

Università degli Studi di Ferrara
Dipartimento di Studi Umanistici



Master in:

“Tutela, diritti e protezione dei minori”

a.a. 2016/17

*“Il bambino in lutto:
percorsi educativi e psicoterapici
nell’elaborazione della perdita”*

Relatore
Ch.ma Prof.ssa Franca Miola

Elaborato di
Anita Govoni

INDICE

Introduzione	p. 3
Primo capitolo - I bambini a confronto con la perdita	p. 5
1.1 Come i bambini si rappresentano la morte	p. 5
1.2 Educare alla perdita fin da piccoli	p. 8
1.3 La forza racchiusa nei racconti che affrontano il tema della perdita	p. 10
Secondo capitolo - Il lutto infantile	p. 15
2.1 Perdere precocemente un genitore	p. 15
2.2 Disturbi associati alla perdita di un adulto significativo	p. 17
2.3 Percorsi psicoeducativi e psicoterapici di sostegno nell'elaborazione del lutto: come prevenire il sopraggiungere di disturbi cronici	p. 21
Terzo capitolo - Il ruolo delle figure adulte nell'elaborazione del lutto infantile	p. 27
3.1 Genitori e figli nell'elaborazione del lutto condiviso	p. 27
3.2 Insegnanti e educatori: una rete di sostegno nel dialogo sulla morte a scuola	p. 29
3.3 Dare voce al dolore della perdita. Un caso di elaborazione del lutto nella scuola per l'infanzia	p. 33
Conclusioni	p. 35
Bibliografia	p. 37

INTRODUZIONE

L'argomento che ho deciso di affrontare riguarda la perdita precoce di un genitore e la conseguente elaborazione del lutto nell'infanzia. Ciò implica pensare a priori a quali siano le modalità attraverso le quali avvicinare i bambini a tale argomento, anche qualora non ne siano direttamente coinvolti.

Un'educazione alla morte che parta dall'ascolto e dal racconto, che affronti attraverso narrazioni e storie adatte ai più piccoli questi argomenti, ancora difficilmente affrontabili dagli adulti e dagli stessi genitori, partendo proprio dai grandi interrogativi e dalle domande che i bambini si pongono sulla morte e sul dopo vita.

Diviene necessario affrontare questi temi adottando modalità e percorsi di avvicinamento all'elaborazione del lutto, attraverso laboratori collettivi che educino i bambini di ogni età a non avere paura della morte, ma a comprendere che essa stessa fa parte della vita.

La perdita prematura di un genitore e il conseguente trauma legato all'evento luttuoso comporta un processo trasformativo dal punto di vista identitario e di accettazione della realtà dei fatti, che richiede tempi e spazi pensati per la ridefinizione del proprio mondo interno.

Qualora questo non avvenga, esistono tutta una serie di reazioni disfunzionali e disturbi affettivi, cognitivi e/o comportamentali legati al lutto e alla perdita di una persona cara che possono sfociare persino nella psicopatologia ed influenzare lo sviluppo evolutivo di quel bambino, le sue relazioni future, il suo modo di percepire il mondo.

Molti dei disturbi che si possono manifestare sono spesso legati ad una richiesta d'aiuto da parte del bambino, che mostra di non essere capace da solo di fronteggiare un tale trauma, ed anche qualora tali disturbi restino latenti a seguito della rimozione da parte della persona dell'evento traumatico, sono in grado di manifestarsi dopo molto tempo ed essere ancora più devastanti. Esistono percorsi psicoeducativi e psicoterapici in grado di aiutare i bambini che stanno vivendo un evento luttuoso ad affrontare con la dovuta attenzione e sensibilità la morte di un genitore, mediante il progressivo avvicinamento all'elaborazione del lutto, ma anche attraverso il sostegno ai genitori "sopravvissuti" nel comunicare al proprio figlio la morte dell'altro genitore.

Nel terzo capitolo si è prestato attenzione al ruolo che rivestono le figure adulte nel processo di elaborazione della perdita; nello specifico ciò che implica da parte del genitore rimasto condividere con il proprio figlio un lutto primario e il ruolo della scuola e degli insegnanti nel sostegno alle famiglie che hanno subito una grave perdita.

Molte famiglie si mostrano impreparate ad affrontare certi argomenti con i propri figli, soprattutto quando si parla della scomparsa di una persona cara, ma risulta ancora più dannoso assumere un atteggiamento evitante, lasciandoli conseguentemente da soli a far fronte al loro dolore. Il dialogo diviene un ottimo strumento terapeutico, qualora non sia contraddistinto da bugie o non detti che hanno un effetto ancora più destabilizzante, nell'offrire un autentico sostegno emotivo nel percorso di elaborazione della perdita.

Tale tesi vuole essere testimonianza del valore di un'educazione alla morte che coinvolga non soltanto il minore e la sua famiglia, ma l'intera collettività, sensibilizzando la popolazione ed in particolare i bambini su tematiche che molto spesso non vengono affrontate, ma che hanno un risvolto non indifferente sulla nostra vita.

1. I bambini a confronto con la perdita

1.1 Come i bambini si rappresentano la morte

I bambini hanno disparate modalità di rappresentare a sé stessi la scomparsa di una persona cara, l'assenza che li pervade e la sofferenza che ne consegue.

Come gli adulti, anche i bambini vivono sentimenti spesso ambivalenti e contrastanti associati alla morte e mostrano difficoltà ad esprimere a parole ciò che sentono nel profondo. Per un bambino questo passaggio non è facile perché, a differenza dell'adulto, egli deve ancora svilupparsi cognitivamente e la sua capacità di concettualizzare pensieri complessi e di dare significato ad eventi così traumatici e di difficile comprensione, richiede uno sforzo cognitivo-emotivo notevole. Si pensa che i bambini molto piccoli o perfino i neonati non siano in grado di provare una soglia del dolore così elevata come quella causata da un lutto, ma in realtà il dolore provocato dalla perdita di una persona amata è devastante tanto quanto quello provato da un adulto. Per i bambini è più difficile esprimere tale sofferenza soprattutto a parole; il loro dolore trova espressione mediante comportamenti apparentemente ingiustificati o attraverso disturbi improvvisi quali: shock, incredulità per ciò che sta accadendo e rifiuto/negazione della perdita, rabbia non soltanto verso chi è scomparso ma anche verso chi non ha impedito che ciò accadesse.

Vi sono bambini che si sentono in colpa per la morte di una persona cara, come se l'evento fosse dipeso dalle loro azioni. Bambini che hanno condiviso con la persona amata momenti di sofferenza e di impotenza, si pensi a persone che hanno malattie croniche o patologie degenerative, possono vivere momenti di rabbia e dolore per la morte della persona a loro cara, tuttavia possono anche esperire una forma di sollievo dopo aver vissuto indirettamente mesi o anni di agonia con quella persona. Alcuni bambini vivono un'alternanza di sentimenti positivi e negativi, spesso associati alla paura nei confronti della morte, un forte senso di abbandono e nei casi molto gravi forme di depressione. Spesso questi sentimenti sono associati a sintomi fisici che si manifestano attraverso il corpo e che possono essere esternalizzati verso due poli estremi: eccessivo o ridotto appetito, insonnia o eccesso di sonno, disturbi somatici di varia entità, ansia e senso di oppressione. Capita che i bambini vivano sintomi transitori simili a quelli della persona malata che hanno perso, identificandosi con le sofferenze provate da quest'ultima in vita. Questi fenomeni sono molto comuni nell'infanzia e non sempre vengono identificati restando latenti, ciò dipende dal fatto che alcuni bambini non manifestano subito tali disturbi, ma possono passare mesi, a volte anni prima che il bambino reagisca alla perdita. Il perdurare nel tempo di tali sintomi e disturbi cronici, se sottovalutati o non diagnosticati in tempo, possono portare a vere e proprie psicopatologie sia infantili che in età adulta.

Esistono quattro fasi che caratterizzano un'adeguata o una mancata elaborazione del lutto.

La prima fase, detta del torpore e dell'incredulità, ha una durata che può estendersi da poche ore a settimane: l'individuo non vuole accettare l'idea che la persona amata non ci sia più vivendo l'evento come fosse temporaneo o transitorio. Vi è un conseguente congelamento emotivo: la persona crea una dissociazione fra l'esperienza che ha vissuto e le emozioni che tale esperienza generano in lui/lei. La negazione di quanto accaduto porta l'adulto o il bambino a opprimere nel profondo i sentimenti dolorosi che inevitabilmente riemergeranno, ma questa volta con un'intensità maggiore.

La seconda fase consiste nello struggimento e nella ricerca della persona amata che può durare mesi o persino anni. Il bambino è portato a ricercare in modo assillante la persona scomparsa, a chiamarla o persino a reclamare la sua sparizione; tale comportamento ossessivo è spesso associato a sentimenti di collera e pianto incontenibile.

La terza fase caratterizzata dalla disorganizzazione e dalla disperazione è spesso associata a sentimenti di abbandono, di struggimento verso la persona amata e di collera verso coloro che non hanno impedito la morte. In questa fase, soprattutto qualora ci si trovi di fronte un minore, è inutile riportare la persona alla realtà dei fatti, mentre risulta molto utile guardare attraverso il punto di vista del bambino, sostenendo i suoi stati emotivi e rispettando ciò che in quel momento sta provando, anche se non in linea con l'evento reale. Come asserito in precedenza questo allontanamento transitorio dal reale deve essere temporaneo e non ossessivo, pena il ricorso a sostegno psicoterapico o di natura affine.

L'ultima fase consiste in una progressiva riorganizzazione dell'esistenza senza la persona amata, caratterizzata dalla necessità del soggetto di recuperare il proprio stato di benessere interiore, mediante strategie di progressivo adattamento alla realtà attuale. Affinché questo avvenga è necessario che l'adulto osservi e sostenga il bambino, monitorando i suoi comportamenti, i suoi pensieri, la capacità di quest'ultimo di controllare i propri stati emotivi. L'evento non può essere rimosso definitivamente dalla mente, ma può essere rielaborato per convivere con esso.

Fino all'età di tre anni, i bambini hanno notevoli difficoltà a percepire il dolore degli altri associato alla perdita, in quanto non riescono ancora a formulare pensieri così complessi. Solo a partire dai tre anni iniziano a sviluppare un pensiero più completo che, anche se ancora molto semplice e basilare, permette loro di dare spiegazioni a concetti per mezzo di immagini e parole. I bambini in età superiore ai sette anni, arrivano progressivamente a sviluppare pensieri sempre più complessi ed articolati, percependo il proprio carico emotivo e quello altrui, riconoscendo il dolore che si sta annidando nei loro pensieri. Come sostengono Alberto Pellai e Barbara Tamborini: "Il dolore è percepito in tutto il suo spessore e il confronto con la morte si sviluppa su congetture e ipotesi che oscillano tra il pensiero razionale, ormai consolidato, e il pensiero metafisico, oltre la materia" (Pellai A., Tamborini B., 2011, p. 21).

D'altro canto, anche l'adulto può vivere l'evento luttuoso mediante spaesamento e non accettazione per quanto accaduto. Si pensi per un bambino quanto questo percorso di significazione possa essere complesso e a volte molto doloroso, ancora di più se l'evento avviene improvvisamente ed inaspettatamente. Ecco perché diviene importante sostenere i bambini nel raccontare il proprio vissuto legato alla scomparsa di qualcuno che si è amato, non negando o rifiutando il dolore che spesso accomuna grandi e piccoli, ma accompagnando quest'ultimi nel riconoscimento della morte come parte ineludibile e compresente alla vita.

Condividere le proprie paure, le fantasie, i vissuti che riaffiorano ogni qualvolta pensiamo alla persona che non è più con noi, è un primo ed importante passo verso un percorso di riflessione e di acquisizione di consapevolezza rispetto all'evento traumatico.

Come sostiene Daniel Oppenheim [2004 (2000), p. 10], parlare della morte significa anzitutto parlare dei lutti: quelli avvenuti in un passato più o meno lontano, di persone più o meno vicine ma che hanno avuto un ruolo importante e significativo negli avvenimenti e nelle logiche della nostra vita, a volte anche a nostra insaputa. Il lutto è un percorso inevitabile, necessario,

nel cui svolgimento e sviluppo, fino al momento del suo superamento – che richiede tempo – la sofferenza non manca mai. Il lutto si impone all’adulto come al bambino. Costituisce una prova di grande maturità, tramite la quale ognuno prende coscienza della mortalità dell’essere umano, di se stesso come dei propri genitori o dei propri cari. Ma aiuta anche a prendere coscienza del fatto che la persona che muore non trascina i vivi con sé nella morte, non ferma la vita.

I bambini sono portati a vivere quotidianamente diverse occasioni e situazioni associate alla perdita che conseguentemente li portano a crearsi una rappresentazione ed un pensiero circa la morte; si pensi ad esempio a bambini che hanno vissuto la perdita di un animale domestico, che, come ben sappiamo, diviene un componente importante della famiglia da un punto di vista affettivo. Altre situazioni legate alla morte sono per esempio il vivere indirettamente la perdita di una persona cara, di un proprio compagno di classe o di un amichetto d’infanzia, il vedere documentari sugli animali che mostrano il legame tra vita e morte, la cronaca in televisione che ci informa continuamente di guerre, morti, genocidi, di cui spesso sono protagonisti i bambini, la scuola quando affronta temi storici che hanno coinvolto molte persone, accomunate molto spesso dalla morte, si pensi ad esempio alla Shoah o ancora ai videogiochi o ai cartoni animati che trattano la morte a volte con molta noncuranza rispetto all’impatto emotivo che questa potrebbe suscitare in un bambino.

Ogni persona, bambino o adulto che sia, è destinata a vivere tale evento che può avvenire in maniera diretta (morte di un genitore o di un componente importante della famiglia) o indiretta. Sicuramente la perdita di una persona affettivamente importante o di una figura genitoriale in età infantile è una di quelle esperienze che segna inesorabilmente la vita di quel bambino, cambiando il suo modo di vedere il mondo e gli fa percepire se stesso come diverso rispetto a prima. Tuttavia attraverso il riconoscimento e l’elaborazione della perdita è possibile risignificare l’esperienza traumatica e riuscire, anche in età adulta, ad imparare a convivere con essa.

Perdere qualcuno che si ama può farci sentire diversi dentro: non solo il mondo esterno cambia, ma anche la nostra persona [Sunderland, 2003 (2006), p. 10].

Ciò è possibile mediante la narrazione del proprio vissuto, la condivisione del dolore associato alla perdita ed il supporto da parte di adulti significativi quali: il genitore “sopravvissuto”, gli insegnanti, gli educatori, gli psicologi, gli psicoterapeuti infantili e la più vasta comunità di appartenenza. Tale rete sociale può divenire un elemento fondante nella mediazione fra il bambino e la persona che non c’è più ma che esiste ancora nei suoi ricordi e nella sua memoria.

La perdita porta con sé una miriade di emozioni e sentimenti, spesso contrastanti. Da un lato il bambino si sente fragile, sente di aver perso la propria base sicura e crede che tutto ciò che lo circonda non sia più protetto come un tempo, vivendo tale momento con rabbia e disperazione. Dall’altro capisce di non sapere cosa effettivamente sta accadendo, cosa succede quando una persona viene a mancare, dove va, se esiste una realtà parallela dopo la morte. Questi sentimenti sono associati spesso a paura ed impotenza rispetto a qualcosa che non si conosce e che nessuno conosce. Il dolore associato alla morte di una persona amata, scatena nel bambino domande che spesso sembrano inspiegabili; sta all’adulto rispondere a queste domande che sono lecite e che sono parte integrante del processo di elaborazione del lutto.

Il bambino prende progressivamente consapevolezza del fatto che anche lui è un essere mortale e che di conseguenza potrebbe essere direttamente coinvolto in una simile esperienza. Con il passare degli anni prende sempre più coscienza del fatto che chi lo circonda, gli affetti, le persone significative della sua vita sono mortali tanto quanto lui e potrebbero scomparire da un momento all'altro. Se prima poteva associare la morte ad un evento temporaneo, dipeso dal fatto che lo sviluppo cognitivo necessita di tempo nell'elaborazione di eventi così complessi e di cui spesso sono ignari gli stessi adulti, ora riconosce quanto la morte sia una cosa definitiva da cui non si torna indietro e ciò rischia di creare una voragine caratterizzata da un silenzio assordante, da una distanza emotiva rispetto alla fragilità di quel bambino e alle sue domande inaccolte.

Le domande dei bambini divengono spunto da cui partire per affrontare temi delicati e complessi, attraverso un dialogo semplice e sincero, in cui non è solo il bambino a sentirsi fragile e scosso da ciò che sta accadendo o che è già accaduto, ma bensì è lo stesso adulto che condivide con lui il dolore, spesso celato, che una perdita porta inesorabilmente con sé. È attraverso tale dialogo che il bambino esprime le sue riflessioni circa il proprio modo di vedere le cose e il mondo che lo circonda e rispetto alla morte in quanto realtà della/nella vita.

La disponibilità dell'adulto nell'affrontare questi argomenti – vissuti dalla nostra società ancora come tabù – diviene fonte di ricchezza per quel bambino che ha necessità di rispondere ai diversi interrogativi della vita che lo assillano, trasformando quel silenzio assordante in un silenzio condiviso. Il bambino sente di non essere più solo con il proprio dolore, ma sa che può contare su persone che condividono la sua stessa sofferenza o che perlomeno riconoscono ciò che sta provando, non negando o rifiutando quanto sta accadendo, ma avendo cura di esserci per l'altro, per quel bambino che deve superare una prova davvero molto difficile (Cfr. Oppenheim, 2004, pp. 10-21).

Vi sono bambini, che più di altri mostrano resistenze e notevoli difficoltà ad esternare quanto stanno vivendo, chiudendosi sempre più nel loro mondo fatto di solitudine e di disperazione. Questi bambini non ricercano conforto da parte delle figure adulte, né tantomeno da chi sta vivendo il loro stesso dolore. Altri bambini viceversa sembrano aver ripreso la vita di tutti i giorni, sembrano spensierati e sereni agli occhi ignari degli adulti, mentre dentro di sé celano una sofferenza lancinante che spesso non trova modalità di esternalizzazione.

Bisogna sempre tenere conto che vi sono diverse variabili che possono influenzare il modo in cui il bambino affronterà il dolore della perdita, come l'età in cui il bambino vive tale esperienza, le capacità e competenze emotive del bambino in quel dato momento e della rete affettiva di supporto che gravita attorno a quest'ultimo, il tipo e la qualità di relazione che il bambino aveva stretto con la persona scomparsa e la modalità e le circostanze che hanno portato alla perdita della persona cara (Cfr. Pellai A., Tamborini B., 2011, p. 20-33).

1.2 Educare alla perdita fin da piccoli

Ogni bambino è un caso a sé ed elabora la perdita diversamente dai propri coetanei. Affinché questo avvenga nella maniera più adeguata e delicata possibile è necessario che la figura di riferimento o qualsiasi altro adulto significativo sia in grado di aiutarlo a comunicare e ad elaborare le proprie emozioni associate a tale trauma. Non mi riferisco soltanto a bambini che hanno vissuto un lutto in famiglia di un genitore, di un fratello/sorella o di un/a nonno/a, ma a tutti i bambini che vivono l'esperienza della scomparsa: inevitabilmente verranno a contatto nella loro vita – spesso

precocissimamente – con la perdita di qualcuno o di qualcosa. Non sempre la perdita è fisica, concreta e tangibile, come nel caso della morte di una persona, molto spesso è virtuale, simbolica, astratta. Ciò avviene quando un bambino viene allontanato da un genitore o da entrambi per molto tempo per via di maltrattamenti o abusi o, ancora, per una patologia cronica che impedisce al genitore di poter convivere con il proprio figlio, oppure nei casi di abbandono.

Questi traumi se non elaborati rischiano di evolvere in disturbi cronici nelle successive fasi dello sviluppo. Per tale motivo è necessario educare i bambini a convivere con la realtà della perdita, trovando le parole adatte all'età del bambino, condividendo con lui/lei la sua concezione della morte.

Si pensi ad esempio all'impatto che può avere la morte di un familiare o di una persona cara per un bambino molto piccolo; i bambini in età prescolare spesso credono che le persone amate li possano sentire, vedere e che le loro funzionalità sensoriali siano integre, come se potessero in qualche modo dar loro la sembianza di una vicinanza invisibile con la persona che non c'è più. L'adulto ha un ruolo centrale, quello di stare con le emozioni del bambino, con il suo dolore e condividendo anche il proprio punto di vista rispetto alla morte. Molti bambini vivono il lutto associandolo ad una serie di paure irrazionali, legate al terrore di essere abbandonati o di poter morire all'improvviso. Questa forma di paura, li traumatizza a tal punto da annebbiare tutto ciò che di bello esiste al mondo, la loro stessa esistenza; la paura li tormenta fino ad essere una costante della loro vita. L'adulto può insegnare al bambino che la mente umana ha diversi modi di superare traumi di questo genere e che spesso necessita di un tempo soggettivo di elaborazione. L'esperienza di un lutto o di una perdita può influenzare il suo modo di percepire il presente, si tratta di un cambiamento fisiologico necessario alla presa di coscienza di quanto accaduto e di superamento del trauma vissuto. Alcuni bambini vivono con disagio, a volte con imbarazzo il dolore associato alla perdita, perché pensano che non sia normale provare emozioni così devastanti, spesso caratterizzate da rabbia, sconforto, rassegnazione e da una tristezza incontenibile. Essi hanno la convinzione che gli altri non possano esperire tali emozioni e di conseguenza si sentono diversi, anormali, incompresi. Le figure adulte possono aiutare il bambino a condividere i propri stati emotivi e a riconoscere che il dolore della perdita è un fenomeno umano che vivono anche le altre persone. I bambini che vivono un lutto spesso non si sentono compresi e conseguentemente non sentono la necessità di liberarsi dalla disperazione che li pervade. Coloro che stanno accanto al bambino non devono essere insistenti, ma devono essere presenti, devono far sentire al bambino la loro vicinanza fisica ed affettivo-emotiva, devono rappresentare persone con cui potersi confidare e sentirsi al sicuro dalle incertezze e paure che possono offuscare il suo giudizio. Ogni bambino ha un proprio lasso di tempo per elaborare un lutto e l'adulto deve avere la consapevolezza di ciò, rispettando i suoi tempi e spazi. Vorrei a tal proposito citare una frase che ritengo emblematica di quanto fino ad ora asserito.

Margot Sunderland [2003 (2006), p. 45] afferma: Il lutto è un momento troppo difficile per poterlo vivere da soli. È un po' come se ci si fosse tagliati un ginocchio in modo grave e facesse un male terribile; non sarebbe bello rimanere soli in un momento così. Essere molto tristi e riuscire a piangere sono due cose difficili da vivere per conto proprio. Sarebbe come affrontare da soli un incendio o un'alluvione. La cosa migliore è che tu affronti il tuo lutto con un adulto di cui ti fidi, che ti piace moltissimo, una persona molto gentile.

Molti bambini sono convinti che la persona che li ha lasciati viva in un mondo parallelo o che sia ancora sulla terra nelle sembianze di animali, nella natura o perfino in oggetti. Ciò spesso è associato al fatto che il bambino è lasciato solo ad immaginare e fantasticare su dove la persona scomparsa possa essere; in qualche modo tale pensiero rasserena il bambino, convinto del fatto possa venire a contatto o per lo meno vedere con nuove sembianze chi non c'è più.

Tali pensieri sono a volte alimentati dagli stessi adulti; se da un lato possono lenire parte del dolore provato dal bambino, dall'altra rischiano di costruire false rappresentazioni della realtà dell'evento, negando la verità e di conseguenza un'adeguata elaborazione della perdita. Ciò rischia di vanificare i tentativi del bambino nel comprendere la realtà dei fatti, perché costruita su false supposizioni amplificate dai messaggi non veritieri degli adulti. L'adulto deve essere quella figura in grado di entrare in sintonia affettiva e relazionale con il bambino, non negandogli la verità, ma affiancandolo nel suo dolore, riconoscendo i suoi stati emotivi e supportandolo nell'elaborazione della perdita, standogli vicino e utilizzando un linguaggio che sia adatto all'età del bambino, ma che non trasmetta falsità per paura di ferirlo.

Una modalità alternativa alla parola è la favola, i racconti che affrontano il tema del lutto o della perdita in senso lato, attraverso illustrazioni ricche di significato e di metafore sottese. Anche attraverso il gioco o il disegno si può aiutare un bambino che ha subito un lutto a manifestare mediante il colore o attraverso la propria immaginazione quanto non riesce ad esprimere a parole. Le storie e i cartoni della Disney spesso affrontano argomenti associati alla perdita e all'elaborazione del lutto; si pensi a *Bambi* di David Hand, che perde la madre quando è solo un cucciolo trovando negli amici del bosco figure accudenti, o al *Re Leone* dove il protagonista Simba vive sulla propria pelle la morte del padre a causa dello zio tiranno: storie che affrontano da vicino il tema della perdita e del lutto, avvicinando il piccolo telespettatore ad una realtà spesso celata dall'adulto, per paura di ritorsioni traumatiche. I cartoni animati come quelli citati sopra, affrontano con sensibilità e delicatezza temi di difficile comprensione persino per gli adulti, utilizzando filtri e lenti di ingrandimento sull'argomento che tengano conto dell'emotività e dell'età dei bambini.

Educare i bambini a riconoscere i propri sentimenti di fronte alla morte si trasforma in una cura per l'anima, perché nel riconoscimento dei propri stati d'animo e nella consapevolezza che la persona non tornerà più da loro, ma vivrà sempre nei loro cuori, il bambino non avrà paura di amare nuovamente, di rivivere con altre persone quelle bellissime emozioni ed essere di nuovo felice (Cfr. *ivi*, pp. 29-67).

1.3 La forza racchiusa nei racconti che affrontano il tema della perdita

Esistono diversi racconti e favole per bambini che affrontano il tema della morte e della perdita di una persona cara. Leggendole si comprende quanto un racconto possa dare voce alle domande e ai pensieri di quei bambini che non hanno o non riescono ad avere voce in capitolo rispetto ad un argomento così delicato.

Vorrei proporre nel mio elaborato alcuni stralci e rielaborazioni rispetto a racconti adatti ai più piccoli che affrontano il tema della perdita con una delicatezza ed una sincerità uniche nel loro genere.

L'anatra, la morte e il tulipano di Wolf Erlbruch, narra la storia dell'incontro fra un'Anatra e la Morte. L'Anatra inizialmente è turbata e sente minacciata la sua incolumità a causa della presenza della Morte, ma presto diverrà la sua più cara amica e

confidente; durante la loro conoscenza, l'Anatra non si sente più smarrita ed impaurita come all'inizio della storia, ma sente di aver trovato un amico, la Morte, che le starà accanto fino al giorno in cui smetterà di vivere. Ad un certo punto della storia, l'Anatra chiede alla Morte se sarà proprio lei a stabilire quando la sua vita finirà, ma come le spiegherà la Morte, non spetta a lei decidere chi deve vivere e chi deve morire, è il ciclo della vita:

L'anatra fu presa dal terrore. E non le si poteva dare torto. «Sei venuta a prendermi?»

La Morte rispose: «Ti starò accanto per il tempo che ti resta, nel caso...»

«Nel caso?» domandò l'anatra.

«Sì...nel caso ti capiti qualcosa. Un brutto raffreddore, un incidente: non si può mai sapere».

[A.] «E all'incidente ci pensi tu?»

[M.] «All'incidente ci pensa la vita, come anche al raffreddore, e a tutte le altre cose che possono capitare a voi anatre. Per esempio la volpe».

L'anatra non ci voleva nemmeno pensare. Le venne la pelle d'oca.

La Morte le sorrise in modo amichevole. In fondo era gentile, anzi molto gentile, se si esclude che *era* quello che era [Erlbruch, 2007 (2016), pp. 4-8].

Le immagini raffigurate e i colori utilizzati nel testo, da un bianco candido quasi a simboleggiare il vuoto, ad un azzurro intenso che fa da sfondo all'immagine dell'anatra ormai esanime e alla morte che le sta accanto e che la guarda quasi rattristata, sono espressione di un linguaggio non verbale che sintetizza quanto scritto dall'autore e che metaforicamente arrivano al cuore del (piccolo) lettore; rappresentazioni tangibili che raffigurano una Morte non spaventosa ed arcigna, ma bensì una figura accogliente, quasi familiare che sorride e timida si avvicina all'anatra, come se fosse consapevole del giudizio che quest'ultima potrebbe avere rispetto alla sua presenza.

Lo stereotipo comune rispetto alla morte di un'entità vista come pericolosa e fonte di grande turbamento, nel racconto viene capovolta svelando il suo lato tenero, accogliente e presente fino alla fine del racconto e della stessa vita dell'anatra. La Morte non aspetta la fine della sua amica con atteggiamento malevolo e spaventoso, ma al contrario la accompagna in questo importante ed irripetibile viaggio, dandole conforto, vivendo con lei i suoi ultimi giorni, accogliendo le sue stesse domande e i sentimenti contrastanti che la pervadono, offrendole affetto e vicinanza.

A metà del racconto, l'anatra pone alcune domande alla Morte, pensando che quest'ultima possa rispondere ai suoi interrogativi.

Anche se si era ripromessa di non dire nulla, presto tornò loquace:

[A.] «Certe anatre dicono che si diventa angeli e si sta seduti sulle nuvole e si può guardare la terra dall'alto».

«Possibile» disse la Morte, e si mise seduta.

[M.] «In ogni caso le ali ce le hai già»

[A.] «Certe anatre dicono anche che nelle viscere della terra c'è l'inferno, dove si finisce arrostiti se non ci si è comportate da brave anatre».

[M.] «È sorprendente ciò che vi raccontate voi anatre. La verità è che non lo sa nessuno».

«Nemmeno tu lo sai!» strepitò l'anatra.

La Morte si limitò a guardarla [Erlbruch, 2007 (2016), pp. 13-14].

La percezione del lettore viene conseguentemente capovolta rispetto al ruolo rivestito dalla morte, assumendo un punto di vista differente dal pensiero comune che gravita attorno a tale argomento.

Nella pagina conclusiva viene raffigurata la Morte che cammina tranquilla ed intorno a lei la volpe rincorre la lepre, a simboleggiare metaforicamente la vita e la morte che si inseguono senza fine.

Il Tulipano simboleggia la vita. La Morte tiene tra le mani il fiore per tutto il tempo a rappresentare la vita dell'anatra nelle mani della Morte. Solo quando l'anatra avrà emesso il suo ultimo respiro, la Morte poserà il tulipano sul corpo della sua amica e rattristita le darà il suo ultimo saluto.

Ritroveremo il Tulipano a fine copertina, non più fra le mani della Morte o fra le braccia conserte dell'anatra, ma bensì seminata, pronta a sbocciare e a vivere la sua vita.

Lulù, testo illustrato di Grégoire Solotareff, affronta il tema della perdita in modo completamente diverso rispetto al racconto di Erlbruch dove l'interazione tra morte e vita è diretta, mentre in *Lulù* è più sottesa.

All'inizio della storia *Lulù*, raffigurato da un giovane lupo, vivrà la morte improvvisa dello zio durante la sua prima battuta di caccia; tale perdita stravolgerà la vita del piccolo lupo che, rimasto solo, troverà ad attenderlo un coniglietto pronto ad aiutarlo.

Il lupo si avvicinò al buco, ci infilò la testa e vide un piccolo animale che leggeva un libro nel suo letto.

«Ehi, tu!» disse il lupo. «Puoi aiutarmi? Mio zio ha avuto un incidente. È morto...Non so che cosa fare...»

«Bè, se è morto...» rispose l'animaletto, «è semplice: bisogna seppellirlo. Ti aiuto io!»

E si alzò [Solotareff G., 1989 (2010), p. 7].

Il coniglio Tom si fidò del lupo e decise di aiutarlo a seppellire lo zio, pur sapendo il pericolo a cui poteva andare in contro: la morte. Fra i due nacque ben presto un'amicizia e Tom da quell'istante chiamò il suo nuovo amico lupo, *Lulù*. Il coniglio gli insegnò tutto quello che sapeva: a pescare, a giocare a biglie, a leggere e a contare, occupandosi di *Lulù* con affetto e devozione.

I due personaggi della storia sembrano dimenticare che nella vita di tutti i giorni coniglio e lupo sono comunemente preda e cacciatore, vivendo invece in completa simbiosi e armonia, fino a quando giocando a "chi ha paura del lupo", Tom prese uno spavento grandissimo e ricordandosi di essere una preda per il giovane lupo, si rintanò nel suo nascondiglio per non uscirne più.

Lulù tentò in tutti i modi di convincere Tom della sua buona fede, scusandosi per averlo spaventato, ma Tom non volle starlo a sentire. *Lulù* capì che la sua insistenza era inutile e decise di andarsene via, ma sul suo cammino incontrò dei lupi, che scambiandolo per un coniglio lo aggredirono spaventandolo a morte; da quel giorno *Lulù* comprese cosa significasse per Tom avere paura del lupo.

Il lupo decise quindi di tornare dal suo amico coniglio e gli raccontò per filo e per segno cosa gli era successo e che da quel momento non gli avrebbe mai più fatto vivere una simile paura, perché ora aveva vissuto sulla propria pelle il terrore arrecatogli.

Fu così che Tom e *Lulù* tornarono ad essere gli amici di un tempo e non si separarono più l'uno dall'altro.

Nella storia Tom ha un ruolo centrale, in quanto sostiene *Lulù* nel momento in cui il giovane lupo si sente più fragile ed indifeso, mostrandogli come la vita nonostante tutto

sia bella e ricca di sorprese. Tom insegna a Lulù la paura racchiusa dietro il timore di morire, di essere uccisi o la perdita di un amico e allo stesso tempo la fiducia riposta nell'altro, sebbene le differenze fra le due specie siano molteplici.

Vorrei ora proporre brevemente un racconto a mio avviso molto toccante ed in grado di arrivare con il suo carico emozionale dritto al cuore di chi lo legge.

Io e Niente di Kitty Crowther racconta la storia di una bambina che, a seguito della morte della madre, immagina al suo fianco un amico immaginario di nome Niente, che la consola e la aiuta a superare la sofferenza che la pervade. Il padre devastato dalla perdita della moglie si è chiuso sempre più in un silenzio assordante, creando una distanza emotivo-affettiva rispetto alla figlia che al contrario, vorrebbe che suo padre ritornasse quello di un tempo. Sarà proprio Niente ad accompagnare la piccola Lilà verso un percorso di rielaborazione della perdita, attraverso il ricordo della madre raffigurata nella storia da un giardino ormai inaridito, ma che un tempo ospitava meravigliosi papaveri blu, i preferiti di sua madre, che ogni giorno il padre curava con affetto. Niente aiuterà Lilà a ridare nuova linfa vitale a quel giardino ormai esanime e sarà il gesto di Lilà e di Niente a svegliare il padre dal gelido torpore in cui aveva abitato per molto tempo.

Papà lascia cadere le cesoie. Rimane immobile.

Si sente il fruscio dei cespugli.

Corre verso quel giardino che ha ignorato per così tanto tempo. Vede i fiori blu e, lì in mezzo, un lillà e sua figlia.

«Sei proprio figlia della tua mamma», dice.

La nostra primavera è stata bellissima.

Papà è ridiventato mio papà. Un giorno mi ha dato una scatola e mi ha detto:

«È la tua mamma ad averlo fatto per te prima di andarsene, ma non ho mai avuto il coraggio di dartelo» [Crowther K., 2000 (2010), pp. 16-19].

Dentro la scatola donatale dalla madre, Lilà troverà Niente, il suo amico immaginario che per tutto il tempo necessario le è stato accanto e che proprio quando si sentiva più sola le ricordava che nulla è perduto per sempre e che l'amore di sua madre vivrà sempre con lei.

«Gli altri bambini pensano che io sia strana,
ma non fa niente.

Non m'importa di niente se Niente sta con me» (*ivi*, p. 2).

Anche in questa storia le immagini raffigurano in maniera puntuale quanto raccontato dall'autrice, andando oltre la narrazione e facendoci immaginare ciò che sta accadendo e cosa Lilà vede e prova alla comparsa del suo amico immaginario. Il padre e la Signora Nella, casalinga di famiglia, non vedono Niente e nemmeno i compagni di classe o le persone che Lilà incontra per strada, ma noi riusciamo a vederlo attraverso la fantasia della piccola Lilà.

Come affermato in precedenza, il lutto non è soltanto caratterizzato dalla morte di una persona cara, ma esistono diverse forme di perdita, legate all'abbandono o alla lontananza di qualcosa o di qualcuno che amiamo.

Margot Sunderland affronta il tema della perdita simbolica che vede protagonisti un piccolo drago di nome Eric e il suo bene più prezioso che amava perdutamente, il mare.

Nel racconto di Sunderland, *Il giorno in cui il mare se ne andò per sempre*, il mare rappresenta per il protagonista della storia tutto quello che si può desiderare. Eric si sente amato ed ama il suo mare, quasi vi fosse un legame di attaccamento che li unisce e che rende il mare il suo unico punto di riferimento. Nel racconto l'autrice spiega di come il mare si allontani dal piccolo drago, per poi ritornare puntualmente da lui, salutandolo con lo scroscio delle sue onde. Eric ha fiducia e sa bene che il mare si allontana per breve tempo per poi ritornare da lui, condividendo insieme momenti bellissimi. Un giorno, improvvisamente, il mare non torna più e il piccolo drago rimane solo aspettandolo invano. La disperazione di Eric era fuori misura:

Rimase lì a guardare verso quel terribile vuoto che era rimasto e urlò: «Ti prego, mare, torna da me!». Strizzò gli occhi per guardare il più lontano possibile, per vedere se in fondo all'orizzonte ci fosse ancora il mare, ma non vide nulla.

Allora si buttò sulla sabbia e iniziò a piangere. «Non abbandonarmi! Per favore, mare, non abbandonarmi!», singhiozzava, «Tu sei la cosa più importante che ho» [Sunderland, 2003 (2006), pp. 11-12].

A questo punto della storia, vi è un passaggio molto importante che l'autrice mette in evidenza, ovvero la transizione di Eric dallo stadio iniziale di stordimento ed incredulità verso ciò che sta accadendo, per passare ad uno stato di shock totale, dove il protagonista singhiozza, piange disperato e si accascia a terra privo di ogni slancio verso la vita, fino ad arrivare alla consapevolezza che il mare non tornerà mai più da lui. La nostalgia e la rassegnazione si trasformeranno ben presto in una forma di depressione da cui vi uscirà solo con l'aiuto ed il supporto della comunità e dalla rete amicale.

Un giorno, Eric toccò il fondo della sua depressione. «Non voglio mai più avere dei sentimenti», disse. «Perché non posso dimenticarmi tutto? Perché non posso essere come un sasso o una pietra? Vorrei proprio essere come loro», pensava, «che dentro sono freddi e duri» (*ivi*, p. 16).

Nel deserto nacque qualcosa che Eric non si aspettava: dalle rocce sbocciarono lentamente dei bellissimi fiori che ridiedero nuovamente il sorriso al piccolo drago. Comprese ben presto che se non si fosse preso cura di loro, i fiori sarebbero morti disidratati; corse per il deserto in cerca di aiuto e trovò poco lontano un nuovo amico, il vecchio e saggio cane della spiaggia, che lo aiutò nell'ardua impresa. Da quelle rocce che Eric descriveva come fredde e dure, prive di qualsiasi energia vitale a simboleggiare i sentimenti provati alla perdita del suo amato mare, nacquero tantissimi fiori come metafora di una rinascita nel cuore del piccolo drago: dove prima c'era la più completa desolazione raffigurata da un deserto senza fine, ora c'erano meravigliosi fiori colorati e il suo cuore era più sereno. Il laghetto che si formò a seguito dell'intervento di Eric e del suo nuovo amico divenne un luogo di ritrovo per tutti gli amici della comunità, rendendo memoria al mare che li aveva uniti più di prima e che rimarrà sempre nei loro cuori. I racconti, le metafore, le immagini che vedono protagonisti personaggi fantastici, sono la chiave di volta per avvicinare i bambini a questa realtà senza fingere o mentire rispetto alla vicenda, ma sintonizzandosi emotivamente con quanto provato e condiviso, utilizzando un linguaggio più familiare e in linea con il modo di pensare dei più piccoli. Le favole divengono il mezzo attraverso il quale realtà e immaginazione interagiscono fra loro dando luogo a nuove possibilità non soltanto nell'affrontare la perdita, ma anche nell'affrontare la vita senza la persona amata al proprio fianco.

2. Il lutto infantile

2.1 Perdere precocemente un genitore

La perdita di una figura genitoriale in età infantile genera nel bambino un senso di smarrimento tale da impedirgli di sopravvivere psicologicamente al mondo reale; il genitore costituisce per il piccolo la sua base sicura, la figura di riferimento attraverso cui acquisire le competenze necessarie per affrontare la realtà. Se tale figura venisse a mancare ciò condizionerebbe il suo percorso di sviluppo nonché i successivi legami affettivi, influenzando il suo modo di essere e facendogli percepire il proprio contesto di vita come ostile.

Per affrontare tale argomento ritengo opportuno partire dal legame che unisce indissolubilmente il bambino alla propria figura di riferimento o caregiver e viceversa.

Tale legame si struttura nei primi mesi di vita del piccolo, tanto da percepirsi un tutt'uno con il caregiver, generalmente la madre. Questo legame ha una forza tale da influenzare la stessa esistenza delle persone coinvolte e si struttura su un legame di tipo simbiotico. Il bambino inizialmente è convinto di essere parte della madre e non una persona distinta. Solo con il passare dei mesi e l'acquisizione di competenze cognitive superiori imparerà che la sua persona è distinta rispetto a quella della madre e che, a differenza di quest'ultima, egli ha bisogni specifici e differenziati.

Questi bisogni e desideri sono sempre e comunque mediati dalla/e figura/e di attaccamento, colei/colui che inserisce il bambino nel mondo con credenze, valori, tradizioni e regole condivise. La lente d'ingrandimento che permette al bambino di orientarsi nell'ambiente circostante e di acquisire le competenze e le autonomie necessarie volte alla sua sopravvivenza fisica e psicologica, gli sono state donate dalle figure di riferimento e vengono orientate dalle stesse, secondo la direzione che ritengono più idonea per il figlio.

La separazione temporanea o definitiva dalla propria figura di attaccamento genera nel bambino un senso di sradicamento e di devastazione interiore, causata dall'assenza della persona che fino a poco tempo prima era stata la guida ed il punto di riferimento nel suo percorso di vita. Il bambino vive un dolore tale da impedirgli qualsiasi slancio vitale, perché convinto che la sua vita sia conseguentemente finita con la perdita della persona amata. Egli può entrare in una forma di depressione associata all'evento traumatico che, se non riscontrata in tempo mediante un tempestivo supporto da parte della rete familiare e di figure competenti, può cronicizzarsi fino a diventare irreversibile. I bambini che vivono esperienze come la morte precoce di un genitore, l'abbandono o l'allontanamento improvviso, sentono che il loro cuore si è spezzato in mille pezzi e sappiamo che quando qualcosa si frantuma è difficile poi da riparare, anche qualora si potesse aggiustare rimarranno sempre le cicatrici di quel ricordo impresso nella memoria.

Vi sono bambini che non riescono a sopportare la propria sofferenza, perché è troppo dolorosa, troppo spaventosa. L'intollerabile è poi difficile che diventi impensabile, ma la negazione ha un prezzo molto alto, può far provare un senso di torpore, di distacco dalla realtà. Privandosi di alcune emozioni, i bambini rischiano di rinunciare a una parte importante di vita, talvolta addirittura all'essenziale contatto con se stessi [Sunderland, 2003 (2006), p. 19].

Il bambino arriva a perdere progressivamente interesse per il mondo che lo circonda, come se il dolore e la malinconia provocate dalla perdita fossero l'unica cosa esistente nel suo universo; ciò implica l'incapacità di quest'ultimo di uscire da uno stato di stallo che sembra invalicabile, spesso associato alla convinzione che egli non possa più provare un amore così profondo verso qualcuno di diverso dal proprio oggetto d'amore perduto.

Diverse ricerche condotte da Goodall (1990) e Wolpert (1999) su un campione di scimmie all'età di sei mesi, hanno messo in evidenza la reazione delle scimmiette alla perdita della figura materna a causa della morte di quest'ultima o di un allontanamento forzato; la ricerca sperimentale mostra una condizione clinica caratterizzata da uno stato depressivo con una sintomatologia – simile nell'essere umano in condizioni analoghe a quelle esperite dal cucciolo di scimmia – fra cui la perdita di interesse nell'esplorazione dell'ambiente, pianti e urla di disperazione con l'intento di riavere la figura materna e, con il passare del tempo l'acquisizione della consapevolezza che la madre non tornerà più da lei, isolandosi completamente dal resto del gruppo e smettendo di nutrirsi, fino a lasciarsi morire di stenti (Cfr. Wolpert, 1999, pp. 88-89).

Una delle paure che più assilla il bambino, è il terrore che anche l'altro genitore possa venire a mancare improvvisamente; tale preoccupazione è spesso associata a situazioni paradossali o catastrofiche, come ad esempio sparizioni misteriose, rapimenti o uccisioni. Vi sono bambini che vivono una forte ansia da separazione nei confronti del genitore rimasto e attivano strategie volte a evitare ogni forma di allontanamento da quest'ultimo/a per paura di non vederlo/a mai più; il bambino può arrivare ad attivare atteggiamenti di rifiuto verso la scuola e nei casi più gravi comportamenti maniacali e di ricerca ossessiva e spasmodica del genitore scomparso oppure verso l'altro genitore qualora questo/a si trovi temporaneamente o per periodi molto brevi lontano da lui.

Molti bambini vivono tale esperienza con un forte senso di colpa, come se in qualche modo avessero favorito o causato la morte della persona amata; ciò implica sentimenti auto-colpevolizzanti che lentamente prendono il sopravvento, razionalizzando qualcosa che in realtà non hanno provocato e che non dipende dalla loro volontà.

Talvolta, quando qualcuno muore, i bambini provano un irrazionale senso di colpa: «Se non avessi gridato in faccia alla mamma e non le avessi detto che la odiavo, adesso sarebbe ancora viva». Bisogna aiutarli a comprendere che nessuna parola detta con rabbia, né un comportamento negativo, possono ferire il corpo di una persona e farla morire [Sunderland, 2003 (2006), p. 46].

Qualora la morte del genitore sia stata annunciata e quindi non sia improvvisa, ma causata da una malattia cronica o degenerativa, è importante che il bambino sia informato dal genitore di ciò che potrà accadere nel breve tempo rimasto all'altro genitore. Nascondere al bambino la verità rispetto allo stato di salute della figura genitoriale può privarlo della possibilità di condividere con quest'ultimo/a gli ultimi momenti a loro rimasti per stare insieme e affrontare con la giusta consapevolezza l'imminente evento della perdita. Il tempo diviene una componente essenziale e gioca un ruolo fondamentale nel rafforzamento della relazione fra genitore e figlio, condividendo i propri stati emotivi, le proprie debolezze e le paure che assillano tanto il bambino quanto l'adulto. A partire da un rapporto empatico sarà possibile co-costruire insieme il ricordo dei momenti belli condivisi che saranno essenziali nel momento in cui il genitore non ci sarà più ed il bambino richiamerà alla memoria tali ricordi. Inoltre il bambino ha la possibilità di dire addio e di separarsi gradualmente dalla figura amata, così da poter essere rassicurato e consolato senza negare la realtà dei fatti, ma

affrontando insieme a lui il percorso simbolico che dovrà sostenere e che inizia ancor prima del sopraggiungere della morte reale.

La perdita di una figura genitoriale attiva nel bambino piccolo una serie di meccanismi e reazioni alla perdita a lui associate, come se fosse protagonista di quanto accaduto e di conseguenza avesse colpe associate alla propria persona. Il bambino manifesta una serie di azioni legate ad un forte dolore psichico che trova esplicazione mediante atteggiamenti di protesta quali pianti persistenti e comportamenti altalenanti fra l'accettazione e il rifiuto, una tristezza tale da portarlo al completo isolamento emotivo rispetto al mondo. Questi comportamenti sono spesso associati a paure ed ansie inconscie che lo assalgono e prendono il sopravvento fino a manifestazioni di regressione nel suo sviluppo; il bambino sembra non essere in grado di reagire ad alcun tipo di problema, seppur di lieve entità, mostra di non riuscire a mettere in campo strategie volte a superare l'evento avverso e ciò è uno dei primi segnali di allerta da parte delle figure adulte. Sono gli stessi adulti che a volte, inconsapevolmente, attivano nel bambino traumi, poiché egli vede nei loro volti e nelle descrizioni dell'evento, tormento, disperazione, paura e sofferenza. Anche se queste sono reazioni del tutto normali in un adulto che sta vivendo la perdita di una persona cara, per il bambino tale reazione viene amplificata e rinforza i suoi pensieri negativi collegati all'evento, provocando quasi un'autogiustificazione riguardo al proprio comportamento.

Allo stesso tempo si strutturano una serie di processi affettivo-cognitivi caratterizzati da pensieri immaginifici e fantasticherie che vedono una qualche forma di riunificazione con la persona scomparsa. Quando arriva il momento in cui il bambino si rende conto che queste fantasie non si realizzeranno mai si sedimentano in lui sensi di colpa o di negazione rispetto alla morte, divenendo immagini mentali ed associazioni abituali, quasi come automatismi sotto forma di meccanismi di difesa ed auto-protezione, per riuscire ad associare l'evento negativo ad una ragione ben precisa che lo vede coinvolto e non dipeso dal caso.

2.2 Disturbi associati alla perdita di un adulto significativo

La perdita di una figura primaria nella vita del bambino è fonte di destabilizzazione e perdita dei punti di riferimento acquisiti e rappresentati dalle figure genitoriali. Ogni forma di sicurezza raggiunta dal bambino grazie al sostegno e alla presenza costante delle figure di riferimento, inizia a vacillare e ad essere percepita come incerta, dissociata e sempre più distante dalla propria persona. Ciò implica la necessità di una ridefinizione dei propri punti di riferimento e conseguentemente di parte della propria identità. Tale ristrutturazione interiore, a cui il bambino dovrà inevitabilmente andare incontro, consiste in primo luogo nell'essere consapevole che la persona amata non tornerà più da lui e nell'intraprendere un percorso lungo ed estenuante verso l'elaborazione del lutto.

“Paola Bastianoni e Loredana Catalano (2014, pp. 19-20) espongono in maniera puntuale cosa significhi metaforicamente sostenere il peso del lutto, ancor di più se questo peso deve essere sorretto da un bambino: La visione della vita cambia, inevitabilmente. Cambia la vita stessa, rendendo necessaria una profonda ristrutturazione del mondo interno di chi subisce un lutto, un serio processo di ridefinizione identitaria che obbligatoriamente richiede un doloroso processo trasformativo, l'accettazione della nuova realtà, la creazione di un legame simbolico con la persona perduta, e il reinvestimento graduale sul mondo esterno e su nuove relazioni”.

Potremmo immaginare questo percorso come un viaggio che connette il presente del bambino con il suo passato ed il suo futuro, un presente in cui il genitore non è più al suo fianco e dove tutto ciò che lo circonda sembra privo di significato rispetto all'evento traumatico e allo shock che ne consegue. Un passato pieno di ricordi intrisi dell'amore e della devozione reciproca che lega un figlio al proprio genitore e viceversa, e un futuro che vede il suo essere nel mondo in assenza dell'altro.

In questo lungo viaggio il bambino può vivere momenti molto spiacevoli o malinconici, perché riaffiorano alla memoria ricordi a cui egli si tiene aggrappato con tutte le sue forze, nonché la speranza del ritorno di chi non c'è più che resiste alla razionalità, rispetto ad un ricordo che si tenta di trascinare nel presente, come a fermare il tempo, perché quel momento non svanisca per sempre.

Com'è noto i bambini hanno grandi capacità di resilienza e rielaborazione dei traumi; questa capacità non è qualcosa di automatico o meccanico, ma necessita di tempi e spazi definiti, della presenza di figure pronte a sostenerlo nei momenti di sconforto, di riconoscimento dei propri stati emotivi interiori spesso ambivalenti e di eventuali disturbi che possono subentrare e che necessitano di un supporto attento da parte di figure competenti.

Studiosi come Freud (1915), Lindemann (1944), Bowlby (1979) e Campione (1990) sostengono che esisterebbero due tipologie di lutto: un lutto normale e un lutto patologico. Quest'ultimo sarebbe associato a comportamenti e reazioni disfunzionali e quindi patologiche rispetto al normale esordio di un evento traumatico, come la morte di una persona amata o di una figura di riferimento.

Il bambino vive una sorta di torpore molto intenso che viene attivato inconsciamente per difendersi dal dolore devastante causato dalla perdita e dai sentimenti che lo sopraffanno. Tale dolore, se non elaborato, può sedimentarsi soffocando la vita emotiva del bambino e il suo stesso sviluppo [Cfr. Sunderland, 2003 (2006), p. 20].

Egli deve affrontare una serie di tappe che rappresentano il percorso verso l'elaborazione del lutto, ciò implica una progressiva ed inesorabile scissione dei legami che in vita tenevano uniti affettivamente il bambino alla persona defunta.

Inizialmente egli vivrà una fase di forte tormento interiore mostrando segni di angoscia e di ricerca ossessiva rispetto all'oggetto d'amore perduto, ovvero la figura genitoriale assente, fino a passare ad una fase definita di disinvestimento libidico, che consiste nella graduale presa di consapevolezza rispetto all'evento luttuoso come definitivo e inevitabile e al riconoscimento di una possibilità di "riparazione" della frattura interiore conseguente alla perdita. "Come sostenuto da Sigmund Freud (1915), [...] ciò permetterebbe di far rivivere dentro di sé l'oggetto d'amore perduto attraverso un'identificazione idealizzante con la persona deceduta" (Bastianoni, Catalano, 2014, p. 21).

Nell'ultima fase o tappa del processo di elaborazione, secondo lo studioso, vi sarebbe il completo disinvestimento verso l'oggetto d'amore perduto e la possibilità di reinvestire la propria vita da un punto di vista relazionale ed affettivo verso altre persone, che potranno diventare con il tempo nuovo oggetto d'amore.

Il bambino mantiene anche dopo la morte della persona amata una relazione con il defunto, diversa rispetto a quella co-costruita in vita, ma in grado di influenzare la nuova relazione creatasi dopo la perdita. Ciò dipenderebbe dalla qualità della relazione che univa nel passato il bambino alla persona amata: come sostenuto dalle indagini svolte da Abraham (1978), qualora la relazione precedente alla morte fosse stata caratterizzata da sentimenti di ambivalenza e da relazioni primarie di tipo insicuro, comprometterebbe il successivo rapporto con la persona defunta, scatenando sentimenti depressivi e patologici nel bambino. Al contrario, bambini che hanno sperimentato attaccamenti di tipo sicuro durante i primi anni di vita riconoscendo la figura di

riferimento come base sicura, sarebbero in grado, in situazioni di estrema difficoltà capaci di ledere il bambino da un punto di vista psicologico, di adattarsi maggiormente alle avversità della vita, come nel caso della perdita di una figura di riferimento nel suo percorso di sviluppo.

Bambini che hanno perso una figura di riferimento che amavano profondamente attivano inconsciamente, tramite il sistema cerebrale, ormoni e sostanze chimiche in grado di inibire o aumentare i loro livelli di stress. Nello specifico il circuito del dolore sarebbe collocato nella zona più profonda del cervello rettile e ciò dipenderebbe da una stretta interconnessione fra la chimica cerebrale del dolore e la chimica dell'ansia da separazione. Lo stesso attaccamento primario è quindi associato a reazioni chimiche nel cervello e di riflesso nel corpo, provocando sensazioni di piacere e producendo in quantità elevate ormoni come l'ossitocina e oppiacei naturali. Questi ormoni definiscono il tipo di relazione esistente fra genitore e figlio: se la relazione è profonda ed intensa verranno rilasciati molti ormoni e sostanze chimiche del piacere, associate alla forte intensità emotiva che caratterizza un sentimento d'amore completo. Al contrario interazioni superficiali all'interno della diade attiveranno un minor numero di sostanze chimiche e ormonali.

Quindi quando un bambino perde una persona a cui era legato profondamente il livello di oppiacei nel corpo diminuisce drasticamente, aumentando il livello di stress e di manifestazioni aggressive.

Un bambino che non viene adeguatamente consolato e a cui non vengano rivolte cure di qualità, rischia di acquisire in maniera permanente tratti aggressivi o violenti, a causa dell'elevata quantità di acetilcolina rilasciata in corpo; mentre se è adeguatamente sostenuto nel processo di elaborazione del lutto gli oppiacei calmanti aumenteranno notevolmente insieme all'ossitocina, dando sensazioni di piacere e l'acetilcolina tornerà a livelli normali [Cfr. Sunderland, 2003 (2006), pp. 30-33].

Bowlby (1988) descrive in maniera dettagliata le reazioni attraverso le quali una persona che ha perso una figura importante per la propria vita mette in campo per reagire all'evento traumatico. Vi sarebbe una prima *fase di stordimento* che può avere una durata di poche ore fino ad arrivare a diverse settimane dopo la scomparsa; questa fase è prevalentemente caratterizzata da shock o incredulità: la persona non è in grado di capacitarsi di quanto accaduto perché l'evento è così doloroso da risultare inimmaginabile. Allo shock seguono una serie di emozioni spesso contrastanti fra loro, con la prevalenza di scatti di rabbia e stati angoscianti. Questa fase di stordimento e di negazione vissuta dal bambino verso quanto accaduto, può tramutarsi in età adulta in forme depressive.

La seconda fase è definita *fase di struggimento* per la figura perduta e consisterebbe nella ricerca ossessiva e spasmodica della persona scomparsa e nel riportare alla mente ogni singolo dettaglio dell'evento, seguita da manifestazioni di rabbia, di autocolpevolizzazione e di forte turbamento. Questa fase caratterizzata dalla ricerca e dalla protesta verso quanto successo può durare perfino anni e il suo superamento dipende dalla capacità del soggetto di realizzare che la perdita è irreversibile e che la ricerca messa in campo sarà sempre vana.

Nella terza *fase di disorganizzazione e disperazione*, la persona mostra segni di apatia e di forte disperazione, isolandosi dal resto del mondo e non mostrando alcun tipo di slancio vitale o progettuale. In questa fase inoltre si possono verificare disturbi somatici rilevanti quali enuresi, difficoltà nell'alimentazione e disturbi del sonno. Si possono inoltre manifestare nel bambino una regressione ad uno stadio precedente della crescita caratterizzata da difficoltà nel linguaggio, regressione in diversi ambiti educativi o attaccamenti morbosi verso figure significative altre. Questa fase intermedia è molto

importante e delicata, in quanto il riconoscimento del carattere permanente della perdita richiede un lungo processo di elaborazione.

L'ultima fase denominata *fase di riorganizzazione*, mette in luce un graduale reinvestimento della propria vita nelle relazioni sociali e si configura come un processo di ridefinizione interna e della nuova realtà in termini positivi.

Quanto fino ad ora asserito si rifà al pensiero di Bowlby rispetto all'influenza decisiva che possono avere relazioni precoci disfunzionali e attaccamenti di tipo insicuro o funzionali e quindi positive nella formazione, a seguito di un lutto primario, di pattern di dolore sano o problematico.

Il realizzarsi di lutti normali o patologici sarebbe quindi associato ai modelli operativi interiorizzati dal bambino e a variabili individuali, relazionali e di contesto (Cfr. Bastianoni, Catalano, 2014, pp. 23-25).

Alcuni studiosi sostengono l'inesistenza di fasi nell'elaborazione del lutto riconoscendo un ruolo determinante al persistere nel tempo di tali disfunzionalità associate alla loro condizione e all'intensità con cui si manifestano. Molti dei sintomi legati al lutto patologico infantile quali: difficoltà di apprendimento e a scuola, regressione ad uno stadio precedente dello sviluppo, disturbi del sonno, dell'alimentazione, enuresi o incapacità nel controllo degli sfinteri, capacità acquisita in una fase precedente dello sviluppo e ipercinesì, rabbia ed aggressività, isolamento volontario con adattamento disfunzionale alla realtà, fobie e paure catastrofiche, ricerca ossessiva e spasmodica dell'oggetto d'amore perduto, forte apatia, fino ad arrivare a vere e proprie forme di depressione possono arrivare a pervadere tutti gli ambiti della vita quotidiana che con il tempo potrebbero cronicizzarsi e divenire irreversibili.

Alcuni bambini arrivano a riprodurre nel presente traumi vissuti nel passato come nel caso di un evento luttuoso. Questo meccanismo inconscio è definito *coazione a ripetere* e riprende il concetto freudiano secondo il quale il bambino non ha elaborato il dolore e la paura della perdita viene conseguentemente riproposta nella realtà di tutti i giorni.

Un altro meccanismo inconscio che si può presentare in assenza di un'adeguata elaborazione del lutto, consiste nel trasferimento della nostalgia associata alla morte della persona amata verso oggetti che divengono elementi di conforto alternativi, ma che possono generare vere e proprie ossessioni e, in assenza di queste, scatenare comportamenti imprevedibili e anomali.

Bisogna tener conto che ogni persona, ogni bambino ha modalità distinte di reagire alla perdita e la capacità di resilienza dipende da una serie di fattori di protezione che la persona stessa o le persone a lei vicine mettono in campo per fronteggiare la perdita, o al contrario, il manifestarsi in maniera prevalente di fattori di rischio, quali: la modalità con cui la persona è deceduta, se la causa del decesso è improvvisa o inattesa oppure prevista, l'età della persona e la relazione che legava la persona a colui che è venuto a mancare, come nel caso di un bambino alla propria figura genitoriale. Risultano fattori di rischio l'età, il sesso e le condizioni socio economiche della persona superstite, soprattutto qualora si tratti di un minore. La rete familiare e sociale riveste un ruolo centrale nel processo di elaborazione del lutto, nonché il setting in cui avviene il processo di elaborazione, tramite interventi psicoterapeutici che richiedono un'assistenza di tipo professionale (Cfr. *ivi* pp. 29-32).

Le circostanze interne come ad esempio lo stadio di sviluppo in cui il bambino esperisce l'evento della perdita, le risorse emotive che può mettere in campo e le conseguenti capacità cognitive rivestono un ruolo centrale nel processo di elaborazione del lutto. Allo stesso modo anche le circostanze esterne quali il modo in cui la figura genitoriale è venuta a mancare, l'eventualità che il bambino assista alla scena o venga messo a conoscenza dell'accaduto, da chi e con quali modalità. Possiamo quindi riconoscere

delle difficoltà relazionali ed affettive nelle successive fasi dello sviluppo che influenzano negativamente il senso del sé nel bambino. Ciò è dipeso dal fatto che i bambini si identificano con la figura di attaccamento o caregiver, coloro o colui/colei che forniscono cure e protezione permettendo l'autoregolazione e la sicurezza necessaria affinché essi esplorino attivamente il mondo esterno.

Altre variabili in grado di influenzare l'esito di un'adeguata elaborazione del lutto sono: disturbi sia a livello fisico che mentale pregressi nel bambino o nel genitore sopravvissuto, oppure nel periodo successivo alla perdita del proprio partner. La famiglia e i fattori associati al nucleo familiare esteso rivestono un ruolo fondamentale nel processo di elaborazione, in base alle attitudini che ogni famiglia dispone per affrontare insieme tale evento, l'organizzazione di questa prima e dopo la perdita di un componente importante della famiglia e l'integrazione di un nuovo caregiver per il minore (Cfr. Moretti in Bastianoni, Panizza, 2013, pp. 51-54).

I bambini piccoli inoltre, possono percepirsi come causa dell'evento della perdita associando un loro comportamento o gesto alla morte del genitore. Questa percezione viene definita dagli esperti *pensiero magico* e sarebbe strettamente legato alla percezione egocentrica che il bambino ha rispetto agli eventi che avvengono intorno a lui. Tale pensiero può però trasformarsi e radicalizzarsi nella percezione che il bambino ha di sé, come pericoloso e causa di tutti i mali [Cfr. Lieberman, Compton, Van Horn, Ghosh Ippen, 2003 (2007), pp. 25-60].

2.3 Percorsi psicoeducativi e psicoterapici di sostegno nell'elaborazione del lutto: come prevenire il sopraggiungere di disturbi cronici

Esistono diversi percorsi che possono essere intrapresi per sostenere un minore in un percorso terapeutico ed educativo che tenga conto delle paure e delle motivazioni che spingono il bambino a reagire in un modo piuttosto che in un altro. Questi percorsi e interventi si rifanno ad un processo valutativo che richiede un approccio integrato e multisistemico in grado di vedere nella sua complessità e nelle diverse sfaccettature il funzionamento psicologico e comportamentale di un bambino che, come più volte asserito, non potrà mai essere il medesimo di altri bambini entrati in terapia per cause comuni. Diviene necessario partire da un'osservazione diretta del minore, del suo contesto di vita e acquisire più informazioni possibili in merito al legame che univa in vita il bambino alla figura genitoriale scomparsa e chi è nel presente il suo punto di riferimento, la figura accudente primaria. Questo tipo di approccio valutativo si rifà ad un metodo di *best practices*, cioè una valutazione che va ad osservare l'interazione diretta fra genitore e bambino mediante materiale ludico proposto e selezionato precedentemente dal terapeuta o attraverso altre forme e modalità quali il disegno o procedure standardizzate. La finalità principale di questi incontri è quella di raccogliere più informazioni possibili in merito al funzionamento motorio del bambino, alla sua capacità linguistica, al fatto che sia in grado di esprimere e modulare gli affetti o mostri delle resistenze, quale sia il livello di gioco simbolico acquisito tenendo conto del trauma vissuto. Le figure adulte giocano un ruolo centrale, in quanto dovranno fornire un resoconto di quanto accaduto al terapeuta ovvero se il bambino era presente al momento della morte del genitore o se ha sentito qualcosa, se si è trattata di una morte improvvisa o violenta e come il bambino a reagito alla morte della figura primaria. Non bisogna mai sottovalutare le informazioni che il terapeuta riceve dal bambino, perché molto spesso i bambini sanno più di quanto facciano credere all'adulto. Anche bambini molto piccoli possono esprimere il loro disagio e raccontare la loro versione dei fatti

attraverso le attività ludiche, il disegno, le immagini o il racconto di una favola che può rievocare il trauma. Nel processo valutativo bisogna quindi tener conto dell'importanza che riveste l'osservazione del minore, affinché il terapeuta attivi le strategie più opportune e l'intervento risulti efficace.

In questo percorso non soltanto il minore riceve sostegno ma anche i membri della famiglia più vicini al bambino, proprio perché egli vive in un contesto e con persone che potrebbero rievocare il trauma e spesso inconsapevolmente riattivare ricordi negativi di quanto accaduto destabilizzandolo. Inoltre, gli stessi adulti possono trovarsi in uno stato di shock tale da compromettere la buona riuscita dell'intervento centrato sul minore, trovando loro stessi beneficio nel processo valutativo.

Le aree di valutazione che il terapeuta prenderà in considerazione sono associate a fattori che influenzano il processo di elaborazione del lutto. Il bambino potrebbe sviluppare risposte disfunzionali nelle aree emotivo-cognitive e sociali, osservando nello specifico il temperamento del minore che regolano le sue risposte emotive; "Alexander Thomas e Stella Chess sostengono come le dimensioni temperamentali del bambino abbiano notevole rilevanza. Tali dimensioni sono: il livello d'attività, la regolarità dei ritmi biologici, l'apertura o la chiusura alle novità, l'adattabilità al cambiamento, l'intensità della risposta, la soglia di stimolazione necessaria per evocare una risposta, la qualità dell'umore prevalente, la distraibilità e il grado e la durata dell'attenzione" [Lieberman, Compton, Van Horn, Ghosh Ippen, 2003 (2007), p. 66].

Anche il *funzionamento socio-emotivo* riveste una notevole importanza, andando ad analizzare le abilità del bambino nel relazionarsi con gli altri e la capacità di autoregolarsi quando stia vivendo uno stato d'ansia gestibile. Qualora il bambino stia vivendo uno stato di stress tale da non riuscire autonomamente a gestirlo, come nel caso dell'allontanamento definitivo della figura di riferimento a seguito della sua morte o in circostanze annesse alla perdita in senso figurato, quest'area di funzionamento diviene centrale nel processo valutativo. Strettamente connesso al precedente, è il *funzionamento cognitivo* del bambino e il conseguente legame che univa in vita quest'ultimo alla figura di riferimento.

Il terapeuta e la famiglia del bambino devono cooperare insieme affinché il bambino non riviva inutilmente ricordi associati al trauma, possibilmente eliminandoli dall'ambiente in cui vive o almeno anticipando al bambino che un certo ricordo traumatico potrebbe in quel dato momento ricomparire a seguito della vista o dell'ascolto di stimoli stressanti. Avvisandolo per tempo lo si prepara parzialmente all'effetto che quella situazione avrà su di lui e su come modulare i sentimenti che lo stimolo può suscitare, rassicurandolo e fornendogli consolazione.

Tutte le informazioni acquisite dal terapeuta saranno fondamentali nella formulazione di una diagnosi il più completa ed attendibile possibile affinché possa essere definito un progetto terapeutico individualizzato. Tale diagnosi si rifà ai principali manuali diagnostici utilizzati dagli specialisti per formulare una diagnosi: il *Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali – DSM-V* e la *Classificazione diagnostica della salute mentale e dei disturbi di sviluppo nell'infanzia – DC: 0-3*; mentre il DSM-V viene utilizzato sia con adulti che con adolescenti e bambini, il secondo manuale è rivolto specificatamente a bambini piccoli e in età prescolare.

I bambini che vivono l'esperienza del lutto possono mostrare disturbi dell'umore, come il *disturbo post-traumatico da stress* e il *disturbo di adattamento con ansia, umore depresso e/o problemi di condotta*. Queste forme di reazione alla perdita con comparsa di disturbi disfunzionali dell'umore, sarebbero quindi associate ad una forma di lutto prolungato/reazione di dolore alla morte, caratterizzato da comportamenti di protesta e da tentativi illusori nel ricongiungersi con il genitore defunto.

Nel disturbo traumatico da stress il bambino può mettere in campo giochi che raffigurano e ripropongono aspetti dell'evento traumatico vissuto (gioco post-traumatico), con forme importanti di disagio psicologico, incubi e flashback che lo portano a rivivere tale episodio in maniera intensa, attivando una catena di disturbi come ad esempio: forme di aggressività, paure incondizionate, pattern di comportamento compulsivo, ritiro sociale e disturbi somatici di varia entità (Cfr. *ivi*, pp. 80-84).

Grazie al percorso terapeutico il bambino potrà raggiungere importanti obiettivi nell'esprimere i propri sentimenti rispetto a quanto accaduto mediante strumenti alternativi e mediante il gioco, nel tollerare con maggior padronanza emozioni forti e nel costruire relazioni più significative sul piano emotivo, riacquistando fiducia verso la vita. Per raggiungere questi obiettivi è necessario che venga costruito un ambiente sicuro e accogliente per il bambino, affinché vi siano nella rete familiare di quest'ultimo figure di attaccamento alternative ed affidabili. Il percorso terapeutico sarà utile affinché bambino e adulto di riferimento costruiscano legami emotivi importanti, riconoscendo la rilevanza di tale rapporto nello sviluppo evolutivo del minore. Colui che si prende in carico la famiglia nel percorso psicoterapeutico deve accompagnare il minore e la sua famiglia nell'accettare la realtà della morte, promuovendo una riorganizzazione nella quotidianità di ciascuno.

Tale percorso permetterà al bambino di poter integrare la figura del genitore deceduto nel proprio senso di sé, incoraggiandolo a parlare e a raccontare la sua versione rispetto alla perdita della figura di riferimento, ricordando insieme a lui situazioni specifiche della quotidianità, offrendo rassicurazione e accoglimento delle sue paure e del dolore che lo affligge, rispettando i suoi tempi e la tappa di sviluppo in cui si trova.

“Gli adulti in vita possono essere di grande aiuto nello stimolare il bambino a costruire ricordi, rievocando con loro e raccontando loro particolari di ciò che piaceva o meno al genitore, di ciò che il genitore era solito dire o fare, di attività che il genitore svolgeva abitualmente con il bambino e dei differenti aspetti della sua personalità” [Lieberman, Compton, Van Horn, Ghosh Ippen, 2003 (2007), p. 90].

Nel percorso verso l'elaborazione del lutto possono essere coinvolti anche altri componenti della famiglia vicini al bambino come i fratelli o le sorelle, i nonni o gli zii; ciò rafforza la condivisione di un evento traumatico vissuto in comune mediante interventi di counseling familiare incentrati sul lutto.

Anche gli insegnanti possono svolgere un'importante funzione di sostegno nel percorso psicoterapico e educativo, favorendo un clima sereno e di condivisione all'interno del gruppo classe. Il fatto che educatrici, insegnanti e gli stessi compagni di classe siano propensi a sostenere il bambino attraverso modalità condivise, aumenta considerevolmente le possibilità di successo, poiché costituisce una rete sociale di sostegno intra ed extra-familiare.

Ciò che risulta prioritario è l'identificazione di un caregiver sostitutivo primario in grado di rispondere ai bisogni del bambino in lutto, di offrirgli sintonizzazioni emotive ed affettive, avendo la consapevolezza del trauma vissuto dal minore e dalle sue ripercussioni.

In terapia si può proporre al caregiver e al bambino di conservare dei ricordi che risultino rassicuranti a cui associare le proprie rappresentazioni interiori del genitore scomparso. Un gioco, una copertina, una fotografia o un oggetto che il genitore utilizzava in vita possono essere fonte di conforto e vicinanza simbolica con la persona amata.

A tal proposito vorrei proporre uno stralcio di quanto asserito dagli autori: “Alcune culture hanno sviluppato dei riti di sostegno psicologico in cui la comunità si unisce per

aiutare il bambino a far fronte alla morte del genitore. In Sud Africa, ad esempio, i parenti aiutano i bambini piccoli che hanno perso un genitore a causa dell'Aids a creare delle "scatole di memoria". La scatola rappresenta uno scrigno contenente un tesoro di ricordi che includono fotografie, oggetti speciali come gioielli e note scritte a mano dal genitore che potrebbero offrire consigli e augurare felicità al bambino per il futuro. Alcune audiocassette possono contenere una storia letta dal genitore, ricordi di esperienze condivise e miti familiari che possono essere trasmessi alle generazioni future. Altri ricordi possono presentarsi sotto forma di riti, come accendere delle candele, recitare preghiere e cantare canzoni"[Lieberman, Compton, Van Horn, Ghosh Ippen, 2003 (2007), pp. 106-107].

Tale percorso dovrà incentivare l'adulto di riferimento sostitutivo a mantenere o a co-costruire delle routine quotidiane che risultino prevedibili ed adeguate al percorso di elaborazione della perdita intrapreso dal bambino. Le routine, soprattutto per i bambini molto piccoli, hanno la funzione importante di aumentare il senso di sicurezza associato alla continuità e prevedibilità degli eventi quotidiani. Il bambino percepirà di avere un certo controllo sulla quotidianità e di essere in un contesto sicuro, con la presenza rassicurante ed accessibile della figura di riferimento.

Gli incontri psicoterapici risultano necessari qualora il bambino non sia a conoscenza della scomparsa della propria figura genitoriale o, se al corrente, non abbia elaborato la morte del caregiver. Sarà compito del terapeuta spiegare al bambino che il genitore non tornerà mai più, che la sua morte non è qualcosa di temporaneo ma di definitivo e non vi potrà essere un ricongiungimento futuro. Il bambino dovrà essere rassicurato del fatto che la morte della figura di riferimento non è colpa sua o del genitore scomparso e nemmeno di chi è rimasto in vita come lui, che non vi saranno ripercussioni che lo coinvolgeranno. Alcuni bambini si convincono che il genitore se ne sia voluto andare di spontanea volontà, lasciandolo privo della sua guida e della sua protezione. Il bambino deve essere sostenuto e rassicurato rispetto al fatto che il genitore scomparso non ha potuto controllare quanto accaduto e non ha scelto di morire, che seppur la morte sia irreparabile il legame spirituale che li unisce è indissolubile e il ricordo del genitore non scomparirà. In terapia il bambino può trovare risposte ai diversi interrogativi che lo assillano: "Come è morto papà?", "Perché se ne andato via?", "Non tornerà più?", "Ora dove si trova?". Queste sono alcune delle domande che i bambini si pongono per riempire quel vuoto e quel silenzio che percepiscono attorno a loro; affrontare certi temi non è sempre semplice, né per il bambino, né per il nuovo caregiver. La psicoterapia e l'utilizzo di interventi psicoeducativi può essere la modalità più adeguata per affrontare, attraverso la supervisione attenta del terapeuta, questi argomenti in un contesto protetto e in un setting idoneo.

Inoltre, vorrei citare una tecnica utilizzata in terapia con l'acronimo di l'EMDR, *Eye Movement Desensitization and Reprocessing* –Desensibilizzazione e Riprocessamento tramite Movimenti Oculari, utilizzato per il trattamento del trauma dalla ricerca scientifica e dalle linee guida internazionali sulla salute mentale. Questo metodo risulta efficace qualora il bambino non riesca a superare ed elaborare il lutto della figura genitoriale e viene utilizzato affinché si possano ridurre i fattori di rischio che inficiano il processo di guarigione e, al contempo, per implementare i fattori di protezione affinché il bambino rafforzi le proprie capacità innate di resilienza rispetto all'evento traumatico: aumento dell'autostima, self-efficacy, senso di efficacia del sé rispetto agli eventi avversi e benessere complessivo (Cfr. Moretti in Bastianoni, Panizza, 2013, p. 60). In Italia esiste l'Associazione EMDR Italia, presieduta dalla Dott.ssa Isabel Fernandez, che vede l'adesione di molti psicologi e psicoterapeuti nel sostegno di adulti e bambini che hanno subito traumi psicologici importanti o di grave entità. L'Associazione è stata

riconosciuta dall'Organizzazione Mondiale della Sanità nel 2013 che ha accertato la validità del trattamento come strumento di cura in merito a traumi e disturbi affini (Cfr. Verardo, Russo, 2006, p. 5).

Oltre agli interventi psicoterapici esistono diverse metodologie psicoeducative che si avvalgono di una serie di strumenti e strategie che tengono conto del temperamento e delle caratteristiche personali di ciascun bambino. L'osservazione riveste una funzione importante in quanto permette all'adulto di comprendere come il bambino si relaziona con il mondo esterno e con il proprio mondo interiore, prediligendo mezzi comunicativi come la parola, mezzi espressivi come il gioco simbolico, il disegno, i libri o entrambe le modalità. L'osservazione del bambino e del suo modo di agire e reagire diviene uno strumento terapeutico importantissimo.

Uno degli strumenti psicoeducativi più idonei al fine di comprendere il reale bisogno del bambino e la fase di transizione in cui si trova, consiste nell'utilizzo di giocattoli terapeutici che devono tener conto della sua età e delle sue inclinazioni, ma che devono riuscire soprattutto a rappresentare quanto può aver vissuto il minore a seguito dell'evento traumatico. Il terapeuta può quindi proporre al bambino una serie di giocattoli raffiguranti persone, animali, mezzi di trasporto, al fine di permettere al bambino di raffigurare e mettere in scena la sua versione dei fatti, utilizzando bambole che rappresentano la composizione della sua famiglia, ambulanze giocattolo, mezzi delle forze dell'ordine, animali giocattolo e oggetti che mettano il bambino nelle condizioni di narrare attraverso il gioco quanto ricorda dell'accaduto o come avrebbe voluto che andassero le cose. Per un bambino che ha subito una perdita significativa, il riproporre attraverso il gioco il proprio essere protagonista di quanto accaduto permette di porsi sotto il suo punto di vista e comprendere la sua visione del mondo e rispetto a quanto accaduto.

“Nel setting terapeutico, il gioco diventa un'occasione per creare dei significati condivisi tra il bambino e l'adulto. Gli interventi del terapeuta tentano di chiarire il significato delle comunicazioni del bambino; questo significa attribuire delle parole ai sentimenti sottostanti, interpretare il significato del gioco simbolico e aiutare il bambino a regolare l'emozione quando il gioco diventa troppo dirompente o aggressivo a causa della comparsa di un'ansia ingestibili” (*ivi*, p. 138).

Il bambino associa al gioco simbolico la morte della figura genitoriale, la sua assenza che genera una mancanza e un dolore incontenibile, la paura di rimanere soli ed essere abbandonati a se stessi, il desiderio di ricongiungersi a lui/lei. Il gioco, insieme ad un'osservazione attenta ed accurata, hanno una valenza imprescindibile e sono il mezzo attraverso il quale costruire una relazione interpersonale fra adulto e bambino nell'elaborare la perdita della persona amata.

Alcuni bambini a seguito della scomparsa del genitore, entrano in una forma di letargia e sedentarietà che non fanno parte delle loro abitudini, ma che a seguito della perdita divengono sempre più frequenti. Il movimento e l'attività fisica possono divenire uno strumento complementare e rafforzativo all'elaborazione della perdita, facendo riacquisire progressivamente interesse per la vita. Inoltre, gli interventi centrati sul corpo e che tengono in considerazione la funzione della propria corporeità nel processo di recupero come lo yoga, le arti marziali, esercizi sulla respirazione e massaggi, lavorano sul rilassamento psico-fisico, sulle tensioni fisiche e psicologiche, sulla regolazione degli impulsi e dell'aggressività associata all'ansia. Queste discipline, che possono essere proposte ai bambini come intervento psicoeducativo, se accorpate alle tecniche psicoterapeutiche come quelle citate in precedenza, sono in grado di aiutare il bambino a tradurre le proprie sensazioni corporee in sensazioni simboliche e di comunicare agli altri ciò che percepiscono dentro di sé. Si può proporre al bambino di

scrivere delle lettere al genitore defunto o di costruire insieme un libro di ricordi, inserendo fotografie e disegni che raffigurano le sue memorie del genitore e della vita insieme a lui. Anche la musica e la musicoterapia possono risultare terapeutiche, perché sono in grado di mediare i sentimenti del bambino e di diventare uno strumento di cura nel trattamento di disturbi o problemi associati al lutto (Cfr. *ivi*, pp. 136-153).

L'utilizzo di film e cartoni animati può essere uno strumento educativo alternativo nell'affrontare con il bambino che sta vivendo in prima persona un lutto, le proprie paure e riflessioni in merito; esistono film in grado di narrare attraverso l'immagine il dolore della perdita rappresentata nelle vesti di protagonisti fantastici che li vedono scontrarsi con la realtà della morte; il bambino ha modo di identificarsi con tale dolore, di ritrovarsi con i sentimenti del protagonista della storia, divenendo una modalità altra per manifestare il proprio stato d'animo rispetto a quanto accaduto.

Si può indicare al bambino di raccontare la propria perdita narrandola attraverso il disegno, o proponendogli un racconto che affronti il tema del lutto come spunto di riflessione da cui partire per disegnare ciò che ha vissuto, i sentimenti legati al trauma, a come il mondo appare ai suoi occhi ora che la figura genitoriale non è più con lui. Nel percorso psicoterapico e educativo il disegno ed il colore hanno un grande valore simbolico e metaforico perché rappresentano ciò che il bambino non riesce ad esprimere a parole, soprattutto quando i bambini sono molto piccoli diviene necessario utilizzare modalità altre per avvicinarsi con i dovuti modi senza creare ulteriore fonte di stress. Il passo successivo sarà quello di tradurre tali sensazioni in parole, riconoscendo il sentimento ed attribuendogli il giusto nome, attraverso il supporto di figure competenti e mediante l'utilizzo di strumenti alternativi come i libri e le illustrazioni. È comprovato che le storie e i racconti che affrontano il tema della perdita riescono a coinvolgere emotivamente il bambino, soprattutto qualora quest'ultimo stia vivendo situazioni simili; in questo caso l'intervento sarà incentrato sull'ascolto, sull'osservazione di illustrazioni che raffigurano un certo personaggio che ha perso qualcuno o qualcosa di molto importante e di vitale per la sua esistenza, proponendo domande e riflessioni in merito alla narrazione che vadano più in profondità, fino ad avvicinarsi alla prospettiva del bambino. Si può quindi chiedere al bambino se quella storia gli ricorda qualcosa che ha vissuto in prima persona, come si sentirebbe al posto del protagonista della storia o come avrebbe reagito ad una simile situazione.

Tali interventi e strumenti volti al superamento di un evento traumatico associato alla perdita, necessitano della presenza costante di figure significative in grado di costruire una relazione d'aiuto incentrata sul minore volte all'elaborazione del lutto. Ciò è possibile qualora venga riconosciuto il dolore sotteso in ogni gesto o atteggiamento incompreso dall'adulto; questo non vuol significare che quel bambino sarà necessariamente portatore di un disturbo post-traumatico o affine, ma la sua richiesta d'aiuto, seppur latente, potrà essere vista attraverso le giuste lenti d'ingrandimento sul problema e sulle conseguenze che un lutto inevitabilmente porta con sé. Molto spesso siamo noi adulti che tentiamo di celare ciò che in realtà è palese per paura di esserne inglobati, per paura di non essere capaci di sostenere il peso del lutto che sta vivendo l'altro. Il sostegno da parte di figure competenti e la possibilità di lavorare collettivamente al fine di costruire una rete sociale di supporto che intervenga sui diversi sistemi e contesti di vita del bambino è a mio avviso essenziale. Per tale motivo ho deciso di affrontare più da vicino quale sia il ruolo delle figure adulte ed in particolare del genitore sopravvissuto e degli insegnanti/educatori, nonché delle istituzioni scolastiche e sanitarie nel perseguimento di un benessere complessivo nel minore qualora esposto ad un evento luttuoso, alla prevenzione del lutto patologico e all'accompagnamento dei bambini all'esperienza della perdita reale e figurata.

3. Il ruolo delle figure adulte nell'elaborazione del lutto infantile

3.1 Genitori e figli nell'elaborazione del lutto condiviso

Parlare della morte ai propri figli non è argomento semplice, richiede un enorme sforzo cognitivo ed emotivo per lo stesso genitore che ha perso il/la proprio/a compagno/a di vita e che deve affrontare la quotidianità senza di lui/lei dimostrando la capacità di sopperire all'assenza e alla mancanza che inevitabilmente lo/la travolgerà insieme al loro figlio. Spetta al genitore trovare le parole giuste per affrontare la realtà della perdita, ma non sempre ciò risulta semplice perché subentrano una serie di meccanismi inconsci e di paure insite nell'adulto proprie dell'evento traumatico che l'ha colpito in prima persona e che ha coinvolto la sua famiglia. L'adulto significativo diviene per il bambino la sua ancora di salvezza, il suo punto di riferimento fra mille ostacoli e paure, colui che riconosce il dolore condiviso della perdita e che sa rialzarsi e sorreggerlo nonostante tutto. Anche se questo non è sempre possibile, il caregiver sostitutivo ha la capacità di sintonizzarsi con gli stati emotivi del bambino, perché simili ai propri e attivati da una esperienza che coinvolge entrambi.

[...] La vera sintonizzazione emotiva tra due persone non sta nel fare delle cose insieme, ma nel sentire che si è capiti dall'altro. E questo, a volte, richiede poche parole, poche azioni e la capacità, all'occorrenza, di stare un passo indietro (Pellai, Tamborini, 2011, p. 38).

Al genitore in vita spetta il difficile compito di dare la triste notizia al figlio. La paura che più spaventa ed assilla questi genitori è: "come farò a dirglielo?", la paura cioè di non essere in grado di affrontare la vicenda con i giusti modi e di non trovare le parole appropriate. Non ci possono essere parole giuste o sbagliate, vi sono solo parole sincere e oneste che arrivano come una sferzata di aria fredda, ma che, se pronunciate al bambino dalla propria figura primaria altra e con le dovute attenzioni, risulterà meno destabilizzante rispetto al diniego di quanto accaduto o a bugie che con il tempo si materializzeranno e risulteranno ancora più devastanti e difficili da affrontare. Il bambino ripone la sua più completa fiducia nell'adulto di riferimento e qualora quest'ultimo risultasse ai suoi occhi falso e bugiardo, il suo mondo fatto di piccole sicurezze riposte nell'altro significativo andrebbero in frantumi. Il genitore deve essere consapevole che ciò potrebbe accadere e che quello di cui ha realmente bisogno suo figlio è sincerità, comprensione e conforto, per affrontare una realtà che a volte potrà risultargli ingiusta e minacciosa, ma che invece sarà ricca di sorprese e di gioie nonostante le avversità. La fiducia che il bambino riporrà nel genitore sopravvissuto sarà il suo bene più prezioso e la chiave di volta per iniziare il suo processo di elaborazione della perdita.

Il genitore dovrà prestare attenzione alle reazioni del figlio ascoltandolo e osservando i comportamenti e gli atteggiamenti che il bambino potrà mettere in atto a fronte della precoce perdita. È importante che il bambino si senta libero di poter raccontare e parlare della persona deceduta con il caregiver sostitutivo e di affrontare insieme a lui le paure che potrebbero conseguentemente manifestarsi; mostrare la propria vicinanza fisica e rassicurarlo quando rivelerà le sue fragilità è il modo più appropriato per sostenerlo nel difficile lavoro sul lutto.

Anche qualora il bambino si mostri propenso a voler partecipare alla cerimonia funebre sarà necessario prepararlo a ciò che vedrà e sentirà, suggerendogli di dedicare un

piccolo dono che potrà lasciare nel giorno del funerale. Il fatto di poter partecipare al rito funebre permetterà al bambino di rendersi conto che la morte è un evento immutabile, dall'altro si tratta di un momento che gli permetterà di dare il suo ultimo saluto alla persona che ha amato profondamente, donandole un pensiero che apparteneva alla storia vissuta insieme che ha un inestimabile valore terapeutico.

La comunità riveste un ruolo centrale nel sostenere il peso del lutto di una famiglia che ha perso un membro importante e che necessita di supporto emotivo e di accoglimento. Capita spesso che genitore e figlio si trovino a vivere il proprio dolore senza una rete sociale di supporto esterna che sia in grado di prendersi cura del nucleo familiare in lutto. Ciò è a volte dipeso dalla convinzione comune a livello sociale e culturale che la famiglia riuscirà con le proprie forze ad elaborare la perdita e che il tempo darà modo di riprendere la propria vita in mano. Va riconosciuto come la nostra società fatichi ad accettare l'importanza di affrontare tali argomenti che inevitabilmente ci coinvolgono e ci accomunano in quanto essere finiti. "Come asserito da Marilena Moretti: Questa prospettiva è probabilmente il risultato di una società nella quale la morte è una realtà inaccettabile, di cui si fa fatica a parlare, perché evento doloroso che trascina con sé sentimenti di sofferenza, vuoto, sconforto e si scontra prepotentemente con il senso di finitudine e con gli umani limiti" (Moretti in Bastianoni, Panizza, Catalano, 2014, p. 97).

Come ben sappiamo non sempre questo è possibile; si pensi ad esempio a bambini che rimangono orfani di entrambi i genitori o alla morte di un genitore per mano dell'altro genitore. La comunità è tenuta a rispondere non soltanto in casi così complessi e devastanti sotto il profilo umano, ma anche qualora il genitore "sopravvissuto" non si trovi nelle condizioni di poter sopperire all'assenza del partner.

Proprio in tal senso gli autori sostengono: "Dato che i bambini piccoli crescono all'interno delle relazioni intime, il genitore in vita è generalmente la persona più indicata per aiutare il bambino ad affrontare la morte nel medesimo tempo, questo genitore può essere talmente immerso nel dolore da essere emotivamente inaccessibile per il bambino. [...] I bambini sono ben consapevoli di queste risposte perché utilizzano il riferimento sociale (ad esempio, imparano a sentire e a comportarsi attraverso il comportamento di adulti fidati) come guida per il loro esame di realtà. Assistere a scene di dolore intenso è spesso terrificante per i bambini piccoli perché essi inferiscono dalle risposte dal genitore che è avvenuta una catastrofe e che il loro mondo è crollato" [Lieberman, Compton, Van Horn, Ghosh Ippen, 2003 (2007), pp. 40-41].

L'adulto che ha subito la perdita della persona amata può non essere temporaneamente in grado di dare il giusto riconoscimento al dolore del figlio e non riuscire conseguentemente a rispondere in maniera sensibile ai suoi bisogni e alle sue richieste di rassicurazione.

Il percorso da intraprendere verso l'elaborazione della perdita è lungo e pieno di insidie sia per il bambino che per il genitore rimasto. Il genitore riveste il ruolo di intermediario fra il caregiver che non c'è più ed il bambino, in quanto testimonianza viva della vita passata insieme e dell'amore che li univa e che ha dato vita alla loro famiglia. Egli ha il difficile compito di dare voce alle parole del genitore scomparso, ai sentimenti che tale mancanza porta con sé e alla rilevanza emotiva della sensazione di nostalgia che è racchiusa nel dolore di figlio/a e di compagno/a, perché la malinconia verso chi non è più con noi è l'emblema del grande amore che univa la famiglia in vita e che in altre vesti li unisce nel presente. Il genitore avrà il compito di rassicurare il bambino permettendogli di percepire la propria sofferenza, educandolo al dolore che sente. Ritornare alla propria quotidianità e alle routine usuali non sarà facile, ma si tratta di un evento necessario affinché sia adulto che bambino possano riprendere la loro vita. La continuità delle proprie abitudini infonde nel bambino senso di sicurezza e di stabilità in

un momento della vita dove il suo mondo e quello del genitore sopravvissuto è andato in mille pezzi.

È proprio nella vita di tutti i giorni che il caregiver può trovare opportunità per affrontare con il bambino la scomparsa della figura di riferimento, ad esempio giocando insieme a lui/lei ad un gioco che condividevano insieme o che il bambino condivideva con la persona scomparsa, facendo proprie alcune abitudini ereditate dal partner da riproporre sotto nuove vesti al bambino, così da mantenere vivo il ricordo di chi non c'è più e promuovere nuove interazioni profonde e significative fra bambino e caregiver sostitutivo.

Rimuovere quanto accaduto non è possibile e non è nemmeno la strada giusta da intraprendere, tuttavia affrontare insieme la perdita è un passaggio essenziale che coinvolge interamente nel cammino verso l'elaborazione del lutto tanto il bambino quanto il genitore rimasto. Vi sono famiglie che a seguito della perdita della persona amata e di fronte a tanto dolore si perdono, ma ci sono anche famiglie che trovano la spinta per allargare la propria visione del mondo.

Narrare la propria esperienza dolorosa può divenire un punto d'incontro con il senso di smarrimento provato dal figlio. In tale processo la nuova diade ha modo di condividere i propri sentimenti e gli stati d'animo associati alla perdita, rispettando i silenzi e ascoltando attivamente l'altro senza alcun tipo di giudizio. Si tratta di un processo che potremmo definire dialettico in quanto ognuno si spoglia metaforicamente dei propri filtri e barriere di protezione rispetto al mondo esterno, per condivide con l'altro i turbamenti che lo assillano e le paure più intime. Bambino e genitore possono costruire una storia completamente nuova e unica nel suo genere che li vede protagonisti ed è ricca di significati co-costruiti insieme. In questo processo dialogico colui che ascolta ha un ruolo centrale al fine di aiutare l'altro a esprimere i propri stati emotivi interni, riconoscendoli in maniera sensibile ed empatica. Tutto ciò avviene all'interno di un contesto ambientale, culturale, storico e relazionale che varia con il passare del tempo e che pertanto è dinamico e processuale, come l'elaborazione della perdita che necessita di una durata più o meno lunga affinché avvenga il cambiamento (Cfr. Bastianoni, Panizza, Catalano, 2014, pp. 106-107).

Anche qualora il bambino non stia affrontando la perdita di una figura significativa ma abbia necessità e curiosità di conoscere l'argomento, l'adulto deve raccogliere ed accogliere le domande del bambino, le sue riflessioni e costruire insieme un dialogo attorno a tale argomento. Per i genitori è difficile affrontare temi così delicati e coinvolgenti che molto spesso non trovano risposta nemmeno da parte dell'adulto, perché nessuno ha la certezza di cosa vi sia dopo la morte. Gli adulti restano spiazzati dagli interrogativi e dai dubbi dei bambini che sono leciti e che richiedono un riconoscimento e un'accettazione che preclude qualsiasi forma di negazione, rifiuto o chiusura, reazioni che rischierebbero di abbandonarli alle loro paure più profonde.

3.2 Insegnanti e educatori: una rete di sostegno nel dialogo sulla morte a scuola

La scuola e il gruppo classe hanno una valenza imprescindibile, in quanto rete di supporto nella costruzione di una relazione d'aiuto che accompagni il bambino nell'attraversamento del dolore, in un percorso verso l'elaborazione del lutto condivisa e co-partecipata, che vede il bambino protagonista attivo nel processo di guarigione e che coinvolge compagni di classe, insegnanti/educatori e la scuola in quanto istituzione. Affinché queste figure siano preparate ad affrontare questo difficile compito, è necessario che vi sia una formazione a priori volta al riconoscimento di tematiche così

delicate incentrate su un'educazione al dolore che il più delle volte non vengono affrontate a scuola, ma che in realtà coinvolgono tutti i bambini, perché educare al dolore della perdita significa educare a vedere oltre al proprio dolore, a imparare a riconoscere il dolore degli altri e a esprimere solidarietà e condivisione in un momento tanto difficile per un compagno che sta vivendo la perdita di una persona importante. La collaborazione fra famiglia e scuola è determinante per la buona riuscita del progetto che coinvolge il bambino, ma che allo stesso tempo coinvolge tutti coloro che gli stanno attorno, dentro e fuori il nucleo familiare, mediante una rete sociale di sostegno che lavori su più fronti e che cooperi al fine di favorire un miglioramento del benessere psico-fisico del minore. Insegnanti e educatori possono facilitare l'espressione di sentimenti e interrogativi sull'argomento, creando un contesto volto all'incontro e al dialogo.

Accogliere in classe un bambino piccolo che abbia perso da poco la figura accudente, richiede sensibilità, capacità di ascolto e osservazione empatica di quanto sta vivendo quel bambino e di come la classe reagisca al turbamento e al dolore di quest'ultimo. E' proprio l'adulto che progetta momenti di sintonizzazione emotiva con l'intera classe, al fine di accogliere il bambino e aiutarlo a condividere questo momento così difficile e doloroso. È compito delle figure adulte sostenere il bambino colpito da un grave lutto, preparando la classe al suo rientro e affrontando con la giusta sensibilità l'argomento, spesso associato a paure latenti presenti in tutti i bambini. Anche qualora il bambino mostri di essere disponibile a riprendere le attività, il gioco e dimostri un apparente serenità subito dopo aver subito un fatto doloroso, anziché dedurre da tale comportamento che il minore abbia superato la perdita o abbia persino dimenticato l'accaduto, è compito delle figure adulte porsi sulle tracce del dolore, andarle a cercare e vedere sotto quali spoglie si sono nascoste, aiutando il bambino a dare un nome o una forma alla sofferenza, rendendo il dolore oggetto di comunicazione da poter condividere con gli altri.

Prima di ogni forma di intervento educativo-terapeutico con il singolo e congiuntamente con il gruppo classe, è bene che l'insegnante fissi un incontro con il bambino precedente al suo rientro a scuola. E' importante in tal senso svolgere un incontro con la famiglia del bambino, divenendo di reciproco sostegno al fine di costruire una relazione d'aiuto per il minore. Tale relazione dovrà essere incentrata sull'ascolto attivo, volto al riconoscimento del dolore e della sofferenza dell'altro e privo di qualsiasi forma di giudizio o consiglio spassionato.

Il gruppo classe e le stesse famiglie dei bambini dovranno essere informate di quanto accaduto, affinché si possa costruire una rete di sostegno volta al reinserimento del bambino nella classe e per facilitare il più possibile il suo percorso di elaborazione della perdita.

L'adulto dovrà tenere conto che il reinserimento del bambino a scuola potrebbe riattivare ricordi o argomentazioni correlati alla perdita e al trauma del lutto. Si pensi alle attività proposte abitualmente a una classe in merito alle festività che coinvolgono le figure genitoriali, agli anniversari o ai compleanni. Questi avvenimenti possono far riaffiorare ricordi spiacevoli se non affrontati con i giusti tempi e modi, tempi che non vengono scanditi dalla scuola o dall'insegnante, ma che sono propri del bambino in lutto. Si può quindi proporre al bambino, se lo desidera, di preparare una poesia in memoria del genitore scomparso o se preferisce un pensiero ad una figura significativa sostitutiva. In mancanza dei propri punti di riferimento, il sostegno del gruppo funge da facilitatore e da base sicura a cui poter rivolgersi ogni qualvolta si sentirà solo e triste (Cfr. Verardo, Russo, 2006, pp. 72-76).

Esistono diverse attività che possono essere proposte al gruppo classe per esprimere dubbi, domande e stati d'animo verso chi sta affrontando un lutto e verso l'argomento di non semplice comprensione. L'insegnante può proporre alla classe la condivisione di esperienze felici o di esperienze tristi che hanno vissuto personalmente i bambini e che desiderano condividere con il resto del gruppo. Ciò facilita un clima di condivisione e riconoscimento degli stati d'animo dell'altro e delle proprie sensazioni durante l'ascolto dell'esperienza propria ed altrui. Si tratta di un'attività molto coinvolgente perché permette a tutti i bambini di potersi aprire al resto del gruppo, senza far sentire il bambino che ha perso la persona amata troppo esposto o sotto osservazione. Per tale motivo è necessario che l'attività sia condotta da una figura adulta che funga da facilitatore affinché il bambino non percepisca di essere giudicato dai compagni o si senta in difficoltà a raccontare e a riportare alla memoria l'evento luttuoso. Per impedire che ciò avvenga, si può pensare di affrontare tale argomento insieme ai bambini attraverso l'utilizzo di racconti, favole o filastrocche che siano motivo di confronto sul dopo vita, sulla perdita di una persona amata, sui grandi interrogativi che ci si pone sulla morte, dando spunti e proponendo punti di vista differenti ricchi di significato.

Differentemente dalla nostra cultura in cui la morte è spesso considerata una presenza che contamina, il racconto illustra la dimensione particolare del prendersi cura della morte mentre si è ancora in vita e suscita una riflessione fondamentale: i bei libri per bambini e ragazzi fanno bene a noi adulti, in primo luogo perché impongono un deciso lavoro di introspezione, in secondo luogo perché ci forniscono strumenti su come affrontare il tema con i bambini e accompagnarli all'interno della dimensione della perdita, della morte e del lutto (Bastianoni, Panizza, Catalano, 2014, p. 71).

I bambini hanno l'innata capacità di comprendere quando un proprio amichetto o compagno di classe è in difficoltà e sono in grado di esprimere la loro vicinanza e il loro affetto verso il compagno che sta passando un momento difficile. Essi possono essere incentivati a scrivere una lettera al compagno che sta affrontando un momento delicato legato alla perdita. Ricordare insieme chi non c'è più fa meno male e funge da connettore fra il bambino, il gruppo classe e gli insegnanti/educatori. Il bambino sentirà di non essere sotto giudizio, bensì sentirà di appartenere a quel gruppo e di poter contare sui compagni e sugli insegnanti.

Una tecnica che si può proporre ai bambini è quella del *circle time*, si tratta di un metodo democratico che favorisce la discussione all'interno del gruppo di un determinato argomento, in questo caso di tematiche che affrontano il lutto e l'elaborazione della perdita. L'insegnante o l'educatore ha la funzione di facilitatore e di garante del gruppo affinché le regole basilari della comunicazione vengano rispettate (parlare uno alla volta, non interrompere chi sta parlando, ascoltare chi ha iniziato il discorso, permettere a tutti di esprimere il proprio pensiero in merito). Questo metodo comunicativo favorisce l'espressione dei propri stati d'animo, delle sensazioni associate alla tematica affrontata e permette di affrontare temi difficili e spesso celati dalle figure adulte per timore di ripercussioni psicologiche o traumatiche sui bambini. In realtà è proprio affrontando tali temi in un contesto protetto come quello della scuola, sotto la supervisione di un adulto competente, che si possono prevenire situazioni spiacevoli e si dà la possibilità ai bambini di rispondere ai loro dubbi e non costruire congetture sull'argomento, ciò vale sia per il bambino che in quel momento sta vivendo la perdita della persona amata, sia per il resto del gruppo classe che vive indirettamente la vicenda. Questa metodologia prevede momenti di gioco e condivisione alternati a

momenti di rilassamento, al fine di affrontare con la giusta consapevolezza l'argomento, tenendo sempre conto dell'età dei bambini e del coinvolgimento che tali temi possono provocare. Gli obiettivi di questa metodologia consistono nello stimolare i bambini ad ascoltare attivamente e consolare i compagni qualora stiano rivivendo, attraverso la narrazione, un momento per loro difficile. Fare emergere paure associate alla morte può essere motivo di rivincita per il bambino che si trova a combattere costantemente contro di esse. I bambini in questo modo condividono esperienze personali rafforzando il senso di appartenenza al gruppo e promuovendo un clima accogliente e partecipativo.

Ai bambini si può inoltre proporre di ripercorrere virtualmente le diverse fasi che scandiscono la vita di ogni individuo: dalla nascita, alla giovinezza, dall'età adulta fino ad arrivare all'anzianità. Questa attività piace molto ai bambini perché viene proposto loro di immaginare e di mettere in campo sequenze di movimenti che rispecchiano la fase di sviluppo proposta dall'insegnante.

Passo dopo passo i bambini costruiscono rappresentazioni attraverso la propria corporeità ed il movimento, immaginando come un adulto o una persona anziana stiano vivendo quell'istante della loro vita e, più ci si avvicina alla fine, più il bambino comprende come il ciclo della vita sia complesso e allo stesso tempo abbia dentro di sé qualcosa di magico e di inspiegabile. Tale tipologia di intervento con il gruppo classe può essere proposto prendendo spunto dal ciclo di vita che scandisce il tempo della natura, degli animali, di tutto ciò che di vivente esiste e che può divenire un ottimo spunto di riflessione da cui partire. Si possono proporre una serie di videolezioni sull'argomento attraverso cartoni animati, documentari adatti ai più piccoli, sequenze di film che affrontano il tema della perdita o che descrivono la nascita, la crescita e la morte di esseri viventi. Affrontando con naturalezza e con la giusta consapevolezza il tema della vita e della morte nelle sue diverse sfaccettature, i bambini sono liberi di porre le domande e di condividere con il gruppo e con l'insegnante i dubbi conseguenti alla visione di filmati o del materiale proposto dal conduttore. Nella fase di rilassamento i bambini possono praticare tecniche di massaggio associate a momenti del ciclo di vita della natura, come il momento in cui un campo o un terreno deve essere arato per poter seminare i frutti del contadino. Un bambino rappresenterà quindi il campo da arare attraverso una parte del proprio corpo come la schiena, mentre l'altro bambino della coppia parteciperà nelle vesti del contadino e attraverso il massaggio metterà in scena l'aratura del suo campo. L'insegnante condurrà i bambini nel percorso della semina, chiedendo loro di rappresentare ogni passaggio ed ogni fase che il contadino dovrà seguire per seminare e far crescere il suo terreno. Questa tecnica di rilassamento oltre ad essere un momento di scambio e di fiducia nell'altro che sta toccando il nostro corpo, diviene un momento di riflessione su come la vita sia strettamente interconnessa alla morte e viceversa: dapprima il campo del contadino è sterile, spoglio e pronto ad accogliere nuova vita, poi grazie al contadino e alla cura che dedicherà al suo terreno, nasceranno dalla semina numerose piante che diverranno nutrimento per l'uomo o per gli animali e dopo il raccolto il terreno tornerà spoglio, pronto per una nuova stagione di semina. Durante i diversi interventi sopra proposti l'insegnante può intervenire presentando agli alunni domande stimolo, volte alla partecipazione attiva e al dialogo. Alcuni bambini potrebbero sentirsi impacciati ad esprimere le loro sensazioni o le emozioni che l'attività ha suscitato in loro, l'insegnante ha il ruolo di mediare e di condurre il gruppo alla riflessione e alla condivisione dell'esperienza appena vissuta. I bambini hanno inoltre la possibilità di vedere le reazioni dei propri compagni ed implementare le strategie di coping.

L'educazione alla morte, avviata nel contesto scolastico, può aiutare il bambino a gestire le emozioni legate a tale evento, sviluppando risorse e capacità di coping. [...] Il fondamentale lavoro dell'insegnante è quello di garantire un contesto di esperienza partecipata, attraverso l'individuazione di modalità e linguaggi (narrazioni, disegni, dialogo, pittura, etc.) che possono aiutare i bambini a vivere la perdita ed il distacco, ad identificarsi in un personaggio e/o in una narrazione, a sentirsi compresi, a parlare di chi non c'è più, a condividere e dare un senso ad un'esperienza dolorosa (Bastianoni, Panizza, Catalano, 2014, p. 100).

Si può pensare di incentivare i bambini mediante l'utilizzo di attività artistiche e pittoriche, dove attraverso il disegno ed il colore, i bambini possono rappresentare i propri stati d'animo, l'intensità delle loro emozioni e i ricordi associati alla perdita e a ciò che ne consegue, condividendo insieme agli altri e possibilmente in forma anonima, quanto descritto attraverso l'immagine.

La strutturazione di momenti dedicati a queste attività e agli interventi mirati può risultare molto efficace nel lungo percorso verso l'elaborazione della perdita, sia qualora la morte sia già sopraggiunta sia nell'affrontare preventivamente l'argomento a fronte dei diversi momenti della vita e delle diverse circostanze che in un modo o nell'altro coinvolgono ognuno di noi. La letteratura per l'infanzia che affronta tematiche di questo spessore ci insegna quanto sia importante non celare ai bambini la realtà del fine vita, perché tutti i timori dell'adulto caratterizzati dalla negazione e dal silenzio rispetto a questi temi, rischiano di realizzarsi e di essere ancora più forvianti (Cfr. Pellai, Tamborini, 2011, pp. 91-116).

3.3 Dare voce al dolore della perdita. Un caso di elaborazione del lutto nella scuola per l'infanzia

In un Convegno Internazionale del 2004 tenuto dalla Responsabile dei Servizi 0-3 anni di Modena, Dott.ssa Laura Restuccia Saitta, intitolato "*Diamo parole al dolore. La percezione del disagio e della difficoltà nella vita quotidiana delle bambine e dei bambini*" a cui hanno aderito numerosi pedagogisti, psicologi, neuropsichiatri infantili, insegnanti e assistenti sociali, si è cercato di mettere in luce l'importanza che rivestono le figure adulte significative che vivono costantemente a contatto con il dolore dei bambini e che insieme a loro affrontano ogni giorno la percezione di disagio che è racchiusa dietro a lutti importanti e traumatici. I bambini sono inesperti rispetto a sé e al mondo che li circonda e necessitano di persone fidate, di guide che li conducano verso la comprensione, l'accettazione e la condivisione di ciò che stanno vivendo. L'adulto diviene colui che sorregge la sofferenza del bambino e che ha come obiettivo aiutarlo a superare l'evento traumatico e a ricomporre la propria vita. Come è possibile dare voce al dolore? Ascoltando empaticamente. Un ascolto autentico che riconosce la dimensione del dolore di quel bambino, guardando attraverso i suoi occhi, ma che in quanto guida è ben consapevole che esiste anche una dimensione di felicità: dietro ad ogni vissuto doloroso vi può essere uno spiraglio di felicità e l'adulto è colui che può aiutare il bambino a vederlo, a stringerlo forte e a non farlo scappare, educandolo ad essere resiliente rispetto alla vita. Per comprendere fino in fondo cosa significhi dare voce al "dolore bambino", bisogna parteciparvi in prima persona, esserci per l'altro ed entrare in sintonia con il dolore di quel bambino, avendo memoria del proprio dolore ormai adulto. La perdita di una figura significativa è causa di un vortice di emozioni che

oscillano dal dolore alla gioia, dalla rabbia alla malinconia, pulsioni che vengono espresse dal minore in una dimensione del tutto esasperata rispetto all'adulto che ha memoria di esperienze passate e di un bagaglio esperienziale molto differente rispetto a quello di un bambino. L'adulto ha memoria di altre sofferenze, di momenti difficili e di percorsi tortuosi che non risolvono il dolore presente, ma che lo sorreggono e in un certo senso lo filtrano, lo rendono più ridimensionato. L'alfabetizzazione delle proprie emozioni non è cosa semplice, ma può essere acquisita con il tempo e con il sostegno di figure significative e supportive, imparando che il dolore associato al distacco rispetto all'oggetto d'amore perduto ha una doppia faccia: da un lato il dolore e dall'altro la capacità di resilienza, la capacità di elaborare il lutto interiore come riflesso della perdita reale.

Vorrei ora concludere riportando brevemente un caso raccontatomi da un'insegnante di scuola d'infanzia che ha partecipato al convegno citato e che ha vissuto e condiviso con me il lutto di un bambino della sua sezione.

Leo (nome di fantasia) ha 5 anni quando il suo papà muore a seguito di un tumore maligno. Il piccolo Leo aveva vissuto insieme alla madre e al fratello il lungo periodo di malattia del padre durato due anni. A seguito delle terapie sfiancanti a cui era sottoposto il padre che lo rendevano sempre più debole e sofferente la madre di origine non italiana decise di allontanare i bambini, sapendo che di lì a breve il marito sarebbe deceduto. Dopo la morte del padre Leo rimase per un periodo di tempo a casa prima di riprendere la scuola materna, chiedendo espressamente alla madre di poter partecipare al funerale poiché voleva a tutti i costi vedere dove sarebbe andato suo papà. Le stesse insegnanti parteciparono al funerale cercando di dare sostegno alla famiglia e alla madre di Leo, che, non avendo parenti in Italia e trovandosi da sola a fronteggiare la perdita del marito con i due bambini piccoli da crescere, mostrava di essere spaesata e destabilizzata dall'accaduto. Prima del reinserimento di Leo a scuola, le insegnanti in una riunione collettiva affrontarono l'argomento e decisero di parlare ai bambini della vicenda, affinché fossero preparati ad accogliere il compagno che sarebbe rientrato a breve. Gli stessi genitori dei bambini furono coinvolti e ciò permise di costruire una rete sociale di sostegno nei confronti della famiglia di Leo. Al suo rientro il bambino trovò ad accoglierlo non soltanto le insegnanti ma anche l'intera sezione a cui apparteneva: i compagni avevano metabolizzato quanto raccontato dalle insegnanti e facendo gruppo lo accolsero calorosamente, infatti appena lo videro entrare, gli andarono tutti incontro come in un abbraccio collettivo coinvolgendolo immediatamente nei giochi e nelle attività. Dopo alcuni mesi dalla scomparsa del padre, Leo e i compagni costruirono un giocattolo a forma di pagliaccio con una bocca gigantesca al cui interno i bambini a turno lanciavano palline colorate. In queste occasioni, quando si costruiva un oggetto, la regola era che il bambino che l'aveva creato poteva, se lo desiderava, portarlo a casa. In questo caso però il giocattolo era stato costruito da un gruppo per cui l'insegnante propose ai bambini di decidere se portarlo a casa un po' per uno, oppure di decidere, fra chi l'aveva costruito, quale di loro poteva portarlo a casa. I bambini si riunirono per parlare e di comune accordo decisero che fosse Leo a portarlo a casa perché fosse per lui un ricordo del percorso che avevano intrapreso e condiviso assieme. I bambini e le insegnanti hanno accompagnato Leo nel difficile percorso verso l'elaborazione della perdita, riconoscendo quanto fosse necessario costruire una relazione d'aiuto volta al riconoscimento del suo dolore e al reinvestimento nei confronti della vita.

CONCLUSIONI

A conclusione del mio elaborato vorrei mettere in risalto l'importanza e la necessità di un'educazione alla morte che coinvolga tanto gli adulti quanto i bambini e che spesso si tenta volutamente di porre ai margini della propria esistenza per non fare i conti con essa, quando in realtà riveste un ruolo essenziale nelle nostre vite e appartiene a tutti in quanto esseri finiti. La morte è parte integrante della vita ed è un passaggio evolutivo che non si può evitare. Partire da questo presupposto può essere il mezzo attraverso il quale avvicinare bambini e adulti a questo argomento. Le figure adulte che gravitano attorno all'universo infantile e per primi i genitori hanno il dovere di affrontare con i propri figli o con i propri allievi la sofferenza racchiusa nella perdita, nell'ascolto empatico del proprio e dell'altrui dolore, nel riconoscimento della propria esistenza senza l'altro significativo.

Accompagnare i bambini nell'esperienza del lutto rispondendo ai loro interrogativi e alle domande che spesso vedono gli adulti increduli e attoniti, fa pensare a quanto la morte e ciò che ne consegue non sia per niente marginale nelle nostre vite. Inevitabilmente vi sarà uno scontro/confronto con essa, che sia a seguito della scomparsa di una figura significativa, di un genitore, di un animaletto domestico o persino di una piantina tenuta con cura ed amore che ha smesso di germogliare. L'adulto conosce tale realtà della/nella vita a seguito delle proprie esperienze passate e del bagaglio di conoscenze acquisite nel tempo vissute sulla propria pelle, ma il bambino no. Il confronto con la morte è per il bambino qualcosa di sconosciuto e di imprevedibile, spesso sottinteso nei non detti di chi si prende cura di lui. Non sempre l'adulto è pronto a sostenerlo e ad aiutarlo nel difficile percorso verso l'elaborazione della perdita, soprattutto quando colui/colei che si è persi è una persona che si è amato molto e che raffigurava un punto fermo nella propria vita. Una parte di sé è andata in frantumi e ci si sente come espropriati di un pezzo del proprio Essere di cui non si può fare a meno, esposti alle problematiche che il mondo ci pone ogni giorno.

Sopravvivere alla morte di un genitore, specialmente se si è molto piccoli, può risultare impossibile e talmente straziante da richiedere l'intervento di figure competenti in grado di accompagnare il bambino nel proprio lutto interiore. Spetta all'adulto di riferimento e/o ad un caregiver alternativo, l'arduo compito di far comprendere al bambino che la morte del genitore non porta via con sé la sua vita, il suo essere nel mondo. Questo percorso verso l'elaborazione del lutto seppur difficile è necessario e va affrontato con la consapevolezza che chi non c'è più resta nei ricordi e nella memoria di chi lo ha amato.

Le stesse figure preposte al confronto su tali argomenti: genitori, insegnanti, educatori, assistenti sociali, psicoterapeuti, operatori sanitari e la più vasta comunità di appartenenza, nonché le istituzioni sanitarie e scolastiche hanno il dovere di essere formate ed informate al fine di costruire una relazione d'aiuto che non coinvolga soltanto il minore in questione, ma tutta la sua famiglia. Attraverso la costruzione di una rete di sostegno volta alla condivisione e alla compartecipazione sarà possibile dare voce al proprio dolore e intraprendere nella giusta direzione l'esperienza della morte, metabolizzandola e facendola propria, intravedendo uno spiraglio di felicità nell'immenso dolore della perdita. Come scrisse un grande poeta: "La consapevolezza della morte ci incoraggia a vivere" (Paulo Coelho, 1999).

BIBLIOGRAFIA

Abraham K., (1978) “Note per l’indagine e trattamenti psicoanalitici della follia maniaco-depressivi e stati affini”, in “Teoria e applicazioni della psicanalisi”, cit. in Bastianoni P., Panizza P., Catalano L. (a cura di), *Uno Sguardo al Cielo. Le voci del lutto. Secondo ciclo di conversazioni sul lutto*, Este Edition, Ferrara, p. 21.

Bastianoni P., Panizza P. (a cura di) (2013), *Uno sguardo al cielo. Elaborare il lutto*, Carocci Editore, Roma.

Bastianoni P., Panizza P., Catalano L. (a cura di) (2014), *Uno Sguardo al Cielo. Le voci del lutto. Secondo ciclo di conversazioni sul lutto*, Este Edition, Ferrara.

Bowlby J. (2000), “Attaccamento e perdita. La perdita della madre: tristezza e depressione” (vol. 3), cit. in Bastianoni P., Panizza P., Catalano L. (a cura di), *Uno Sguardo al Cielo. Le voci del lutto. Secondo ciclo di conversazioni sul lutto*, Este Edition, Ferrara.

Campione F. (1990), “Il deserto e la speranza. Psicologia e psicoterapia del lutto”, cit. in Bastianoni P., Panizza P., Catalano L. (a cura di), *Uno Sguardo al Cielo. Le voci del lutto. Secondo ciclo di conversazioni sul lutto*, Este Edition, Ferrara, p. 20.

Coelho P., (1999), *Veronika decide di morire*, Bompiani, Milano.

Crowther K. [2000 (2010)], *Io e Niente*, Almayr Edizioni, Modena.

Erlbruch W. [2007 (2016)], *L’anatra, la morte e il tulipano*, Edizioni E/O, Roma.

Freud S. (1915) in Id, *Opere*, (vol. 8), “Lutto e melanconia”, cit. in Bastianoni P., Panizza P., Catalano L. (a cura di), *Uno Sguardo al Cielo. Le voci del lutto. Secondo ciclo di conversazioni sul lutto*, Este Edition, Ferrara, p. 20.

Goodall J., (1990), “Through a Window: Thirty Years with the Chimpanzees of Gombe”, in Sunderland M., [2003 (2006)], *Aiutare i bambini...a superare lutti e perdite. Attività psicoeducative con il supporto di una favola*, Edizioni Erickson, Trento, pp. 17-18.

Lieberman A.F., Compton N.C., Van Horn P., Ghosh Ippen C. [2003 (2007)], *Il lutto infantile*, il Mulino, Bologna.

Lindemann E. (1944), “Symptomatology and Management of Acute Grief”, in “American journal of Psychiatry”, 101, pp. 141-8, cit. in Bastianoni P., Panizza P., Catalano L. (a cura di), *Uno Sguardo al Cielo. Le voci del lutto. Secondo ciclo di conversazioni sul lutto*, Este Edition, Ferrara, p. 20.

Oppenheim D. [2000 (2004)], *Dialoghi con i bambini sulla morte. Le fantasie, i vissuti, le parole sul lutto e sui distacchi*, Edizioni Erickson, Trento.

Pellai A., Tamborini B., (2011), *Perché non ci sei più? Accompagnare i bambini nell'esperienza del lutto*, Edizioni Erickson, Trento.

Pini L.A., Restuccia Saitta L., (a cura di) (2006) *Diamo parole al dolore. La percezione del disagio e delle difficoltà nella vita quotidiana di bambini e bambine*, Franco Angeli, Milano.

Solotareff G., [1989 (2010)], *Lulù*, Rizzoli, Milano.

Sunderland M., [2003 (2006)], *Aiutare i bambini...a superare lutti e perdite. Attività psicoeducative con il supporto di una favola*, Edizioni Erickson, Trento.

Sunderland M., [2003 (2006)], *Il giorno in cui il mare se ne andò per sempre*, Edizioni Erickson, Trento.

Verardo A.R., Russo R., (2006), *Tu non ci sei più e io mi sento giù*, Associazione EMDR Italia, Milano.

Wolpert L., (1999), "Malignant Sadness: The Anatomy of Depression", in Sunderland M., [2003 (2006)], *Aiutare i bambini...a superare lutti e perdite. Attività psicoeducative con il supporto di una favola*, Edizioni Erickson, Trento, pp. 17-18.

FILMOGRAFIA

Bambi, dir. DAVID HAND, Hardie Albright, Stan Alexander, U.S.A., 1942, Film.

Il Re Leone (The Lion King), dir. ROGER ALLERS, ROB MINKOFF, interpreti James Earl Jones, Madge Sinclair, Jeremy Irons, Rowan Atkinson, Whoopi Goldberg, Cheech Marin, Jim Cummings, Nathan Lane, Ernie Sabella, Robert Guillaume, U.S.A., 1994, Film.

WEBGRAFIA/INTERNETGRAFIA

www.emdr.it

RINGRAZIAMENTI

Desidero dedicare questa tesi a tutti i bambini/e, alle famiglie e a coloro che stanno affrontando il difficile cammino verso l'elaborazione del lutto.

Un ringraziamento a tutti coloro che mi hanno sostenuto in questo percorso e che hanno creduto in me sempre, in particolare i miei genitori Grazia e Sergio, mia zia Mila e il mio fidanzato Matteo che rappresentano colonne portanti della mia vita.

Vorrei fare un ringraziamento speciale a tutti i professori del Master ed in particolare alla Prof.ssa Miola per la gentilezza e la disponibilità dimostratami.