

Simona Capria

UNA  TATA
PER AMICA

I CONSIGLI DI TATA SIMONA
PER GENITORI E FIGLI FELICI E CONTENTI



Sperling & Kupfer

SIMONA CAPRIA

UNA TATA
PER AMICA

Sperling & Kupfer

UNA TATA PER AMICA

Proprietà Letteraria Riservata
© 2012 Sperling & Kupfer Editori S.p.A.

ISBN 978-88-200-5176-1
35-I-12

La foto dell'autrice è di Fabio De Angelis.

Le fotocopie per uso personale del lettore possono essere effettuate nei limiti del 15% di ciascun volume/fascicolo di periodico dietro pagamento alla SIAE del compenso previsto dall'art. 68, commi 4 e 5, della legge 22 aprile 1941 n. 633. Le riproduzioni effettuate per finalità di carattere professionale, economico o commerciale o comunque per uso diverso da quello personale possono essere effettuate a seguito di specifica autorizzazione rilasciata da AIDRO, Corso di Porta Romana n. 108, Milano 20122, e-mail segreteria@aidro.org e sito web www.aidro.org

*Dedico questo libro a tutti i bambini
che, in quanto tali,
meritano di essere rispettati, amati e protetti.
È un loro diritto e un nostro dovere.*

Il fantastico mondo delle favole

PER ogni bambino è un momento speciale quello in cui un adulto si dedica completamente a lui e lo accompagna nel mondo incantato delle favole. Se ci pensate è una delle poche occasioni in cui non potete essere distratti da altre cose e vi occupate unicamente di lui.

Spesso i genitori, quando un bambino chiede loro una fiaba, vanno in crisi perché non ricordano bene la trama di una favola famosa; in realtà, soprattutto con i più piccoli, è utile raccontare storie semplici prendendo spunto da fatti di vita quotidiana. In questo modo per il bambino sarà più facile comprendere il messaggio del racconto.

Utilizzate le fiabe per permettere ai figli di metabolizzare un vissuto: per esempio, la storia di una bimba felicissima di andare all'asilo, la storia di un papà che intraprende un viaggio avventuroso in aereo, o di una nonna che va a casa del dottore per curare la gamba malata; ma ricordatevi sempre di farle finire in maniera positiva ed entusiasmante!

Quando invece leggete un libro a vostro figlio, rende-

telo partecipe, fermatevi spesso per fargli vedere le figure, guardatelo e accarezzatelo di tanto in tanto per fargli sentire la vostra presenza. Se vi rendete conto che una storia lo agita o addirittura lo impaurisce, non smettete di raccontarla, ma ammorbidite il finale; se la lasciate in sospeso si farà un'immagine distorta e ancora più terribile della conclusione.

Immedesimazione e creatività

Quando il bambino cresce ed è in grado di formulare pensieri astratti, chiedetegli di costruire insieme delle storie: sarà un modo per conoscere meglio la sua giornata a scuola, i suoi compagni, le sue paure e i suoi sogni; attraverso il racconto potrete aiutarlo a semplificare delle situazioni che per lui sono difficili da superare.

Le fiabe sono un mezzo per conoscere i fatti della vita, anche quelli più crudeli, in maniera controllata e non pericolosa; il bambino impara a riconoscere le emozioni, a dar loro un nome e a capire quali conseguenze portano. Per esempio, la favola di Pollicino aiuta a comprendere e metabolizzare la paura dell'abbandono, la consapevolezza che i genitori sono umani e quindi capaci di fare cose buone e cattive.

Raccontare una storia permette al bambino di accrescere la fiducia in se stesso e nelle proprie capacità: immedesimandosi nel protagonista della fiaba, può escogitare soluzioni alle azioni degli antagonisti, e il genitore lo può

accompagnare nell'avventura sottolineando che il bene vince sempre sul male.

Il bambino deve quindi essere guidato nel viaggio verso il raggiungimento della consapevolezza che c'è qualcuno all'infuori di lui che lo supporta e lo sostiene.

Le emozioni possono essere vissute e gestite, ma mai annullate. È inutile (anzi, controproducente!) dire a un bambino «non essere geloso», «non essere arrabbiato», o ancora «non essere invidioso», gli si può spiegare invece che cosa gli sta succedendo e dirgli come affrontare al meglio quella fastidiosa sensazione, anche attraverso racconti fantastici; l'accettazione delle emozioni e di quello che comportano è uno dei capisaldi del benessere psicofisico e relazionale.

Con l'immedesimazione, il bambino impara (guidato dall'adulto!) a gestire e superare le emozioni che derivano dalle esperienze di vita quotidiana.

La lettura di una favola, a differenza della visione di un cartone animato o di un film, stimola la sua creatività interiore e lo spinge a immaginare e costruire, attivando delle rappresentazioni mentali, creando delle risoluzioni concrete di problemi reali. Nelle storie si dà la possibilità ai più piccoli di capire la differenza e, in futuro, di scegliere tra i valori buoni e quelli cattivi.

Inoltre il bambino impara le regole della vita relazionale e sociale. Chi ascolta si identifica con i personaggi della storia, soprattutto con il protagonista, ma anche con il lettore, ovvero colui che osserva le esperienze, le interpreta, dà valore ai sentimenti e li vive. Questa identificazione può essere usata soprattutto quando un adulto ha delu-

so il bambino, recuperando i rapporti, consolidando le esperienze positive. Quante volte sarà capitato che i vostri figli vi chiedessero di raccontar loro la stessa storia ancora e ancora! I bambini amano sentire ripetere più volte la medesima cosa per rivivere il piacere rassicurante di immedesimarsi in ciò che è noto e conosciuto.

Non dimenticate che la lettura dei libri fin dai primi momenti della vita del bambino aiuta lo sviluppo del linguaggio, stimola l'attenzione e la concentrazione. È importante soprattutto che il piccolo maneggi i libri come maneggia tutti gli altri giochi, così che possa imparare a familiarizzare con questi oggetti e a utilizzarli.



Come si inventa una fiaba?

Occorrente:

- entusiasmo;
- pazienza;
- trasporto e interpretazione dei personaggi;
- voce calda e rassicurante;
- contatto fisico con il bambino durante il racconto.

Non c'è nulla di più divertente che inventare una favola insieme con il vostro bambino! Se lui continua a chiedervi di raccontare sempre la stessa, un giorno potrete

stupirlo, chiudere il libro ormai logoro e **inventarvi una storia** che veda come protagonista il personaggio amato dal bambino che lotta contro mostri, conquista grandi poteri, viaggia verso mete sconosciute e Paesi fantastici; ma il finale deve essere sempre positivo!

Ogni favola dovrebbe avere un insegnamento perché è un mezzo che trasporta valori complessi per il vostro bambino in modo semplice.

Prendete spunto dalle fiabe più note: *Cappuccetto rosso è un bimba un po' disubbidiente, che se avesse ascoltato la mamma non avrebbe incontrato il lupo, ma poi arriva il cacciatore che salva lei e la nonna.*

Coinvolgetelo nel continuare la storia: imparerete a conoscere i suoi desideri, le sue paure, ciò che succede quando voi non ci siete, e gli permetterete di esprimere cose che altrimenti non riuscirebbe a raccontarvi; è probabile che, se ha vissuto all'asilo o a scuola qualcosa che lo ha turbato, lo riprodurrà nella storia e voi potrete aiutarlo a metabolizzare la situazione dandole un lieto fine.