

CORRIERE DELLA SERA

Controcopertina Famiglie tempi liberi Genitori e figli

La gioia si insegna (con l' aiuto delle favole)

I mostri e il film Meglio le risa dei bambini che le loro urla: producono più energia. È la scoperta che Sullivan e Mike (nella foto) i due simpatici protagonisti di Monster & co, film di animazione del 2002, fanno alla fine del film

È necessario resuscitare in noi e insegnare a bimbi e giovani la gioia. Che è un modo di essere, un' atmosfera in cui srotolare la vita, diversa dai picchi della felicità e dalle trappole del benessere. È un patrimonio di forza e capacità di resistere, come dimostrano le memorie dei sopravvissuti a lager e genocidi. È libertà: per questo le vere dittature la proibiscono, negando arte, pensiero, individualità. Anche da noi si cospira contro la gioia: col consumismo, che fa dipendenti, con valanghe di brutte notizie senza le belle, coi celebrati tradimenti delle star e i voltafaccia dei politici, che danno sfiducia nell' indipendenza, nelle idee, nei sentimenti, nella solidarietà. Con la poca protezione dalla delinquenza, che fa sentire inermi. La crisi casca in tutto questo. Riflettiamo quindi su cosa compone e favorisce la gioia, che è il contrario della depressione, cioè del sentimento di impotenza. Non proteggerli troppo Il primo sorriso del bambino è quello della scoperta: a pochi giorni di vita, urla qualcosa che emette un suono e sorride: influenzando in modo sensibile sulla realtà ha sperimentato di esistere. Ecco il primo comandamento: permettere ai bimbi e a noi stessi le esperienze personali. Che significa, riguardo ai piccoli, non anticiparli nelle azioni e non proteggere attraverso loro le nostre facoltative ansie. Lasciarli correre e cadere, vestirsi e mangiare da soli. Non trascinarli per strade e vetrine per loro senza senso. Gioia è conservare la speranza. Non l' illusione, di rado proficua. L' educazione alla speranza consiste nel dare l' esperienza di aver saputo e visto inventare strategie per il domani, nel trovare alternative e non temere il cambiamento. Nel non presentare la vita come un pacco preconfezionato da ritirare così com' è. Nello stesso tempo bisogna sapere che esistono certezze: non materiali, interiori. Non tradire Ed ecco l' importanza di non tradire: poche promesse, mantenute. Fare di tutto perché la coppia resista e la famiglia sia solidale. Perché gli amici siano benvenuti. Perché l' indulgenza sia viva, e la severità pure. Perché il mondo sia presentato ben diviso in bene e male: chi temere e chi no. Le eccezioni verranno dopo. Ecco l' importanza delle favole per l' infanzia, che presentano la realtà dell' imprevisto e dell' aiuto che può arrivare se lo sai cogliere. Che spiegano che ce la si può fare e che, senza giudicare direttamente, inducono al giudizio. Favole e fiabe, non supereroi! I quali insegnano che siamo del tutto insufficienti. Il mito (sbagliato) della vacanza Lasciare che i bambini inventino da soli la giornata di vacanza, cioè saperla inventare anche noi senza ausili esterni. Il mito della vacanza realizzabile solo altrove trasmette l' idea che lavoro e casa siano dei gran pesi. Invece bisogna riuscire a renderli belli: chiacchierando a tavola, riunendosi alla festa, sorridendo spesso. I montanari con le scarpe di legno la sera facevano il filò : se la raccontavano scaldandosi alla compagnia più che al fuoco. Impariamo l' amore per la festa: quella grande di tutti, quella piccola di casa. Parlando, cantando, suonando insieme si stabiliscono legami di esperienze comuni semplici, affettuose. Speranza è anche saper vedere e creare eventi. Perfino il sorgere della luna, il canto di un uccello, lo svegliarsi al mattino sono eventi e sorprese, se non li si vive con indifferenza. E anche salutare le persone, atto divenuto piuttosto raro. Fare fatica per un obiettivo Speranza è sapere che possiamo cambiare le cose, pur accettando o subendo un periodo brutto. È attingere forza dal passato, anche dai racconti altrui. Se uccidiamo il senso della storia, asfissiamo la speranza. Speranza è fiducia in sé. Insegniamo ai bambini e a noi stessi la difficile arte di comandarsi. Invece di portare zainetti e alleviar fatiche diamo e diamoci la gioia di essere stati capaci. Di che? Di fare fatica per un obiettivo. Studiare una notte intera e andar bene anche se si era rimasti indietro. Fare i compiti da soli. Rinunciare a qualcosa che costa troppo. Mettersi tutti a ragionare e trovare una via di uscita. Vedere i genitori che vogliono volersi bene e ci riescono. Rispettare le poche regole che tutti dobbiamo darci, senza indulgenza, ma con grande stima di chi lo fa. Tutti insieme: forza e speranza sono anche composti dalla certezza di avere un gruppo. L' importanza

del gruppo Il gruppo resta dentro di noi anche quando si sia lontani o allontanati per forza. Resta anche dopo la morte, se è saldo. Bisogna dare la certezza che non si tradisce: la famiglia, gli amici, le idee, i principi. E rifiutare chi tradisce davvero. Gioia è certezza della dignità. Quando qualcuno ce la vuole togliere, bisogna che la leviamo a lui, non a noi. Gioia è saper soffrire: accettare la vita sapendo che è come nelle fiabe. Come? Chi non le ricorda, può rileggerle! *psicoterapeuta RIPRODUZIONE RISERVATA

Mormando Federica

Pagina 51

(10 dicembre 2011) - Corriere della Sera