

Tutto finisce: prima o poi

Aiutiamo i bambini a pensare alla morte con un linguaggio adeguato



Paolo Roccato
Psicoanalista, Torino

Mia figlia ha 10 anni e negli ultimi mesi manifesta una profonda tristezza, specialmente verso sera: dice che dopo aver visto una raffigurazione della morte con la falce, ha brutti pensieri. Teme la sua morte, la nostra e quella della nonna (che ha 82 anni e che, per "esorcizzare" la propria paura spesso ne parla anche in presenza della bambina dando "indicazioni per la sua dipartita"). L'ho invitata a pensare a qualcosa di bello che c'è nella sua vita, poiché la morte è una cosa triste. Per un po' ha detto di riuscirci, ora meno...
Con mio marito attraversiamo un periodo difficile e, pur controllandoci e non dando a mia figlia l'idea di una nostra imminente separazione, potrebbe anche aver percepito questa situazione. Ho anche notato che, poiché sta crescendo, ha degli atteggiamenti di regressione verso giochi infantili e manifesta già (fa la quarta elementare) la tristezza all'idea di lasciare le elementari per la scuola media. Come poterla aiutare?

Maria Grazia Piovesan – mgpiovesan@alice.it

QUATTRO FONDAMENTALI MESSAGGI

Credo che, per far bene, lei sia incorsa in un errore (in verità non molto originale): ha cercato di distogliere la mente di sua figlia dal pensiero di una cosa vera (la morte e il morire), anziché aiutarla a pensarla in modo adeguato. Il fatto che questo suo intento non sia riuscito è, paradossalmente, un buon segno: vuol dire che sua figlia

non si accontenta di gestire le cose evitando di pensare la verità. "La verità vi farà liberi", diceva uno che era molto più importante di me e che ne ha azzeccate molte. Io, nel mio piccolo, aggiungo: "La verità vi farà veri".
I bambini sono interessati a tutte le cose del mondo, della vita e di se stessi. Quindi anche al divenire e alla fine delle cose. Quando si imbattono nella morte, bisogna spiegare con chiarezza che tutte le cose vive muoiono, prima o poi. Bisogna aiutarli a pensarci con un linguaggio adeguato, ma con totale sincerità. Devono assolutamente passare quattro fondamentali messaggi:
1) la morte è un fenomeno universale, riguarda tutti. Non solo tutti noi, ma tutti gli esseri viventi. Può essere utile parlare delle stagioni, delle foglie che cadono e delle gemme che spuntano; dei fiori che sbocciano e poi sfioriscono lasciando il posto ai frutti con i loro semi, che a propria volta faranno nascere nuove piantine; dei cicli della natura. Dei cuccioli che nascono, crescono e diventano grandi e faranno nuovi cuccioli, e dei grandi che diventano vecchi e che, poi, dopo tanto tempo, muoiono. I singoli individui muoiono, ma la vita continua. Sembra una banalità, ma è una semplice verità, e - in quanto tale - è una cosa che commuove e consola.
2) la morte è un fenomeno irreversibile. I morti sono morti e restano morti. Non ritornano. Non sono presenze impercettibili, non ci guardano dal cielo. Queste sono immagini che spesso i grandi insegnano ai bambini, illudendosi di dar loro consolazione, senza pensare che è terribilmente angosciante pensare di essere costantemente sotto lo sguardo di qualcuno che, rimanendo invisibile, ti vede. Se questo qualcuno è cattivo, ti fa doppia paura, perché ti tiene sempre sott'occhio e perché è cattivo; ma se è buono, o magari



Foto archivio UPPA

sommamente buono, fa ancora più paura pensare di poterlo deludere con le nostre piccolezze o con le nostre colpe, piccole o grandi che siano.

3) la morte consiste nella cessazione di tutte le funzioni vitali. Conviene indicarne alcune: uno morto non parla, non vede, non respira, non soffre, non gioisce, non sorride, non piange, non dorme, non salta, non corre, non gioca, non lavora, non fa pipì, non mangia, non ama, non odia, non sgrida, non premia...

4) noi genitori certamente moriremo, ma dopo dopo doooooopo, quando loro saranno grandi grandi. E che cerchiamo di tenerci vivi non solo per generosità verso di loro, ma anche perché ci teniamo a restare vivi più che possiamo e meglio che possiamo.

VINCERE LA PAURA

L'angoscia che si attiva nei bambini quando pensano alla morte è quella di poter essere abbandonati. È su questo punto che devono essere rassicurati, rispondendo a tutte le loro domande.
Conviene non dire che la morte è come un sonno che non finisce più (... e poi, chi ci va più a dormire la sera?); né dire che la morte è bella perché fa sì che i nostri cari stiano sempre vicini a noi (... così noi, istante per istante, siamo sottoposti al loro controllo e al loro giudizio). Conviene chiarire che la morte non è quella roba lì disegnata come uno scheletro con un mantello nero che va in giro con la falce. La morte è la fine della vita di quell'individuo lì che è morto. Non c'è nessuna falce, nessuno scheletro che vada in giro. Quella è un'immagine simbolica inventata nelle culture agricolocampestri che dice che noi viventi siamo come l'erba del prato che viene recisa dalla falce. È un'immagine

"poetica", che però non è vera. È vera la falce (non lo scheletro) per l'erba che viene falciata per farne fieno da dar da mangiare alle mucche, ma non è vera per gli altri esseri viventi. Vero è che si muore. Che tutti moriremo. Prima o (meglio) poi.

CRESCERE È UN PO' MORIRE

Sua figlia in questo momento non si trova a elaborare un lutto per la morte reale di qualcuno, ma tenga conto che sta crescendo. Crescere vuol dire aprirsi a nuove condizioni, ma anche abbandonare quelle precedenti. Si tratta, quindi, di un lutto. Di una serie di lutti. Pensando alle cose che per lei finiscono (la scuola, la prima fanciullezza), è ovvio che pensi a ogni fine, compresa la fine della vita.
Del resto, la questione della morte e del morire ha sempre impegnato le menti umane come uno dei principali problemi dell'esistenza. Delle epoche antiche rimangono soprattutto le sepolture, che sono l'esito dei riti inventati per affrontare la morte. Che sua figlia si interroghi sul morire e provi le emozioni che il morire suscita in noi significa soltanto che sua figlia è un essere umano.
Se poi in famiglia ci sono concreti indizi che papà e mamma si stanno per separare, è ovvio che in sua figlia si attivi l'angoscia di abbandono, che prende la forma più definitiva della minaccia di morte. Conviene non giocare a rimpattino con queste cose, che sono serie per tutti. Se avete deciso di separarvi, dovete dirlo esplicitamente a vostra figlia, rassicurandola che voi due garantite di non abbandonarla. Dovete spiegarle che mamma e papà non vogliono più essere marito e moglie, come accade a molte persone (portate degli esempi fra i conoscenti), ma che rimarranno sempre mamma e papà per lei.

paolo.roccato@fastwebnet.it