raccoglie interventi, ricerche e testimonianze che il Centro Studi Hänsel e Gretel ha maturato e raccolto all'interno della propria attività di formazione e riflessione sui temi della prevenzione del disagio e del maltrattamento ai danni dei minori, della intelligenza emotiva come risorsa fondamentale nella relazione adulto - bambino.

Il Centro Studi Hänsel e Gretel svolge attività di consulenza psicologica, diagnosi e sostegno nei casi di abuso psicologico, fisico e sessuale ai danni dei minori. Svolge inoltre attività di formazione sui temi del disagio, del maltrattamento e dell'ascolto nella relazione educativa.

Ulteriori informazioni sulle attività e sulle pubblicazioni del Centro Studi Hänsel e Gretel possono essere reperite sul sito web:

<http://www.cshg.it>

ovvero scrivendo, telefonando o inviando una e-mail a

Centro Studi Hänsel e Gretel

Corso Roma 8, 10024 Moncalieri (TO)

Tel e fax 0116405537

e mail: cshg@shg.it

Nadia Bolognini

*A quei piccoli passerotti
che stanno aggrappati ai rami d'inverno incapaci
di trovare un riparo.*

*A quelle persone così uniche e rare
che è un peccato che se ne siano andate,
ma una fortuna averle incontrate.*

*Ai miei piccoli soli
capaci di riscaldare e illuminare
anche le notti più buie*

Come parlare della morte ai bambini. Dal lutto all'elaborazione, dal trauma al cambiamento

Sie Editore

COME PARLARE DELLA MORTE AI BAMBINI
ISBN 978-88-95970-20-2

Copyright © 2010 di S.I.E. s.r.l., Pinerolo (TO), Italia
Edizione 1° Anno 2010

È vietata la riproduzione, anche parziale o ad uso interno o didattico, con qualsiasi mezzo effettuata, senza l'espressa autorizzazione scritta dell'editore.

Editrice SIE, Sviluppo Intelligenza Emotiva, s.r.l.

Sede operativa: Corso Roma 8, 10024 Moncalieri (TO) - tel 0116405537

Stampa: Tipografia Impronta, Via Colombetto, Nichelino (TO)

Indice

Introduzione, di Claudio Foti	pag	7
Parte prima. L'addio senza abbandono	»	10
Parte seconda. Michela con la schiena curva. Dal lutto all'elaborazione, dal trauma al cambiamento		
Non sarà mica la fine del mondo...	»	24
Capitolo 1 Madre e figlia: un passato da rivisitare	»	29
Capitolo 2 Le tappe del viaggio terapeutico	»	38
Capitolo 3 Medicare le ferite del passato per curare il futuro	»	51

Introduzione

di Claudio Foti

Il riconoscimento e la gestione sana del lutto sono fondamentali per costruire il nostro benessere mentale e relazionale, così come sono stati fondamentali per la costruzione delle basi della nostra civiltà. Il dolore e la pietà per la scomparsa di esseri significativi, il confronto con la perdita e con il mistero della morte hanno sollecitato da sempre la comunità umana ad attivare la propria creatività psicologica, artistica e spirituale.

L'**elaborazione sana del dolore** per la scomparsa delle persone care, la solidarietà comunitaria e culturale nei confronti dei sopravvissuti, l'esigenza di dare una risposta alle inquietudini e agli interrogativi generati dalla morte hanno stimolato lo sviluppo dell'arte, la creazione dei miti, l'elaborazione delle religioni e delle filosofie, la nascita e lo sviluppo della cultura umana. La cultura e la comunità umana hanno sempre avuto di fronte alla morte la necessità - per garantirsi la possibilità del futuro e la qualità della sopravvivenza - che la vita proceda oltre e grazie al lutto.

Ma, d'altra parte, nella società contemporanea si rinforza la tendenza a negare e ad evitare il confronto con la sofferenza e con la morte. Prevale sul piano educativo la tendenza illusoria ad iperproteggere i bambini dall'impatto con la dimensione negativa dell'esistenza, un impatto che non può e non deve essere negato. È molto più salutare e realistico aiutare i più piccoli ad affrontare l'**ineludibile dimensione negativa dell'esistenza**, insegnando loro innanzitutto a dare un nome ai sentimenti spiacevoli e nocivi, a padroneggiare con la mente - e con l'intelligenza emotiva in particolare - le emozioni penose e logoranti, indotte dal lutto, dalla malattia, dal trauma, dalle esperienze frustranti.

La difficoltà degli adulti ad ascoltare nell'interazione con i bambini le tematiche della morte è della stessa natura della difficoltà ad ascoltare le comunicazioni e gli indicatori del maltrattamento e del trauma: entrambe le difficoltà sottendono il bisogno difensivo di non confrontarsi con la dimensione negativa dell'esistenza, con **la fragilità e la perdita di controllo** che incombono sulla condizione umana.¹

Ma le emozioni del lutto fanno parte di noi e della nostra mente *“non possono essere evacuate, pena la produzione di una grande disarmonia interna, bussano forte alla porta della consapevolezza e chiedono di essere accolte, mentalizzate ed integrate nel Sé consapevole di ogni individuo, adulto o bambino. (...) Seppellire le emozioni non è dunque nella relazione educativa la soluzione vincente per non sentire la sofferenza; la sofferenza, se resta rimossa,*

¹Cfr. N. Bolognini, C.Foti, *Rimozione non fa rima con prevenzione, né con protezione*, in C. Foti (a cura di), *L'ascolto dell'abuso e l'abuso nell'ascolto*, Angeli, 2003.

non verbalizzata e non elaborata, rischia di congelarsi. Per fluire e per sciogliersi la sofferenza, anche quella legata alla perdita e al lutto, deve essere messa in parola, espressa e condivisa in un contesto di comprensione.”²

Gli adulti sottovalutano enormemente - con gravissime conseguenze negative sulla evoluzione mentale di bambini - tre aspetti nel rapporto di questi ultimi con la morte: a) la **capacità dei più piccoli di accorgersi del problema**, di registrare informazioni concernenti la morte e il lutto, b) la **necessità dei bambini di condividere e di elaborare i sentimenti del lutto**; c) le **risorse mentali presenti nei soggetti in età evolutiva** che consentono loro di sopportare il dolore e di elaborarlo positivamente ai fini della loro crescita.

I bambini finiscono così per essere *espropriati* della loro possibilità di rapportarsi ad alcuni aspetti fondamentali, per quanto problematici, dell'esistenza. Viene negato ai bambini il bisogno e il diritto d'imparare a percepire, ad elaborare, a vivere costruttivamente facce insopprimibili della vita, quali per es. il rapporto con la morte.

Molti genitori ed educatori pensano che i bambini siano talmente fragili da doverli iperproteggere dal confronto con la morte. In verità mettere in parola e condividere i sentimenti attorno alla morte riduce grandemente in adulti e bambini solitudine, angoscia, impotenza, depressione, sfiducia.

“Una delle esperienze - scrive Fernandez - destinate a segnare la storia di vita di una persona è la perdita in età infantile di una figura genitoriale o affettiva importante. Il conforto il supporto e gli interventi che possono essere forniti al bambino in quel momento, fanno spesso la differenza sul processo di elaborazione del lutto negli anni successivi.”³

Aiutiamo dunque i bambini a parlare, anche perché questo è l'unico mezzo per capire quello che pensano e provano. Aiutiamoli a farci delle domande e rispondiamogli nel modo più veritiero possibile.

Ascoltiamo i bambini con il cuore cercando di metterci nei panni del bambino. Dobbiamo farci un'idea di ciò che il bambino conosce, di ciò che ha sperimentato, di quale può essere in quel momento il suo sguardo sulla vita e sulla morte: solo così possiamo empatizzare con ciò che pensa e sente in quel momento.

Saper ascoltare presuppone la capacità di mettere il bambino nelle condizioni di esprimere il problema o il disagio, di cui egli è portatore.

Occorre sempre ricordare che **la comunicazione inizia dall'orecchio di chi ascolta prima ancora che dalla bocca di chi parla**. In altri termini occorre un atteggiamento di apertura dell'adulto a far entrare nella propria mente le comunicazioni sofferte e conflittuali del bambino senza costruire barriere alla comunicazione, senza lanciare - consapevolmente o inconsapevolmente - messaggi di indisponibilità all'ascolto.

² P. Murdocca, R. Napolitano, *Di fronte alla morte: non seppelliamo le emozioni*, in C. Foti (a cura di), *Come aiutare i bambini e gli adolescenti con l'intelligenza emotiva*, SIE edizioni, Pinerolo, 2007.

³ I. Fernandez, Presentazione del libro guida per bambini e genitori di A.R. Verardo e R. Russo, *Tu non ci sei più e io mi sento giù*, Associazione EMDR Italia, 2006.

Il bambino ha bisogno di qualcuno con cui condividere le sue intense emozioni. Se vorrà e se si sentirà di piangere è importante che possa piangere per tutto il tempo che gli risulterà necessario ed utile. Non si fa il bene del bambino costringendolo a nascondere le lacrime, solo perché l'adulto sta troppo male a vederle sgorgare dai suoi occhi innocenti. **Le lacrime hanno bisogno di scorrere.** Soprattutto quando sono condivise, non fanno male. Puliscono gli occhi e ripuliscono l'anima.