

Ascoltare una storia, un racconto, una fiaba, un mito è un evento particolare, un evento molto amato sia dai grandi che dai bambini. Le storie che vengono raccontate ai grandi parlano di amori torturati, amori corrisposti, amori traditi, Esistono delle storie offerte agli adulti che continuano a catturare l'attenzione anche dopo tempi lunghissimi. Penso a delle trasmissioni televisive che durano ormai da quasi mezzo secolo! Penso al fascino dei film, dei romanzi, ... Le storie che vengono raccontate ai bambini hanno principi, fate, eroi e super eroi, bambini e animali speciali . I personaggi sono evidentemente diversi, ma i racconti hanno sempre un fascino, un'attrazione romantica ed emozionale. Cronologicamente la prima storia che i bambini chiedono e vogliono sentirsi raccontare, più e più volte, è la storia della loro nascita ("Mamma mi racconti quando sono nato?") che inizia sovente con: "Raccontami quando tu e papà vi siete conosciuti!". Da questa storia sorgono molte domande: "e io com'ero?" ; "e tu che facevi?".... L'etimologia ci dice che la parola narrare deriva dal latino (g)narus (informato, esperto), la cui radice gna- indica il conoscere. Farsi narrare la propria storia vuol dire, per il bambino, che qualcuno (la mamma, il papà, le persone importanti) può "ricordare", avere traccia nella propria memoria dell'evento. Ciò significa che loro sono significativi perché la loro esistenza ha lasciato traccia nella mente (e nel cuore) della persona. Il bambino sente d'essere importante, d'essere ricordato e, dunque, amato. Essere ricordati ha questo significato anche per gli adulti; molte persone, per rassicurarsi e fugare la paura di non essere significativi, di non lasciare traccia nel proprio interlocutore, dicono: "Sono XY, si ricorda di me?", altre volte affermano "Le ho detto ZZZ si ricorda?". Bisogna anche dire che il narrare è un atto profondamente umano, connaturato nel nostro essere al mondo e nel vivere la nostra esistenza sociale. Nella storia dell'uomo l'arte del narrare ha sempre avuto un ruolo particolare. Ad esempio nell'antica Grecia il narratore era una figura particolarmente considerata, un personaggio importante che non solo era capace di comunicare, di trasmettere, ma soprattutto deteneva la memoria del popolo, ne conosceva le tradizioni e la storia. L'arte del narrare era qualcosa di sacro che incantava e permetteva la trasmissione della conoscenza. Narrare fa parte della rielaborazione della vita: le persone raccontano accadimenti, narrano episodi della vita. giorno per giorno ci raccontiamo agli altri e a noi stessi. Tutto ci serve per raccontare, non solo le parole che usiamo, c'è la musica emotiva con cui le parole vengono accompagnate. I gesti per esprimere meglio ciò che vogliamo comunicare, le espressioni facciali, la postura, ... e perfino il silenzio ci serve, esso parla e racconta di noi. Si dice che non possiamo non comunicare perché il vestito che indossiamo, la pettinatura che abbiamo o il tatuaggio che si intravede, parla di noi. Quando vogliamo farci conoscere raccontiamo di noi, ci apriamo, riveliamo aspetti intimi di noi stessi. Attraverso il narrare diciamo chi siamo, raccontiamo della nostra vita, ciò che vogliamo, i nostri desideri, dubbi, sentimenti... Ciò spiega perché il narrarsi in psicoterapia acquista un enorme

valore: attraverso ciò che si dice e come lo si dice prende vita la conoscenza di sé. Il tempo della seduta è un unicum irripetibile, un tempo in cui il fare è assente e le preoccupazioni della vita sono temporaneamente sospese. Un tempo tutto per sé in cui è centrale la comprensione del proprio funzionamento emotivo. Ritorniamo alla nostra domanda iniziale: “Perché per i bambini, ed anche per i grandi, ascoltare delle storie è così gradevole? Cercando di articolare delle risposte più precise. Narrare una fiaba, raccontare una storia vuol dire entrare in un ambito comunicativo completamente diverso da quello della vita quotidiana. Il narrare è un’arte: non tutti sono capaci di raccontare. Alcune mamme mi dicono che i loro bambini non vogliono ascoltare le favole. Io penso: “Dipende!” Molti genitori trovano più facile, e a volte bisogna anche dirlo, più comodo, accendere il televisore con un cartone animato. Il bambino non protesta e si addormenta da solo e senza tante storie. La televisione si sa, è fortemente ipnagogica. Questi genitori si sentono incapaci emotivamente ed a volte indisposti fisicamente (forse perché sono stanchi dopo una giornata di lavoro?) nello stabilire con il proprio bambino quel momento magico d’incontro e di relazione che è il momento della favola. Questi genitori non sanno che raccontare una fiaba è utile. Grazie alla favola il bambino arricchisce il suo linguaggio, stimola la sua fantasia, il suo pensiero, sviluppa la capacità mnemonica e di attenzione. L’ascolto contribuisce ad uno sviluppo sereno ed armonioso, ascoltando il racconto dalla viva voce del narratore il bambino crea delle immagini mentali autonome che lo aiutano a prefigurarsi i problemi e le loro soluzioni. L’arte del narrare è come una pozione magica, per poter funzionare ha bisogno di un mago che sia esperto di magia, di elementi particolari che servono per la mistura e di una formula magica. Perché il narrare funzioni, bisogna prendere un tempo specifico: il racconto ha bisogno di un luogo e di un’atmosfera particolari. Nella maggior parte dei casi il momento tradizionale e il più sicuro è la sera, quando le porte e le finestre sono ben chiuse. Riesce meglio d’inverno quando fa un po’ freddo. Bisogna aggiungerci una posizione definita tra colui che narra e l’ascoltatore. La storia viene raccontata al bambino, lo si guarda negli occhi o, il più delle volte, lui si accoccola tra le braccia dell’adulto che racconta. Posizione che avvolge, rilassa e protegge. E’ già una magia stare tra le braccia di mamma o di papà ed averli tutti per sé per un tempo lungo, un tempo lungo quanto la favola. Questa esperienza emotiva profonda resta nel ricordo e stimola l’amore per i libri e la lettura. Ci sono storie che il bambino ripeterebbe all’infinito, storie di cui non si stanca mai, storie che giungono nel suo mondo interiore e aiutano a trovare il modo per nominare le emozioni e affrontarle. Storie che raccontano che tutti, ma proprio tutti, anche gli eroi provano emozioni come la paura di restare solo o di perdere la mamma, il dolore di non sentirsi all’altezza, il disagio di sentirsi inadeguati, ma si trovano i modi per affrontarle e superarle. Per far vivere gli elementi della storia bisogna usare una voce particolare. E’ la voce del narratore che anima il racconto, egli trova le intonazioni giuste, sa usare un timbro ed un tono adeguato che

accompagna gli eventi della storia. Tutti questi ingredienti permettono che la magia del racconto inizi: "C'era una volta".... Sappiamo però che non tutte le storie funzionano per creare la magia, ci vogliono storie particolari, storie che riescano a far sognare, a trasportare l'ascoltatore proprio in quel tempo del "C'era una volta" e proprio in quel luogo meraviglioso e segreto della favola. Ci vogliono storie che offrono al piccolo la possibilità di immaginare, identificarsi, partecipare emotivamente, temere per la vita del proprio eroe ed esultare per la vittoria finale del Bene. Ci vogliono favole che consentono al bambino di accedere ad un altro mondo, un mondo di magia e fantasia, libero da limitazioni temporali, un mondo magico dove non compare nessun elemento storico. Allora, ci vogliono storie con un personaggio che incarni qualità con le quali ogni essere umano può identificarsi; storie che raccontino di eventi credibili. Identificandosi il bambino può immaginare le difficoltà che il suo eroe deve affrontare, quali peripezie deve superare per arrivare alla fine alla meritata vittoria. L'eroe non fugge, non si lascia intimidire, ma è abile ed affronta con intelligenza e coraggio le difficoltà e le ingiustizie. Identificandosi e partecipando il bambino si sente importante, si sente parte di un'unità più grande, manda via il senso di isolamento e di solitudine, e, grazie al lieto fine, rafforza l'autostima. Ci vogliono storie permeate da ottimismo e da successo. Si sa che il Bene vincerà e anche se l'eroe deve combattere o scongiurare potenze pericolose, potrà chiedere aiuto ad altre forze soprannaturali. Aiuto che non gli verrà mai negato se egli confida in loro e ne accetta le condizioni. Per i bambini ci vogliono storie un cui le limitazioni della vita quotidiana possano venire alterate: nel mondo della favola uomini, uccelli, pesci, insetti e animali di vario genere sono in grado di trasformarsi, possono cambiare il loro aspetto esteriore senza perdere l'identità originaria, la loro identità. Persino il sole, la luna e le stelle, le acque e gli alberi sono dotati di una vita soprannaturale. Persone e cose possono essere trasformate in pietre e, una volta spezzato l'incantesimo, riacquistare la loro forma originale. In una vera fiaba non esiste neanche la morte, l'eroe può sempre essere rianimato. Tutte queste condizioni rendono la fiaba a lieto fine, tratto questo indispensabile. Le poche eccezioni a tale regola le ritroviamo nelle fiabe che rientrano nelle storie educative per l'infanzia ove si trovano le ammonizioni contro l'avarizia, la negligenza o l'orgoglio. Ma queste sono altre storie! Ogni età ha le sue favole preferite ed ogni favola veicola informazioni importanti. Bisogna che il genitore conosca i gusti del suo pargolo e scelga con cura. Le storie violente di stragi, zombi, sangue, sparatorie e morti non vanno bene, fanno proprio male ai nostri piccoli. L'esposizione alla violenza, anche se come semplici spettatori, allerta il cervello del piccolo e alimenta la paura. In queste storie con chi potrà identificarsi il bambino, se non con il personaggio più forte e forse anche più violento? Forse non tutti sanno che le favole tradizionali che sono state spacciate "per bambini", non sono state scritte per loro, ma erano modi per trasferire la morale agli adulti. Le fiabe, le storie sono molto amate dai bambini e sono anche oggetto di seri studi antropologici, psicologici e metafisici. Da sempre si sa che le fiabe posseggono un significato profondo,

che va ben oltre il semplice messaggio manifesto. Le fiabe veicolano dei messaggi psicologici importanti che parlano all'inconscio con tale semplicità ed immediatezza che solo l'arte come la musica e la poesia ha altrettanta capacità di sintesi e di parlare direttamente con il profondo. La fiaba è un racconto schematico, coinvolgente breve e concreto. Nella sua netta divisione tra bene e male risponde al bisogno di chiarezza del bambino e attraverso i messaggi profondi della favola che riguardano i sentimenti e le metafore i bambini imparano a chiarire le proprie emozioni, sentimenti e processi interiori, suggerendo soluzioni ai problemi che si presentano, promuovono lo sviluppo della sua personalità e della sua psiche. La fiaba permette al bambino di esprimere la propria vita interiore, le proprie emozioni, sentimenti e fantasie. La profonda risonanza emotiva della fiaba consente al bambino di risolvere i conflitti interiori proiettando le sue ansie e le sue paure e identificandosi con i suoi eroi il suo io ancora fragile, trova il sostegno emotivo che gli consente di far fronte alle difficoltà esistenziali tipiche del suo sviluppo come l'acquisizione dell'autonomia affettiva e la ricerca della sua identità. Infatti, attraverso l'identificazione con l'eroe il bambino ricava una profonda rassicurazione personale rispetto alla propria crescita, egli fa esperienza che le difficoltà verranno superate, i cattivi sconfitti o profondamente compresi e quindi trasformati, e che i piccoli cresceranno