

Oltre le fiabe, non solo storie: la Narrativa Psicologicamente Orientata

Alberto Pellai

Ascoltare una storia

Un bambino è seduto sul divano. Tra le mani stringe un cuscino rosso. Ogni tanto ne mordicchia l'angolo. Altre volte lo stringe sulla pancia, forte forte, quasi a stritolarlo. Di tanto in tanto lo stropiccia, come se fosse un foglio di quaderno che deve essere accartocciato e poi buttato via. Di fianco a lui un adulto gli sta leggendo una storia. Gli occhi dell'adulto si muovono dalle pagine del libro a quelli del bambino che vengono incrociati ogni volta che la vicenda narrata presenta un sussulto emotivo oppure c'è semplicemente da girare la pagina. Gli occhi del bambino stanno incollati alla voce dell'adulto che legge, a volte si perdono oltre e viaggiano in una sorta di mondo parallelo.

Sta avvenendo una delle esperienze più ricche ed emotivamente importanti che un bambino può vivere nel suo percorso di crescita: la narrazione di una storia. Il viaggio dentro un mondo dove tutto può succedere, anche quello che nella vita reale è spesso impossibile. Un viaggio dove i personaggi compiono imprese incredibili, spesso utilizzano poteri magici, vivono emozioni difficili da riscontrare nella vita reale.

Ma questa scena, ovvero quella in cui c'è un adulto che legge e un bambino che ascolta, in realtà è sempre più difficile da riscontrare in ambito domestico. Mentre a scuola sono moltissimi gli insegnanti che perseguono progetti di lettura condivisa e narrano, leggendo ad alta voce, storie, racconti e romanzi per bambini, a casa si è persa la tradizione del leggere e raccontare storie.

Invece le storie proprio in età prescolare sono di importanza fondamentale.

Le fiabe tra passato e futuro

L'impianto psicodinamico delle fiabe della tradizione è ormai noto a tutti. Il bosco, la fata, la strega, il mago, l'orco: le fiabe del passato hanno parlato a milioni di bambini, in ogni angolo del mondo e li hanno messi a confronto con emozioni universali. Morte, abbandono, malattia, trasformazioni: nella fiabe tutto è possibile e tutto può succedere. Nell'ascolto della fiaba il bambino entra in contatto con emozioni inconsce, che nella narrazione emergono attraverso le vicende evocate nel testo. Il lieto fine, garantito in ogni fiaba degna di questo nome, permette la risoluzione dello stato di attivazione emotiva e riporta il bambino nella dimensione del "reale" con una consapevolezza emotiva che, lettura dopo lettura, si rinforza progressivamente. Perché questo succeda però non basta solo la storia messa a disposizione del piccolo lettore, ma conta anche la relazione che esiste tra lui e il narratore. Solo un narratore attento allo stato di attivazione emotiva del bambino, capace di coglierne i tempi di reazione, gli stati di attivazione eccessivi, in grado di modulare tono della voce e velocità del racconto, fa vivere questa esperienza "emotivamente" pregnante al bambino che lo ascolta. Ma oggi i narratori stanno scomparendo: sono sempre meno le mamme e i papà che offrono ai bambini la possibilità di ascoltare storie e fiabe, tanto che i pediatri di tutta la nazione hanno lanciato un progetto intitolato "Nati per leggere", finalizzato a favorire la pratica della lettura dell'adulto al bambino già a partire dai sei mesi.

Ascoltare o vedere una fiaba?

Oggi, gran parte delle fiabe, sono state trasformate in cartoni animati e film ed è prevalente il numero di bambini che le sperimenta prima nella versione video che in quella “stampata” su libro (spesso questa seconda opzione non si verifica mai). Vedere una fiaba su schermo è ben diverso che ascoltarla dalla voce di un narratore. Il flusso narrativo non può essere individualizzato e si perdono tutti gli elementi di adattamento del testo alla reattività emotiva che il bambino manifesta nei confronti del racconto. Il dvd che riproduce un cartone non rallenta la velocità di proposta delle immagini se il bambino è spaventato e allo stesso tempo non stabilisce con il suo spettatore una relazione, ma lo lascia in balia del racconto che procede secondo un ritmo e una velocità predefinita. Tra l'altro il mercato globale e gli interessi economici portano alla produzione di fiabe sotto forma di cartoni animati che debbano essere fruibili da più spettatori possibili, indipendentemente dalla loro età o cultura. Succede quindi spesso che bambini di quattro anni guardano lo stesso cartone che piace a bambini di età ben superiori e si trovano a confronto con immagini, situazioni e contenuti non adeguate al loro stadio di sviluppo emotivo. Molti genitori si rendono conto di questo dopo che i personaggi delle fiabe presenti nei cartoni animati si presentano nel mondo degli incubi e delle paure dei loro figli. Solo a questo punto gli adulti acquisiscono consapevolezza di come una narrazione auto-fruita dal bambino, senza l'accompagnamento del narratore adulto possa a volte essere problematica, soprattutto in relazione a personaggi e contenuti “spaventosi”, che nelle fiabe classiche non mancano mai e che in un cartone animato si palesano davanti agli occhi del bambino senza alcun tipo di filtro.

Per questo oggi molti genitori sono molto più restii a proporre le fiabe della tradizione, così piene di riferimenti spaventosi e vicini alla morte, ai loro figli. Del resto da più parti, si è dichiarato che le nuove generazioni oggi si presentano molto più vulnerabili e diseducate dal punto di vista emotivo rispetto a quelle del passato. In realtà la riflessione andrebbe ampliata: proprio la mancanza di adulti che funzionano da buoni allenatori emotivi lascia i bambini “sguarniti” di competenza ed educazione emotiva e li rende quindi più incapaci di metabolizzare i contenuti “attivanti” presenti, per esempio, nelle fiabe della tradizione.

La N.P.O. - Narrativa psicologicamente orientata

Proprio per superare i limiti appena descritti, si va sempre più affermando però un nuovo mondo di storie rivolte ai bambini che, tenendo conto dei loro bisogni emotivi, non li mettono a confronto con eventi terrificanti e fortemente attivanti sul piano emotivo, ma li conducono su un terreno più “neutro e normale”: quello delle emozioni che si vivono nella quotidianità e che spesso trovano i minori in difficoltà rispetto alla loro gestione ed elaborazione. Queste storie vengono ascritte ad un filone definito “N.P.O.” ovvero Narrativa Psicologicamente Orientata e sono sviluppate in modo tale da permettere al bambino di identificarsi con il protagonista della narrazione, il quale di solito sta vivendo una situazione complessa e che, intrappolato dalle emozioni di cui è in “balia”, lo portano a manifestare agiti problematici.

Si tratta di storie i cui protagonisti sono bambini capricciosi oppure caratterizzati da scarsa autostima, alle prese con genitori in crisi, coinvolti in situazioni di bullismo ovvero situazioni molto comuni in età evolutiva e rispetto alle quali i bambini spesso sono soli e impotenti poiché gli adulti, presi dalle loro vite e di frequente disattenti, non forniscono loro il sostegno necessario per affrontarle e superarle. Le storie di N.P.O. offrono ai piccoli lettori la possibilità di identificarsi con il protagonista della storia, in tutto simile al suo lettore, ma coinvolto in una situazione problematica, che lo lascia in balia di emozioni forti e non gestite.

La tecnica della doppia video-camera

In una storia di NPO la narrazione permette di conoscere l'evolversi della vicenda secondo la prospettiva proposta da una doppia videocamera:

- la prima rimane posizionata all'esterno e permette di osservare tutto ciò che succede nel mondo "che sta fuori", raccontando in modo puntuale i gesti, le azioni, gli accadimenti.
- la seconda videocamera invece si sintonizza secondo una scansione temporale con gli accadimenti esterni e li elabora in una prospettiva cognitivo-emotiva, rendendo possibile "vedere" con la lente del suo zoom il mondo delle emozioni e dei pensieri vissuti dal protagonista delle azioni mostrate con la prima video-camera.

Grazie alla doppia video-camera il lettore può essere confrontato con la dimensione intrapsichica dei protagonisti, può constatare che nella narrazione la videocamera "interiore" mostra pensieri che si sintonizzano in modo disfunzionale con il vissuto emotivo e quindi portano il protagonista a confrontarsi con agiti problematici. Nella seconda parte della storia, grazie all'intervento di adulti competenti, il bambino trova nella storia nuove vie di uscita ad una situazione complessa che parevano impossibili e quindi si confronta con una risoluzione efficace della situazione problematica.

Tra identificazione e validazione emotiva

Le storie costruite secondo il modello della NPO permettono al lettore di entrare in contatto con le vicende di un altro bambino che presenta elementi in comune con la sua storia di vita. In tal modo il piccolo lettore rimane "uncinato" alle vicende narrate utilizzando un doppio percorso: quello del protagonista della storia e quello proprio. I due livelli in più passaggi si sovrappongono, si mescolano, si incrociano. Ma proprio perché di una storia si tratta, quando il lettore sente troppo minacciata la propria sicurezza emotiva, subito può disattivare i meccanismi di identificazione e stare esclusivamente nella storia e nel percorso di vita raccontato e relativo al protagonista. Consentire al bambino di stare dentro e fuori la storia, di riconoscersi senza viverci come il soggetto di quella specifica vicenda ha una funzione fondamentale sia in ambito preventivo che in ambito terapeutico.

Per chi utilizza le storie di NPO i consigli per la narrazione al bambino sono molto simili a quelli riferibili alle fiabe della tradizione. Prima di tutto, la storia non va "divorata" ma letta assecondando i ritmi di ascolto "emotivo" del bambino, che spesso nella narrazione di NPO per la prima volta può confrontarsi con direttamente con emozioni da cui si sentiva travolto senza l'ansia di doverle negare o nascondere.

Usare storie di NPO

Margot Sunderland ha scritto che "il linguaggio di tutti i giorni per i bambini non corrisponde al linguaggio naturale con cui esprimere le emozioni. Il loro linguaggio naturale delle emozioni è fatto di immagini e di metafore, come quello delle storie e dei sogni." E' per questo motivo che se l'adulto competente cerca di aiutare il bambino che ha difficoltà emotive attraverso il "linguaggio comune" è spesso destinato a fallire. Non è un caso che la maggior parte dei terapeuti dell'età evolutiva lavorino sul e col mondo delle emozioni dei bambini attraverso strumenti diversi dal colloquio terapeutico che connota l'interazione tipica con il paziente adulto: gioco, disegno, storie e favole sono in tale caso la prima risorsa.

Usare storie di NPO in classe come racconto di narrativa, intorno al quale strutturare momenti di circle time e giochi in cui nei diversi passaggi si immagina di azionare una videocamera immaginaria che permette ai bambini di “scannerizzare” non solo tutto ciò che si vede, ma anche ciò che non si vede (ovvero i pensieri e le emozioni nascoste e invisibili del protagonista) e quindi si ricostruisce in un gioco del “facciamo finta che” quello che il bambino potrebbe fare e dire, aiuta a sviluppare quelle competenze che si traducono in fondamentali fattori di protezione per ogni soggetto e che contribuiscono allo sviluppo e al potenziamento della sua intelligenza emotiva.

Ma anche in ambito terapeutico le storie di NPO sono importanti perché offrono la possibilità di discutere con un paziente le sfide con cui il protagonista delle narrazioni si deve cimentare e offrono al piccolo paziente la possibilità di spostarsi dal suo punto di osservazione, di allargare la sua visuale del problema, di arricchire di possibilità la sua esperienza. Lavorare con i bambini sui contenuti delle storie di NPO permette di immaginare diverse modalità di svolgimento della medesima situazione, di riavvolgere la pellicola se si pensa di aver sbagliato. L'utilizzo dell'immaginazione permette di anticipare le conseguenze pratiche di un evento e di esplorare percorsi sconosciuti senza percorrerli veramente e quindi senza pericoli.

In un contesto socio-culturale dove l'agito deriva da un'emozione spesso istintiva e poco gestita ed elaborata, dove l'eccitazione prevale sull'elaborazione dell'emozione e sulla qualità della relazione, offrire ai bambini (ma non solo, perché anche gli adulti possono - grazie a queste storie - rivedere passaggi della propria vita) storie scritte secondo i principi della NPO costituisce un valido ausilio sia preventivo che terapeutico.

Riferimento Bibliografici

Anna Oliverio Ferraris 2005 Prova con una storia Fabbri Editore

Alberto Pellai, 2011, Il mio cuore è un purè di fragole, Erickson, Trento

Alberto Pellai, 2006, Una calamita di mamma, Erickson, Trento

Alberto Pellai Scarpe verdi di invidia. Una storia per dare un calcio al bullismo. Trento, [Centro Studi Erickson](#), 2007

Deborah Plummer, 2001, La mia autostima, Erickson, Trento

Margot Sunderland Raccontare storie aiuta i bambini. Facilitare la crescita psicologica con le favole e l'invenzione, Trento, [Centro Studi Erickson](#), 2004