

# Il coraggio un traguardo del bambino, alla volta

Non allontanare il bambino dalle situazioni difficili ma guidarlo nel superare gli ostacoli

Di fronte a un ago, a un ecografo, a una macchina per la risonanza o per i raggi, in sala anestesia, sulla poltrona del dentista, a volte anche sul lettino del pediatra, il bambino può avere paura. Ma la paura non è sempre una nemica e può, al contrario, dimostrarsi una grande alleata in ambito educativo. Avere paura significa chiedersi che cosa stia accadendo, cercare di capirlo e, soprattutto, trovare una strategia per superarla e trasformarla in coraggio. I genitori hanno un ruolo fondamentale in questo processo di trasformazione. Il loro atteggiamento e il modo in cui decidono di gestire quanto accade, è l'elemento chiave per trasformare la paura in coraggio. Allontanare il bambino da ciò che fa paura non significa proteggerlo, significa renderlo fragile. È invece indispensabile accompagnarlo; come in una danza, anche i passi più difficili vanno fatti con leggerezza.



**Elena Ravazzolo**  
Pedagogista

Giacomo ha due anni e mezzo, i suoi genitori hanno notato che qualcosa non va. Il pediatra, dopo una prima valutazione, propone di fare alcune analisi. Dai primi risultati emerge qualcosa di poco chiaro: è opportuno fare ulteriori approfondimenti per i quali è necessario un ricovero. Tra gli approfondimenti c'è una risonanza che chiaramente va fatta in anestesia. Poche righe riassumono un iter noto ad alcune famiglie. I primi a vivere la paura sono proprio i genitori; la paura di scoprire qualcosa di brutto genera prima di tutto la disperazione che può concretizzarsi in tante reazioni tra cui l'agitazione o l'immobilità.

“Avere paura significa chiedersi che cosa stia accadendo e, soprattutto, trovare una strategia per trasformarla in coraggio.”

Ogni volta che si affronta una situazione difficile si assomiglia un po' a un cigno che cammina sulla terraferma. Dovremmo, invece, acquisire la grazia che ha quando scivola elegantemente sull'acqua con quella facilità che rende ogni suo movimento leggero e fluido, impercettibile ed essenziale.

Di fronte a un problema di salute di un figlio, un fulmine a ciel sereno che cade nella propria vita, si è come il cigno sulla terraferma o, per usare un'immagine più disastrosa e più conosciuta, si è come un elefante in una cristalleria.

Quando il tempo è sereno dovremmo, invece, prepararci ad affrontare gli imprevisti, munirci di strategie e strumenti da utilizzare solo in caso di emergenza. È un passaggio che facciamo abitualmente per altri argomenti di vita: si studia per prepararsi a scuola e al lavoro, e per essere all'altezza di una conversazione; si prova per imparare a fare le cose nel migliore dei modi; ci si organizza per essere preparati nella routine quotidiana; si sistema la casa per avere sempre tutto in ordine.

Putroppo, però, si trascurano di prepararsi per affrontare le difficoltà basandosi sulla credenza che alcune cose si affrontano d'istinto, quando capitano. Riflettiamo su quanto ciò sia ingannevole, partendo da lontano. Nessuno considera l'eventualità di una malattia, perché pare portare sventura e la morte viene celata come se il fatto di non parlarne allontanasse da noi ogni possibilità di sofferenza. I bambini vengono spesso tenuti lontani dalle cose brutte per ridurre loro o, se possibile evitare, la sofferenza come se volessimo portarli nel meraviglioso mondo dell'Isola che non c'è. Dovremmo, invece, possedere quanto serve per affrontare tutto ciò che genera paura, dolore e dispiacere, e dovremmo farlo per poterlo affrontare con leggerezza. Questa parola non è sinonimo di superficialità, esprime invece un atteggiamento di piena consapevolezza della situazione e anche di grande lucidità nell'affrontarla. È un atteggiamento paragonabile alla calma esistente nell'occhio del ciclone e, per la verità, è ciò di cui ha bisogno un bambino quando nella sua vita entra la paura. Ha bisogno di sapere che il ciclone finirà, ha bisogno di immaginarsi cosa accadrà una volta che è passato, ha bisogno di sorridere e di ridere anche quando la paura diventa un'immancabile e sgradita compagna. Tanti più strumenti possediamo per far fronte alle necessità nostre e dei nostri figli, tanta più serenità riusciremo a raggiungere e a vivere nelle difficoltà. Essere preparati significa non dover pensare a cosa

fare nel momento in cui le cose capitano, in modo da potersi dedicare alla persona che ha bisogno di tutte le nostre attenzioni.

La leggerezza è la seria ironia che ci permette di affrontare la rabbia, la paura, la tristezza e la disperazione per trasformarli in serenità, coraggio e lungimiranza. In quest'ottica è necessario prepararsi fin dalla nascita del bambino ed esercitarsi con le prime visite spiegandogli, anche se piccolo, cosa farà il dottore in modo che i gesti del professionista siano attesi. È necessario stringere un'alleanza con il dottore per conoscere bene lo svolgersi delle pratiche mediche in modo da anticiparle al bambino dividendole in tappe che lui si aspetta di dover superare. Una sorta di percorso a ostacoli che il bambino può immaginare.

Putroppo, la paura non si dissolve con spiegazioni e racconti. Con essi, il bambino sente che i propri genitori riconoscono la sua paura e, soprattutto, non la ignorano né la sminuiscono. Questa consapevolezza da parte del bambino rende la paura più gestibile a livello emotivo.

Se i genitori di Giacomo saranno capaci di evitare frasi come “non devi avere paura” oppure “non dirmi che hai paura” saranno capaci di proiettare il bambino oltre il momento che la genera. E parleranno di quando sarà passato, del fatto che l'anestesia come il prelievo del sangue fa male ma poi il dolore passa subito, del fatto che la risonanza magnetica è una macchina rumorosa ma capace di fotografare tutto il nostro corpo, senza neanche toccarlo, per permettere ai dottori di trovare ciò che crea il problema per poi risolverlo, del fatto che tutti questi passaggi sono indispensabili per guarire.

Dopo l'esame diagnostico i genitori riconosceranno a Giacomo il coraggio che ha avuto nell'affrontarlo. Sorrideranno insieme, senza mai prenderlo in giro.

E quando il fulmine sarà passato potranno raccontarlo serenamente. ■

“Non dovremmo sminuire la paura, è invece più produttivo riconoscerla ma proiettare il bambino oltre il momento che la genera.”