

17 OTTOBRE 2020

## IN ESCLUSIVA LA PSICOTERAPEUTA E PSICHIATRA ADELIA LUCATTINI. PERCHÉ LE FIABE FANNO COSÌ BENE AI BAMBINI



ROMA – Le fiabe sono state raccontate e raccontate per centinaia di anni. Solo Cenerentola ha una storia di 1000 anni con 700 versioni in tutto il mondo tra cui l'antico Egitto, Africa, Giappone e Asia. All'inizio, le fiabe non erano pensate per i bambini. I viaggiatori andavano di città in città e poi in tribunali reali fornendo notizie e intrattenimento a persone semplici e che non avevano potuto studiare, le fiabe venivano tramandate come racconti orali, non scritti. Charles Perrault fu il primo a mettere le storie alla penna. Nel 1600 "La bella addormentata" e "Cenerentola" furono trascritti e rivisti per adattarsi alla sensibilità della Corte del Re Sole, in Francia. Nel 1812 i fratelli Grimm raccolsero storie da una vasta gamma di fonti e pubblicarono un libro come un'opera erudita non destinata ai bambini. Gianni Rodari scrive a proposito delle fiabe: "Credo che le fiabe, quelle vecchie e quelle nuove, possano contribuire a educare la mente. La fiaba è il luogo di tutte le ipotesi".

***Ne parliamo con la psichiatra Adelia Lucattini, psicoterapeuta e psichiatra della Società Psicoanalitica Italiana (SPI) e International Psychoanalytical Association (IPA)***

**Dottoressa Lucattini, possiamo affermare che fiabe aiutano i bambini a crescere e a sviluppare l'intelligenza?**

Le fiabe forniscono ai bambini un mezzo per lavorare sulle loro lotte interiori e trovare soluzioni. Le fiabe fanno eco allo sviluppo di un bambino e i bambini potrebbero volerle ascoltare più e più volte mentre crescono. Le fiabe hanno molti livelli di significato, i significati cambiano a seconda dell'età del bambino, delle sue fasi evolutive e delle sue diverse difficoltà. Un messaggio chiaro delle fiabe è che anche nella vita dei bambini e una lotta contro le difficoltà è inevitabile, ma se affrontate con coraggio, furbizia, intelligenza, anche se sempre con un po' di paura, anche difficoltà inaspettate e ostacoli

apparentemente grandi, alla fine saranno superati. Le fiabe inoltre aumentano l'immaginazione. L'immaginazione di un bambino è una cosa potente e unica. Non è solo usata per inventare storie e giochi, è un fattore chiave per il pensiero e la creatività, e può orientare il tipo di istruzione, la futura carriera e vita presente. Con l'immaginazione arriva anche altre culture: le fiabe includono spesso culture e modi diversi di fare le cose. Insegnano ai bambini le differenze nel mondo al di fuori dal loro ambiente, permettono di viaggiare con la fantasia, incuriosiscono e spingono, divertendo, a ad imparare cose nuove, sperimentare nuovi ruoli, conoscere nuovi mondi.

### **Perché nelle fiabe è così marcata la differenza tra il bene e il male?**

Stare nelle fiabe con cavalli magici e delle scarpette di cristallo è una aiuta a interiorizzare un senso morale. È nel DNA delle fiabe avere una lezione morale forte: la lotta tra il bene e il male, l'amore e la separazione, il perdersi ed il ritrovarsi, l'amicizia e l'invidia, la generosità e la gelosia. Nelle fiabe sono presenti tutti i sentimenti umani, rappresentati ognuno da un personaggio. I protagonisti, di solito con l'aiuto di un adulto ma a volte anche di un altro bambino, troveranno sempre una soluzione e la strada per tornare a "casa", la casa fisica e la casa interna, il luogo dei sentimenti, della sicurezza e dell'amore. Le fiabe attraverso personaggi ben definiti, buoni o cattivi, aiutano i bambini a comprendere la differenza tra bene e male, non attraverso l'insegnamento diretto, ma attraverso l'identificazione e l'immedesimazione con i personaggi. Le fiabe insegnano ai bambini che il bene trionferà sempre e, mentre questo potrebbe non essere vero negli aspetti del mondo reale, la lezione è semplice e importante: sii l'eroe, non il cattivo, impara a sperare prima e ad adoperarsi per il meglio poi.

### **Come agiscono sullo sviluppo del pensiero e delle emozioni?**

Le fiabe insegnano ai bambini il pensiero critico, mostrano le conseguenze delle decisioni dei personaggi e insegnano che ciò che accadrà loro dipende dalle scelte che fanno. Non tutti i personaggi possono essere un buon modello di comportamento, anche "i buoni" possono essere donzelle in difficoltà o principi spericolati. Ciò che le storie insegnano, però, è che quando accadono cose brutte, hai delle decisioni da prendere. Se fai la cosa giusta, tutto può andare a posto anche se dopo qualche tentativo. Non solo le fiabe preparano i nostri figli alla vita nella società e a prendono decisioni corrette ma insegnano loro come affrontare il conflitto in se stessi. Lo psicoanalista infantile Bruno Bettelheim, specializzato nell'importanza delle fiabe nell'infanzia, scriveva che le fiabe possono aiutare i bambini a gestire l'ansia che non sono ancora in grado di spiegarsi. Nelle fiabe i bambini sono spesso il personaggio principale e il più delle volte vinceranno contro il male della storia. I piccoli lettori possono identificarsi con il bene e trovare in se stessi l'eroe, il principe o la principessa.

### **Quanto è importante per i bambini imparare divertendosi?**

Naturalmente è importantissimo, per questo le fiabe piacciono tanto e non solo ai bambini, basta pensare a tutte le versioni cinematografiche delle fiabe con attori famosi e pensati anche per un pubblico adulto. Sono racconti avventurosi e pieni di colpi di scena! I bambini mentre si fanno cullare dalla voce della mamma o del papà comodi nel loro lettino o nel lettone con loro, possono immergersi nel mondo incantato delle fiabe e decollare per un altro mondo, un'altra dimensione in cui i draghi volano e i principi combattono, le fanciulle affrontano mille peripezie, cantano, ballano, vanno alle feste, viaggiano, esplorano il fondo del mare e le misteriose creature che vivono nelle fontane... Un altro fattore importante è il leggere insieme. Infatti, la lettura ad alta voce da parte di un adulto, sollecita la creatività dei bambini, incoraggiandoli a inventare i propri personaggi mentre li rassicura di poter vincere qualsiasi strega cattiva! Le fiabe hanno anche un valore naturalmente pedagogico, mostrano buoni comportamenti e buone maniere. I genitori non possono educare i propri bambini solo attraverso imposizioni, anche se talvolta necessarie, l'educazione è veicolata dall'esempio personale e dal racconto di tanti tipi di esempi in situazioni diverse, proprio attraverso le fiabe. La "morale" che le storie insegnano, rimane impressa nella memoria dei bambini, li fa riflettere sul loro comportamento e arricchisce il loro modo di pensare in modo naturale, con piacere accompagnandoli mentre crescono.

### **Possono allontanare dall'uso eccessivo di smartphone e giochi elettronici?**

Anche bambini che già usano il cellulare o giochi elettronici fin da piccoli, traggono un grande beneficio dalle favole. Il racconto fatto dai genitori, il suono stesso della loro voce, li spinge ad immaginare

anziché “vedere”, che li allena ad ascoltare anziché a guardare, che allentano la tensione, sollevano dalla fatica della giornata. I bambini hanno delle giornate intense e molto faticose, a volte la tensione, non permette loro di addormentarsi, per questo la voce calma, ritmica e cantilenante della mamma e del papà possono essere un vero balsamo per la mente e un luogo dove le emozioni e gli stimoli della giornata possono trovare una loro collocazione, uno spazio, così che il bambino si possa finalmente riposare.

### **Rende bravi a scuola?**

Leggere le favole ai propri figli li aiuta a migliorare la propria comprensione scritta, un’abilità fondamentale e collegata ad altre capacità come la gestione del linguaggio orale, come parlare durante verifiche e interrogazioni e poi in pubblico, induce il piacere della lettura e sviluppa il pensiero critico, cioè la capacità di riflettere e farsi delle domande. Aiuta ad andare bene a scuola. Lo sviluppo della comprensione scritta è particolarmente importante perché fornisce ai bambini gli strumenti necessari per affrontare la vita scolastica con successo.

### **Come scegliere i libri più adatti?**

Scegliere un libro di storie che ha molte grandi immagini, è sempre una buona idea un libro scelto dal bambino. Guardate le foto insieme mentre gli leggete la fiaba. Dedicate un tempo specifico a questa attività facendola diventare un appuntamento fisso, ogni giorno. Una storia della “buonanotte” crea un legame speciale tra genitori e figli. Se l’ora di andare a dormire non andasse bene, allora scegliete un’altro momento, quando voi e il vostro bambino siete a vostro rilassati, “comodi” e con meno distrazioni tipo TV o giochi elettronici. I gusti dei bambini sono importanti. Scoprire cosa interessa di più al bambino, potrebbe essere una macchinina, come si cucina, un personaggio dei cartoni animati, un luogo in particolare o un piatto (primo, secondo, dolcetti, frittata, etc) o qualcos’altro. I genitori possono iniziare a tessere una storia intorno al suo interesse aggiungendo dettagli ad essa. Creare una storia breve la prima volta, includendo gradualmente sempre più dettagli in base alla vostra fantasia e ai loro gusti. La voce della mamma o del papà, fanno miracoli per un bambino e ascoltare le storie di mamma o di papà può intrecciare un legame “speciale” tra loro. Amo molto l’affermazione di Albert Einstein: “Se vuoi che i tuoi figli siano intelligenti, leggi le fiabe: se vuoi che siano più intelligenti, leggi più fiabe”.

Vai all’articolo:

<https://www.ilmediterraneo.online/2020/10/17/in-esclusiva-la-psicoterapeuta-e-psichiatra-adelia-lucattini-perche-le-fiabe-fanno-cosi-bene-ai-bambini/>