NON CALPESTATE I SOGNI

Anna Cesa-Bianchi

NON CALPESTATE I SOGNI

Favole per crescere

Springer

ANNA CESA-BIANCHI
Specialista in pediatria e
scienza dell'alimentazione
Esperta in omeopatia e terapie naturali
Chiavenna (Sondrio)

I disegni riprodotti nel volume sono stati gentilmente forniti dai genitori dei piccoli pazienti dell'autrice.

ISBN 978-88-470-1086-4

e-ISBN 978-88-470-1087-1

Quest'opera è protetta dalla legge sul diritto d'autore, e la sua riproduzione è ammessa solo ed esclusivamente nei limiti stabiliti dalla stessa. Le fotocopie per uso personale possono essere effettuate nei limiti del 15% di ciascun volume dietro pagamento alla SIAE del compenso previsto. Le riproduzioni per uso non personale e/o oltre il limite del 15% potranno avvenire solo a seguito di specifica autorizzazione rilasciata da AIDRO, Via Corso di Porta Romana n. 108, Milano 20122, e-mail segreteria@aidro.org e sito web www.aidro.org. Tutti i diritti, in particolare quelli relativi alla traduzione, alla ristampa, all'utilizzo di illustrazioni e tabelle, alla citazione orale, alla trasmissione radiofonica o televisiva, alla registrazione su microfilm o in database, o alla riproduzione in qualsiasi altra forma (stampata o elettronica) rimangono riservati anche nel caso di utilizzo parziale. La violazione delle norme comporta le sanzioni previste dalla legge.

Springer-Verlag fa parte di Springer Science+Business Media

springer.com

© Springer-Verlag Italia 2009

Progetto grafico e impaginazione: Valentina Greco, Milano
Stampa: Grafismi, Castelmarte (Co)

Springer-Verlag Italia, Via Decembrio 28, I-20137 Milan
Stampato in Italia

Ai miei compagni di “viaggio”
che mi hanno reso quello che sono.

A chi ha creduto in me
e mi ha aiutato a crederci.

A Marco che avrebbe riso con me.

A Sara che ha ispirato
la maggior parte delle mie favole
e che è sempre stata più di quanto
un genitore possa sperare.

PRESENTAZIONE

Un nuovo libro di favole, ma non il solito libro di favole. Con una sua originalità e specificità.

In primo luogo l'autore: Anna Cesa-Bianchi è pediatra di famiglia, con una lunga esperienza accanto a bambini, che ha saputo osservare e ascoltare con una sensibilità particolare. Questa sensibilità è stata resa più raffinata dall'aver ricevuto dal padre, eminente maestro della Psicologia milanese e nazionale, un'educazione familiare sensibile alle sfumature della comunicazione.

Inoltre, Anna Cesa-Bianchi dichiara esplicitamente il suo obbiettivo: dotare i genitori di uno strumento educativo - la favola stessa - attraverso cui regalare al bambino un momento di serenità e di fantasia, ma allo stesso tempo di riflessione su problemi "grandi" che lo interessano, e che troppo frequentemente gli adulti non sono in grado di affrontare adeguatamente. Genitori troppo spesso assorbiti dai problemi del lavoro, gravati da un ritmo di vita sempre più stressante, che non concede le energie necessarie a comunicare con i figli con pacatezza e serenità, hanno oggi spesso difficoltà a comunicare con i loro figli.

La lettura delle favole da parte dei genitori - a maggior ragione se è seguita con vera partecipazione, se letta a voce alta, con relativa lentezza - regala al bambino momenti di crescita preziosi, in quanto coniuga elementi fantastici fuori dalla quotidianità con contenuti di forte valore formativo.

Tutte le favole sono precedute da una puntuale introduzione nella quale è sintetizzato il tema di riflessione per l'adulto che può poi attingere alla favola per trovare gli strumenti e le modalità per personalizzare il messaggio.

La narrazione ha il pregio di essere vivace, tecnica e nello stesso tempo di facile comprensione; consente inoltre di instaurare un rapporto di confidenza e di simpatia con il bambino che si identifica in un personaggio, e sollecita la discussione.

I temi affrontati sono attuali e di grande spessore psicologico e pedagogico. Di particolare interesse è il tema della salute: il rigore scientifico non è scalfito, anzi è valorizzato con perfetto equilibrio della fantasia. Di forte intensità è inoltre l'approccio ai problemi dell'amicizia, della solidarietà (il bullismo), del rispetto (gli anziani). Positivo e fondamentale è per un bambino l'invito a credere nelle proprie idee e capacità (credere nell'impossibile) con l'umiltà di pensare che "non c'è una sola verità".

Con proposizioni efficaci scrive Anna Cesa-Bianchi: "Educare è come mettere una piccola monetina, ogni giorno, nel salvadanaio della vita. Il valore singolo di quelle monetine può sembrare al momento quasi inesistente, ma nel corso degli anni diventa un piccolo capitale". Sta a noi cercare di incrementarlo giorno dopo giorno.

Il giudizio positivo dell'adulto sarà confermato dai bambini? Per ora posso fornire una risposta molto parziale, di valore familiare. In occasione delle ultime vacanze estive, trovandomi in montagna con le tre nipotine (Letizia 9 anni, Elena e Lara 7 anni) ho impostato una micro-ricerca, come può fare un nonno in vacanza. Ho proposto loro di ascoltare la lettura di alcune favole che sarebbero state successivamente pubblicate e per le quali chiedevo di conoscere il loro giudizio e una semplice valutazione. Il primo impatto non è stato molto favorevole: interrompere i giochi per ascoltare le favole non ha incontrato un'immediata, spontanea adesione. Dopo un paio di sedute, però, la mia proposta di lettura è stata accolta con sempre maggior favore, fino al punto che sono state loro ad invitarmi a questa attività.

Mi auguro che questo modesto test sia di buon auspicio per il successo del libro, successo che ritengo meritato e che premierebbe l'autrice per il dono che ha voluto fare ai bambini e ai loro genitori.

Monza, novembre 2008

Giuseppe Masera
Direttore Clinica Pediatrica
Università Milano-Bicocca
Ospedale S. Gerardo di Monza

PREFAZIONE

Ancora un libro di favole? Non solo: una finestra aperta sul mondo dei bimbi e un ponte tra due realtà che oggi sono molto distanti e poco in comunicazione.

I bambini di oggi, cercati e desiderati, vivono una vita che non è più a misura loro: a tre anni sanno già contare fino a dieci e scrivere il loro nome; a cinque anni sanno usare il computer, a dodici-quattordici anni possono avere già avuto la prima esperienza sessuale. Sono smalzati, disinibiti, apparentemente sicuri di sé; sembra che sappiano già tutto prima ancora che noi glielo spieghiamo.

Spesso siamo noi che chiediamo loro di comportarsi come i grandi e di ragionare secondo le nostre categorie da adulti, incapaci anche per un attimo di ritornare bambini, di avvicinarci al loro mondo per capirli e aiutarli al meglio. Siamo convinti di prenderci cura di loro: “curare” significa certamente offrire protezione, ma anche lasciare lo spazio necessario per sperimentare la vita. I nostri bambini desiderati e viziati sono anche sempre più soli, non perché non ci occupiamo di loro, al contrario perché forse ce ne occupiamo troppo, ma nel modo sbagliato: troppe volte gli “occupiamo la vita” con il superfluo - che non facciamo mai mancare - per poi stupirci che siano annoiati e incapaci di divertirsi, che non sappiano più gestire il tempo libero se non c'è qualcosa o qualcuno che lo fa per loro e che, quando si trovano a doverlo fare, emergano delle difficoltà.

Un bambino per crescere - perché bambini si nasce, ma adulti si diventa - deve avere un suo mondo magico, deve avere il tempo e lo spazio per sviluppare i suoi sogni, per fare un passo dopo l'altro, gradatamente, con il nostro sostegno e il nostro aiuto.

Crescere troppo in fretta, invece, può portare i bimbi a soffrire precocemente del male di vivere che spesso affligge gli adulti; sempre più spesso purtroppo troviamo ragazzi che già da giovanissimi assumono alcol o droghe, o che sviluppano disturbi come depres-

sione e ansia, tipici dell'età adulta; aumentano i casi di autismo, di sofferenza, i suicidi senza una ragione apparente, e passare incolumi attraverso le tempeste di un'adolescenza sempre più precoce e tormentata è da considerarsi un record. Noi genitori, noi adulti ci ritroviamo, allora, ad affrontare comportamenti che non capiamo, che non sappiamo gestire, e i nostri figli ci sono estranei.

È importante quindi che il mondo dei bambini non venga violato né dimenticato, e che gli adulti si sforzino in alcuni momenti di dividerlo. C'è un punto elettivo d'incontro dove genitori e bambini possono ritrovarsi e comunicare: è il luogo della fantasia, dove l'impossibile diventa possibile, dove la realtà ha mille facce ed espressioni diverse, dove non c'è un confine certo tra il sogno e la realtà, dove ci si può stupire per cose apparentemente ovvie, senza sentirsi giudicati o derisi.

Una fiaba condivisa può, allora, diventare un'abitudine, un punto fermo della giornata, il tempo di una coccola o di un bacio, un momento rassicurante, un mezzo per parlare del mondo e uno stimolo alla discussione, che porti i bambini a fare domande a cui non dobbiamo mai aver paura di rispondere. Ma per parlare attraverso le favole bisogna davvero tornare un po' bambini, entrare nel loro mondo fantastico, cercare le risposte con la loro stessa curiosità, non avere preconcetti ed essere aperti alle novità e all'immaginario.

Nello svolgimento della mia professione sono a stretto contatto con i bambini e con i loro problemi di salute, che cerco di risolvere quotidianamente non solo coinvolgendo i genitori, ma anche i bambini stessi, perchè quando hanno la possibilità di capire diventano più collaborativi e meno impauriti.

Sono convinta che tutti gli adulti che hanno a che fare con il mondo dell'infanzia (medici, insegnanti, genitori) dovrebbero avere la sensibilità di rivolgersi a loro con un linguaggio comprensibile, adatto a loro; le favole possono quindi rappresentare un modo di comunicare e di far passare concetti o argomenti che sarebbero difficili da affrontare con un linguaggio diretto.

Anna Cesa-Bianchi

INDICE

<i>Togliere il pannolino</i> LA COSTELLAZIONE DEL PANNOLINO	1
<i>Togliere il succhiotto</i> IL CIUCCIO CAMOMILLO	7
<i>La paura del buio</i> LA FATINA SPARGILUCE E L'ORCO MEZZANOTTE	13
<i>Le parolacce</i> PAROLA E PAROLACCIA	19
<i>Mamme che lavorano</i> MAMMA NUVOLE E NUVOLETTA	25
<i>In vacanza da soli</i> SIRIO	29
<i>Le mestruazioni</i> LE "MENSTRUAZIONI"	35
<i>Come nascono i bambini?</i> STORIA DI UN SEMINO	41
<i>Il dottore, cha paura!</i> MAGO MEDICINA	45
<i>Affrontare un'operazione</i> FILO E FORBICE	51
<i>La pulizia: lavarsi, che fatica!</i> IL PAESE DI NESSUNA MACCHIA	59

<i>Lavare i denti</i> MOLARE E DENTINO	67
<i>I capricci a tavola</i> BASTA, NON NE VOGLIO PIÙ, NON MI PIACE...	73
<i>Bambini e verdure</i> UFFA, PERCHÉ DEVO MANGIARE LA FRUTTA E LA VERDURA?	77
<i>Perché devono mangiare meno</i> STORIA DEGLI OMINI DEL CORPO	83
<i>Il tempo</i> IL TEMPO PERDUTO	89
<i>Sempre di corsa!</i> LA STORIA DI GIGI	97
<i>Uffa, non so cosa fare!</i> STORIA DI ROBERTA E I SUOI GIOCHI	103
<i>Un attimo</i> SARA "ASPETTA UN ATTIMO"	109
<i>Bambini e televisione</i> GUARDIAMO LA TV?	117
<i>La pubblicità</i> IL VASO E LA SCOPINA	125
<i>Insegnare ad acquistare</i> RAGNO E RAGNETTO	131
<i>Lo sport</i> IL VERMETTO FAGIOLINO E IL SALTO DEL BLOP	137
<i>Credere nell'impossibile</i> LA MONTAGNA E IL SASSOLINO	143
<i>Il coraggio delle proprie scelte</i> LA STREGA RIDANCIANA	149

<i>A come amicizia</i> CAVALLO E MATITA	155
<i>La diversità e l'intolleranza</i> UN MONDO DI DIVERSI COLORI	163
<i>Il bullismo</i> CARDO E FIORELLINO	169
<i>Gli sbruffoni</i> IL GRANELLO IMPERTINENTE	175
<i>Divorzio e separazione</i> LA COLLANA	181
<i>Gli anziani</i> NONNO ALBERO	187
<i>La morte di una persona cara</i> IL MONDO PARALLELO	193
<i>L'inquinamento dell'acqua</i> IL MONDO DI MISTY	199
<i>Salviamo gli alberi</i> IL CUORE DEGLI ALBERI	205