

LE PAURE INFANTILI (cause, conseguenze, rimedi)

«L'angoscia ha interessato l'uomo di tutti i tempi. Ma mai è stata così dominante come oggi». Con queste parole, R. Battegay introduce il suo *Angoscia ed Essere*¹, un'opera nella quale lo psichiatra svizzero analizza il significato, le cause, i modi di espressione di quella che è stata definita la malattia del secolo, e propone altresì varie forme di terapia.

Certamente Battegay ha ragione quando sostiene che i sentimenti di angoscia, sempre più presenti nella vita degli adulti, sono dovuti anche al fatto che molte persone non riescono a trovare un proprio posto nel mondo della tecnologia, dell'informatica, degli automatismi, il quale, pur apprendo orizzonti indubbiamente vantaggiosi sotto certi aspetti, si configura come nuovo, sconosciuto, difficile, pericoloso²: un mondo insomma che può incutere diffidenza, paura, dal quale si vorrebbe spesso fuggire: un mondo che, d'altronde, sembra destinato ad impadronirsi sempre più degli spazi dell'uomo, obbligando quest'ultimo ad un'impressione di restringimento che ricorda l'etimologia del termine «angoscia»³.

Tuttavia è anche evidente, come sostiene M. Zlotowicz, che le radici ancora molto oscure dell'angoscia umana si possono e si devono ricercare in primo luogo intraprendendo lo studio delle paure infantili⁴.

¹ R. Battegay, *Angoscia ed Essere*, Città Nuova, Roma 1980, p. 17.

² *Ibid.*, pp. 21-22.

³ Il termine «angoscia» deriva dal latino «angustia», che significa strettezza.

⁴ M. Zlotowicz, *Le paure infantili*, SEI, Torino 1978, pp. 7 ss.

Molti studi in questo senso sono stati effettivamente realizzati dalla psicologia dell'età evolutiva. Certamente essi non possono chiarire del tutto l'enigma di un sentimento che «è la sorte quotidiana della maggior parte dell'umanità»⁵. Ritengo però, d'accordo con Zlotowicz, che essi aiutino a delineare alcune cause fondamentali delle paure infantili e a considerare poi, secondo una prospettiva pedagogica, quali atteggiamenti educativi, di prevenzione e di terapia, possano procurare al bambino quella sicurezza di base che è l'antidoto migliore contro l'insorgere dell'angoscia esistenziale.

1. *Angoscia e paura*

Prima di procedere oltre, ritengo opportuno puntualizzare brevemente il significato dei due termini «angoscia» e «paura», i cui ambiti semantici sono evidentemente fluttuanti.

Di «paura» si può parlare particolarmente quando essa è in rapporto diretto con un oggetto, con un motivo identificabile, per cui il soggetto percepisce una minaccia reale di pericolo, che lo spinge ad allontanarsi da esso.

Per «angoscia», invece, si intende soprattutto un sentimento privo di oggetto, uno stato affettivo che si allarga sempre più intimamente nella sfera della personalità, immaginando il soggetto in un indifferenziato e spesso irrazionale stato d'animo, che consiste proprio nell'«angoscia liberamente fluttuante»⁶.

Nella formazione di questo sentimento gioca un ruolo non trascurabile quel circolo vizioso, innescato dalla «paura della paura» o dall'«ansietà dell'ansietà», a cui spesso si riferisce V. Frankl, che contribuisce ad aggravare e a generalizzare l'apprensione del soggetto, inducendolo alla «fuga dalla paura»; così facendo, il soggetto stesso può incamminarsi verso forme di nevrosi d'ansia, «dovute in parte allo sforzo di evitare la situazione che produce l'ansietà»⁷.

⁵ *Ibid.*, p. 8.

⁶ R. Battegay, *Angoscia ed Essere*, cit., p. 39; Cf. M.J. Chombart De Lauwe, *I segreti dell'infanzia e la società*, Armando, Roma 1974, p. 478.

⁷ V. Frankl, *Un significato per l'esistenza*, Città Nuova, Roma 1983, pp.

Nell'infanzia, i sentimenti di paura e di angoscia sono assai difficilmente differenziabili, soprattutto perché, come vedremo meglio in seguito, l'affettività del bambino (non ancora capace di una visione oggettiva della realtà) viene condizionata in modo rilevante da fatti apparentemente banali ma che in lui suscitano emozioni profonde⁸; queste, se procurate da impressioni di pericolo, possono configurarsi come vere e proprie manifestazioni di angoscia⁹.

Sia per le difficoltà appena accennate, sia perché questo articolo non si propone di specificare ulteriormente gli ambiti semantici della paura e dell'angoscia, mi limiterò a parlare di «paure» del bambino, considerando con questo termine i molteplici sentimenti che possono essere ad esso genericamente riferiti.

2. Una iniziale differenziazione: paure inevitabili e paure superflue

2.1 *Paure inevitabili* - Possono essere definite anche «paure reali», o «timori», e sono causate da pericoli concreti, da difficoltà oggettive che comportano un rischio per chi le deve affrontare.

Nella vita domestica esistono vari pericoli potenziali (elettricità, gas, acqua bollente...). La vita all'aperto, soprattutto nelle strade a traffico intenso, vicino ai fiumi, in certe zone marittime e di montagna, nasconde mille insidie. Gli adulti ne sono consapevoli, ma il bambino, specialmente se ha un'età inferiore a due anni, non se ne rende conto; perciò il suo comportamento sembra spinto da una irresponsabile temerarietà. In realtà, gli adulti non

116-117; cf. anche: Id., *Fondamenti e applicazioni della logoterapia*, SEI, Torino 1977, p. 107.

⁸ D. Orlando Cian (in *Pedagogia dell'infanzia e scuola materna*, La Scuola, Brescia 1974, p. 61) parla della «facilità del bambino di essere impresso-nato, impaurito sia dalle immagini che dalla realtà...»; «... la realtà dell'immaginazione e quella del mondo sono in un certo modo indifferenziate: l'immaginazione trasforma gli oggetti ricreandoli magicamente sotto un interesse affettivo e pratico...». Cf. anche B.B. Wolman, *Le paure dei bambini*, Cappelli, Bologna 1978, p. 155.

⁹ Cf. G. Pascal, *La mentalità infantile in una ricerca psicologica*, in AA.VV., *Educazione infantile e cultura*, Armando, Roma 1974, p. 112.

possono pretendere che egli veda, conosca e tratti la realtà nel loro stesso modo: solo gradualmente il bambino saprà riconoscere la presenza dei molteplici pericoli che accompagnano i suoi movimenti.

A questo scopo è importantissimo il comportamento degli adulti, che da un lato trasmettono al bambino, spesso inconsapevolmente, i loro stessi timori, dall'altro possono educarlo ad un giusto rapporto con la realtà (che escluda sia la viltà che la temerarietà), evitando sia un rapporto iperprotettivo sia un rapporto di effettivo disinteresse; indispensabili risultano allora l'esempio e la parola che si fa spiegazione, consiglio, comando, rimprovero. Sono invece da escludere spiegazioni deformanti la realtà, come ad esempio quelle che attribuiscono sia la presenza di pericoli effettivi che la punizione per le infrazioni all'azione di spiriti invisibili, di animali o mostri cattivi, di fantasmi, dell'«uomo nero», ecc... Atteggiamenti di questo tipo non fanno che prolungare nel tempo la confusa conoscenza della realtà (sincretismo) da parte del bambino, e rischiano anche di perpetuare paure morbose e di provocare fobie durature¹⁰.

In rapporto ai pericoli reali, comunque, una giusta dose di paura esercita una funzione positiva, in quanto tende a proteggere il soggetto da eventuali danni. Per questo Anita Heiliger parla di «paura premonitrice»¹¹, in quanto essa segnala un rischio incombente e agisce così come salvaguardia della vita. Battegay sostiene dal canto suo che senza questo tipo di paura «l'uomo sarebbe sconfitto dai pericoli che lo circondano»¹².

Il bambino, perciò, attraverso le sempre più ricche esperienze che gli vengono dal rapporto con le cose¹³ e da un intervento attento degli adulti, viene ad acquisire nei riguardi dell'ambiente una crescente sicurezza, non disgiunta tuttavia da una consapevole prudenza. In questo senso egli allarga il suo «spazio psicologico

¹⁰ B.B. Wolman, *Le paure dei bambini*, cit., pp. 155.

¹¹ A. Heiliger, *Cause e conseguenze delle paure infantili*, La Scuola, Brescia 1975, p. 95.

¹² R. Battegay, *Angoscia ed Essere*, cit., p. 22.

¹³ Cf. G.G. Rousseau, *Emilio*, La Scuola, Brescia 1965, p. 78.

di libero movimento»¹⁴ e si procura quell'obiettività che gli evita di cadere troppo spesso in stati di eccessiva tensione emotiva e, perciò, in paure irrazionali.

2.2 *Le paure superflue* - Ho accennato brevemente alle «paure inevitabili» e ad alcuni atteggiamenti pedagogici consigliabili in tali circostanze.

Ancora più importante mi sembra la considerazione delle «paure superflue», così denominate poiché esse, più che un pericolo reale e chiaramente riconoscibile, sono causate da uno stato di disagio affettivo dovuto spesso alle carenze educative degli adulti; esse obbligano perciò ad una riflessione pedagogica che favorisca negli adulti stessi, e soprattutto nei genitori, la presa di coscienza di quanto importanti siano i loro atteggiamenti in ordine ad un'equilibrata maturazione affettiva dei bambini.

Naturalmente non è possibile neppure in questo caso differenziare nettamente i due tipi di paura (inevitabile-superflua). Si tratta comunque di renderci consapevoli che molte espressioni di paura nel bambino possono essere provocate da antecedenti tutt'altro che inevitabili. Ritengo che l'identificazione di tali antecedenti risulti più semplice attraverso l'analisi di alcune forme fondamentali di paura (che a volte si configurano proprio come «paure superflue»), il cui sviluppo risulta abbastanza facilmente attribuibile alla qualità delle relazioni interpersonali (che necessariamente devono essere valutate secondo una prospettiva pedagogica).

3. Forme fondamentali di paura

È difficile operare una rigida classificazione di diverse forme di paura, data la complessità dei fenomeni affettivi ed emotivi che si muovono, interagendo in modo spesso imprevedibile, nell'animo umano. Tuttavia, considerando in particolare alcune impostazioni proposte dagli studi della psicologia dell'età evoluti-

¹⁴ G. Petter, *Dall'infanzia alla preadolescenza*, Giunti-Barbera, Firenze 1982, pp. 229-235.

va, è possibile individuare i seguenti quattro tipi fondamentali di paura, che possono essere ritenuti la radice, il substrato di ogni paura:

- la paura primaria del lattante;
- la paura della separazione;
- la paura della punizione;
- la paura della distruzione.

Si tratta di tipi di paura che si presentano per lo più in momenti diversi della maturazione psicofisica, nei quali d'altra parte convivono spesso, interagendo e differenziandosi alternativamente per importanza; è soprattutto per chiarezza metodologica, perciò, che li distinguiamo tra loro, analizzandone le particolari modalità di espressione e proponendo atteggiamenti educativi corrispondenti; il tutto va comunque considerato nel rispetto dell'unità e dell'unicità della persona umana nella quale tali sentimenti si manifestano (contraddicendo spesso le indebite generalizzazioni di taluni studi).

3.1 La paura primaria del lattante - La paura primaria del lattante, che secondo Freud è il prototipo delle angosce future, è una reazione del bambino quando, ancora del tutto dipendente dall'ambiente, prova bisogni (soprattutto fisiologici) che non vengono soddisfatti in breve tempo¹⁵.

Il lattante proviene dalla situazione di scambio osmotico costante che avviene nel corpo della madre, da cui riceve nutrimento, calore, tenerezza: una situazione di unità cosmica gratificante, nella quale i bisogni vengono immediatamente soddisfatti.

Il «trauma della nascita», come lo definisce O. Rank¹⁶, rompe tale sublime unità e «getta» il bambino in una realtà estremamente nuova, di separazione (la prima separazione), dove le persone provvedono (con inevitabili ritardi) a calmare la fame, la sete, il desiderio di contatto fisico, ecc...

¹⁵ S. Freud, *Introduzione alla psicoanalisi*, Astrolabio, Roma 1952; Id., *Inibizione, sintomo e angoscia*, Boringhieri, Torino 1952.

¹⁶ O. Rank, *The Trauma of Birth*, Kegan Paul, Londra 1924.

Il bambino, proprio per il repentino inserimento nel mondo della vita post-natale, viene a trovarsi in uno stato psichico di «disorientamento», come viene chiamato ad esempio da M. Zlotowicz¹⁷, nel quale egli sperimenta con una certa frequenza sentimenti di paura, di angoscia, di disperazione: gli strilli, i gemiti, i movimenti continui sono le espressioni esterne di tali emozioni.

Simili manifestazioni della paura primaria si possono configurare anche come reazioni a particolari stimoli fisici esterni e improvvisi, percepibili specialmente dagli organi della vista e dell'udito (movimenti e suoni improvvisi, approcci rapidi). Tali stimoli, come pure la cosiddetta «perdita di sostegno» (quando viene a mancare improvvisamente l'appoggio sul quale si regge l'equilibrio del bambino), corrisponderebbero, secondo molti studiosi, a veri e propri «segnali di pericolo». Potremmo chiederci se i riflessi immediati a simili segnali facciano parte di un patrimonio genetico presente fin dalla nascita nell'individuo. Molti studi, soprattutto nel campo dell'etologia, sembrano confermare che esistano delle paure innate, biologiche, che possono essere rimandate ad una spiegazione filogenetica.

Un esempio, studiato in particolare da J. Bowlby, è il cosiddetto «riflesso di Moro», cioè la risposta del neonato che — ad una violenta alterazione sonora o della posizione — reagisce alzando bruscamente le braccia, come per stringere qualcosa, e facendole poi ricadere. Lo studioso inglese ha paragonato tale risposta del bambino a quelle notate dagli etologi nei piccoli delle scimmie, la cui sicurezza dipende dalla saldezza con cui si aggrappano al collo della madre; secondo l'interpretazione di Bowlby, allora, il «riflesso di Moro» costituirebbe il rudimento di una difesa contro il rischio della caduta; questo esempio, accanto a molti altri, manifesterebbe la conoscenza innata, nel bambino, di certi rischi ai quali corrisponderebbero relative paure innate¹⁸.

¹⁷ M. Zlotowicz, *Le paure infantili*, cit., pp. 16-17.

¹⁸ J. Bowlby distingue tra paura «primaria» e «secondaria», spiegando che «i termini di primario e di secondario si riferiscono rispettivamente alle

Senza sviluppare ulteriormente la questione e la rilevanza delle paure biologiche, mi limito ad osservare che esse vengono assai spesso collegate (come nel caso del «riflesso di Moro») ad uno stato più o meno repentino di insicurezza, che è dimostrato essere in relazione alla separazione dalla figura affettiva fondamentale¹⁹.

L'unità con tale figura, al contrario, permanendo in altre forme oltre e nonostante il «trauma del parto», pone il bambino in una condizione di rassicurante continuità con la sua vita precedente la quale, fin dal suo primo istante, si configura come effettivo rapporto dialogico (destinato naturalmente, nel tempo, a far progredire il bambino dallo stato di dipendenza a quello di autonomia, che è proprio del soggetto adulto)²⁰.

Una considerazione pedagogica delle paure del lattante, unita alla consapevolezza che in linea di principio egli non piange senza motivo, porta ai seguenti suggerimenti, che possono risultare utili per i genitori:

- evitare che il bambino, lasciato solo, pianga a lungo fino a disperarsi (non seguire l'indicazione: «lasciamolo piangere gli farà bene»);
- cercare di scoprire, anche se spesso è difficile e qualche volta impossibile, la causa dei lamenti del bambino;
- soddisfare con regolarità i suoi bisogni fisiologici;

reazioni innate o ereditarie, ed a quelle acquisite attraverso l'apprendimento». Sostiene anche che tale «stato angoscioso è strettamente connesso con il timore e la paura. Quando sono spaventati, i lattanti e i bambini piccoli vogliono trovare sicurezza dalla loro mamma, e, se non la trovano vicina a loro, sono doppiamente sgomenti, perché si sentono privi di benessere e di sicurezza ad un tempo» (J. Bowlby, *L'angoscia della separazione*, in AA.VV., *La carenza delle cure materne*, Armando, Roma 1966, p. 265). C. Darwin, riguardo alle paure innate, si chiede: «Non si potrebbe pensare che le paure infantili, vaghe ma assolutamente reali, che esistono indipendentemente dall'esperienza, sono forse retaggio di veri pericoli ed infami superstizioni di epoche antiche e più selvagge?», in L. Trisciuzzi, *La scoperta dell'infanzia*, Le Monnier, Firenze 1970, pp. 106-107.

¹⁹ M. Zlotowicz, *Le paure infantili*, cit., pp. 172-175.

²⁰ Cf. M. De Beni, *Gli atteggiamenti di dipendenza nell'età evolutiva*, in «Nuova Umanità», 42 (1985), pp. 85-96.

— evitare contraddittorietà nel comportamento (es.: rivolgere frasi amorevoli ma contemporaneamente avere un atteggiamento di rifiuto); il bambino, a poco a poco, avverte tale contrasto che nel presente può procurargli insicurezza e, per il futuro, carenze sul piano affettivo e relazionale²¹.

È perciò essenziale un sincero, equilibrato e costante rapporto di amore e protezione nei riguardi del bambino piccolo.

3.2 La paura della separazione - Questa forma di paura che, come abbiamo visto, si manifesta originariamente in certi riflessi prevalentemente fisici, subentra più decisamente dopo il sesto mese di vita, chiamando in causa in particolare le modalità di rapporto tra il bambino e i genitori.

Alcuni autori, come Hermann, Fairbairn e Bowlby, parlano di «angoscia di separazione» e la ritengono l'angoscia primaria più importante; pure Freud, in alcuni suoi lavori, si mostra propenso a pensare la stessa cosa²².

Molti studiosi dell'infanzia (in particolare Spitz, Gesell, Bühler, Zazzo) hanno messo in evidenza che, appunto dopo il sesto mese, il bambino opera una prima, importante distinzione tra sé e l'ambiente.

Prima di questa tappa delicata, che sembra per i più culminare all'ottavo mese (Spitz parla di «angoscia dell'ottavo mese»²³), il bambino si sente generalmente inserito in una amicizia cosmica; per questo egli si rivolge a tutti con il cosiddetto «sorriso sociale»²⁴. Nel frattempo le persone care, con il loro amore,

²¹ Cf. A. Heiliger, *Cause e conseguenze delle paure infantili*, cit., p. 11.

²² J. Bowlby, *Separation Anxiety*, in «Journal of Child Psychology and Psychiatry», I (1961), 4, pp. 251-269. Cf. I. Hermann, *Sich anklammern. Auf Suche gehen*, in «Int. Z. Psychoanal.», 22 (1952), pp. 349-370; W.R.D. Fairbairn, *The War Neuroses*, in «Psychoanalytic Studies of the Personality», Tavistock, Londra 1952.

²³ Cf. H. Gratiot-Alphandery - R. Zazzo, *Trattato di psicologia dell'infanzia*, 4^o, Armando, Roma 1973, p. 77.

²⁴ Ch. Buhler, *Kindheit und Jugend*, Hirzel, Leipzig 1931, p. 27.

hanno tracciato un'«impronta»²⁵ fondamentale nell'attività del piccolo.

Il bambino arriva ad un certo punto a distinguere chiaramente il volto e la voce dell'«oggetto di riferimento» (madre, padre), differenziandoli dal volto e dalla voce dell'«estraneo». A questo punto egli comincia a temere in modo particolare la separazione dalla persona amata.

3.2.1 La paura dell'estraneo - Molte ricerche affermano che la cosiddetta «paura dell'estraneo» compare nello sviluppo del bambino prima degli indizi iniziali della paura della separazione (il bambino, ad esempio, piange pur essendo in braccio alla madre)²⁶.

Tuttavia esiste certamente una stretta relazione tra le due forme di paura, poiché la presenza dello sconosciuto da un lato delude il bambino (il quale non vede il viso che si aspettava), dall'altro comporta spesso l'allontanamento o l'assenza della persona cara²⁷.

Il bambino reagisce in vari modi a questa situazione che gli provoca insicurezza e paura. Robertson e Bowlby, in una ricerca sull'argomento tuttora ricca di indicazioni valide, hanno distinto tre fasi principali nel comportamento osservabile di bambini di un'età compresa tra i dodici mesi e i quattro anni: all'iniziale «fase di protesta» (il bambino chiude gli occhi, tenta di nascondersi, di allontanarsi) subentrerebbe la «fase di disperazione» (si dibatte, piange, grida) e infine la «fase di distacco», caratterizzata da un meccanismo di estrema difesa nel quale interviene uno stato di afflizione, indifferenza, apatia²⁸.

Le tre frasi suddette corrispondono in certo modo, secondo

²⁵ Cf. M. Zlotowicz, *Le paure infantili*, cit., p. 29.

²⁶ Per quanto riguarda le teorie sul rapporto bambino-estrangeo (di studiosi come Wallon, Isaacs, Spitz, Gesell, Ch. Bühler, Malrieu, Guillaume, Brunet e Lézine), cf. H. Gratiot-Alphandery - R. Zazzo, *Trattato di psicologia dell'infanzia*, cit., pp. 75-78; cf. anche M. Zlotowicz, *Le paure infantili*, cit., p. 32.

²⁷ R.A. Spitz, *De la naissance à la parole: la première année de la vie*, Presses Universitaires de France, Parigi 1968, pp. 118-120; cf. anche H. Gratiot-Alphandery - R. Zazzo, *Trattato di psicologia dell'infanzia*, cit., p. 77.

²⁸ J. Robertson - J. Bowlby, *Respons for young Separation from their Mothers*, in «Courr. Centre Int. Enfance», 2, pp. 131-142; cf. J. Robertson,

Bowlby, al pensiero dello stesso Freud sulla successione delle reazioni del bambino. Freud parla infatti di un passaggio graduale dall'«angoscia» alla «sofferenza del lutto» (il bambino avverte la «perdita=morte» della persona cara) alla «difesa». Bowlby afferma che per Freud «l'angoscia è una reazione al pericolo di perdere l'oggetto; la sofferenza del lutto, una reazione all'allontanamento dell'oggetto perduto; la difesa, un modo di affrontare l'angoscia e la sofferenza»²⁹.

Nello stesso periodo della primissima infanzia possono essere susciteate nel bambino reazioni di intensa paura (anche queste in relazione con la «paura della separazione») per effetto di cambiamenti nell'apparenza dei familiari. Una nuova pettinatura della madre, il portare un cappello o occhiali nuovi, un trucco particolare del viso, possono indurre il piccolo al pianto; Zlotowicz attribuisce questo comportamento all'impressione, suscitata nel bambino, che qualcosa di estraneo abbia potuto cambiare bruscamente ciò che c'è di più familiare, creando una combinazione fra tratti conosciuti e insolite apparenze; la rottura dell'immagine abituale equivale ad una incomprensibile stranezza agli occhi del bambino e rischia di mettere in crisi la sua sicurezza affettiva, che si fonda appunto su dati abitudinari³⁰.

Ritornando alla paura della separazione, essa si insinua nel bambino anche quando, essendo carenti i rapporti affettivi da parte dei genitori, egli non riceve una dose adeguata di amore, di tenerezza, di vicinanza fisica.

Anche l'insicurezza e la paura proprie degli adulti, qualora esse siano costanti del loro comportamento, vengono trasmesse ai figli. Si può creare allora un autentico circolo vizioso, in cui la paura iniziale del bambino, trovando una deludente risposta da parte dell'adulto, si amplifica e — proprio per il fatto di situarsi in una atmosfera affettiva di «sfiducia di fondo»³¹ — si

Some responses of young Children to the Loss of Maternal Care, in «Nursing Times», 49/16, pp. 382-386.

²⁹ J. Bowlby, *L'angoscia della separazione*, in AA.VV., *La carenza delle cure materne*, cit., pp. 237-238.

³⁰ M. Zlotowicz, *op. cit.*, pp. 32-33.

³¹ E.H. Erikson, *Infanzia e Società*, Armando, Roma 1966, pp. 231-234.

può evolvere in «paura di fondo» (o angoscia). Da una situazione simile possono derivare l'insicurezza, l'aggressività, il perdurare della dipendenza nei riguardi dell'adulto, la futura difficoltà nei rapporti interpersonali. La paura della separazione sembra essere comunque lo stato emotivo che fa da base ad una serie di paure più specifiche.

Ne presento solo alcune, che probabilmente risultano più diffuse di altre.

3.2.2 *La paura del rapimento* - Questa forma di paura (spesso accentuata dall'ampio spazio offerto dai mezzi di informazione al problema dei rapimenti di persona), è collegata a quella dell'«estraneo», cioè di qualcuno (ladro, fantasma, strega...) che, per una sua cattiveria particolare o per punire qualche disubbidienza del bambino stesso, lo voglia allontanare dai genitori, isolandolo in lunghi terrificanti (foreste, grotte buie, labirinti...).

Drammatica, in questo caso, oltre alla violenza che il fatto può comportare, si annuncia la possibilità di essere strappato-separato dai propri cari.

L'antidoto principale contro questo tipo di paura è certamente da ricercare nella sicurezza che il bambino può sperimentare nel rapporto con i suoi genitori. A volte, soprattutto nei momenti di solitudine o di assenza dei genitori, il bambino può avvertire la sua impotenza e, lasciandosi portare dall'immaginazione, può prevedere per sé la sorte più detestata. Comunque, la costanza del «ritorno» della mamma e del papà rende il bimbo sempre più consapevole della loro fedeltà, della continuità del loro amore nonostante le assenze; contemporaneamente, le minacciose situazioni previste si riveleranno inesistenti e, anche per le rassicuranti parole dei genitori (che esprimeranno il loro affetto più che razionalizzare col bambino sui prodotti della sua fantasia o dei suoi sogni), la paura di essere sottratto al loro amore verrà riconosciuta infondata³².

³² La «paura del rapimento» viene trattata in modo particolare da M. Zlotowicz, *Le paure infantili*, cit., pp. 47-50.

3.2.3 *La paura del buio* - La paura del buio è abbastanza diffusa tra i bambini. Generalmente essa appare durante il secondo anno di vita, nel quale molti di loro cominciano ad esprimere una certa opposizione al momento di andare a letto. Essi cercano spesso, con varie giustificazioni, di allontanare tale momento di separazione. Alcuni studiosi ritengono che esista proprio un fattore sociale in questa forma di paura: stare al buio significa stare in solitudine³³.

Il buio può essere interpretato e vissuto come assenza; si configura allora come impossibilità di vedere la persona amata³⁴.

Il buio tuttavia può essere anche popolato, nella veglia e nel sonno, da forme misteriose, sconosciute, imprevedibili. Il bambino, immobilizzato dalla paura dell'ignoto e dell'insolito, vittima soprattutto della sua apparente solitudine, piange, strilla, urla oppure si abbandona ad un silenzio carico di angoscia. Soltanto una mano che stringa la sua (e che allontani perciò il senso della separazione) o una luce che gli riporti la presenza visibile delle persone e delle cose amate (scacciando le vaghe presenze dell'oscurità) possono in tali situazioni calmarlo e rasserenarlo.

Sembra perciò opportuno, come viene affermato da R. Zazzo³⁵, che i genitori non considerino la paura del buio come un mero capriccio.

Se i desideri del bambino vengono soddisfatti (ad esempio, lasciando accesa una piccola luce) la paura del buio generalmente diminuisce, fino a sparire definitivamente.

3.2.4 *L'ingresso nella scuola materna* - Quando il bambino viene inserito nella scuola materna, egli affronta certamente una prova abbastanza particolare. I genitori lo affidano per parte della giornata ad altre persone, in un ambiente che non è quello domestico. Soprattutto nella fase iniziale dell'inserimento nella

³³ H. Gratiot-Alphandery - R. Zazzo, *Trattato di psicologia dell'infanzia*, cit., p. 46.

³⁴ L. Elmore, *La peur chez les enfants*, Jouve, Parigi 1932, p. 209.

³⁵ H. Gratiot-Alphandery - R. Zazzo, *Trattato di psicologia dell'infanzia*, cit., p. 46.

nuova situazione, il bambino ha l'impressione di rimanere senza appoggio, senza difesa, e può provare un senso di paura (anche in questo caso collegabile alla paura della separazione).

Gli manca infatti, nei riguardi dell'ambiente, la stessa fiducia e sicurezza che egli vive abitualmente in famiglia. Il bambino può allora esprimere in vari modi la sua paura, che lo spinge spesso a rifiutare la nuova sistemazione: probabilmente farà dei capricci, ad esempio al momento del distacco dai genitori, al momento del pasto, nell'incontro con l'educatrice... Anche nei riguardi degli stessi genitori egli potrà esprimere un certo risentimento, mantenendo per esempio le distanze quando vanno a prenderlo, invece di correre loro incontro come di consueto. Si tratta quasi sempre di difficoltà di breve durata, che vanno comunque comprese, superate e, per quanto possibile, prevenute. A questo scopo bisognerebbe preparare per tempo l'ingresso del bambino nella scuola materna. Quando, ad esempio, egli non è mai stato precedentemente in tale ambiente, è utile portarvelo qualche volta, prima che cominci la frequenza regolare. Potrà allora comprendere, anche attraverso il dialogo con i genitori, che cosa lo attende e potrà fare ad essi tutte le domande che lo preoccupano. D. Rosenbluth, che ha svolto ricerche particolari sulle difficoltà dell'inserimento nella scuola materna, afferma che «il discutere insieme al bambino di queste sue preoccupazioni gli sarà di grande aiuto e lo rassicurerà che l'interesse dei genitori per lui non finisce al momento in cui egli li lascia»³⁶.

I genitori, comunque, esagerano spesso nel valutare il «dramma» che il bambino vive nel separarsi momentaneamente da loro. Essi dovrebbero invece rendersi conto che l'educazione alla sicurezza, essendo in stretto rapporto con il problema della dipendenza/autonomia, comporta anche l'intenzionale distacco dal bambino; tale «educazione alla insicurezza», provocata perché il bimbo possa distaccarsi da situazioni affettive nelle quali può essersi adagiato, lo aiuta nella sua maturazione perché lo porta a superare a poco a poco quei momenti critici, a ritrovare la

³⁶ D. Rosenbluth, *Problemi affettivi all'inizio della scuola materna*, in AA.VV., *Educazione infantile e cultura*, cit., p. 313; cf. D. Orlando Cian, *Pedagogia dell'infanzia e scuola materna*, cit., p. 137.

certezza dell'amore dei genitori (che sempre ritornano), a rinforzare così il senso di sicurezza interiore³⁷.

È inoltre importante che l'ingresso nella scuola materna non coincida con qualche altro fatto importante, e magari preoccupante per il bambino, come ad esempio la nascita di un fratellino.

Tale coincidenza potrebbe infatti aumentare la naturale dose di gelosia, proprio perché i genitori possono dare al bambino l'impressione di preferirgli il nuovo nato.

Sembra perciò opportuno, in questo caso, aspettare finché egli non si sia in qualche modo adattato alla nuova situazione familiare.

Come sempre, la presenza di genitori affettuosi e pazienti risulta il modo migliore per aiutare il bambino timoroso di perdere i propri genitori o di essere mandato alla scuola materna per punizione della sua cattiveria. Un atteggiamento educativo attento riesce a comprendere che le bizze, i capricci del bambino sono a volte gli strumenti con i quali egli mette alla prova i genitori, per vedere se essi lo amano, nonostante tutto. Anche attraverso tali passaggi, non privi di difficoltà per lui stesso e per i familiari, il bambino può incrementare la fiducia nei riguardi dei genitori e, contemporaneamente, la capacità di inserirsi con autonomia e intraprendenza sempre maggiori negli ambienti extrafamiliari.

Ritornando al momento del distacco corrispondente al quotidiano ingresso nella scuola, sono da considerare importanti pedagogicamente alcuni atti, solo apparentemente banali e ripetitivi, come il saluto, l'abbraccio, il bacio...: si tratta di comportamenti che simboleggiano la permanenza del vincolo affettivo, i quali dovrebbero appunto rassicurare il bambino che la separazione è solo temporanea.

Erikson li denomina «ritualizzazioni»³⁸ (termine usato anche in etiologia per descrivere le suggestive «cerimonie» che caratterizzano alcuni momenti fondamentali nel rapporto tra gli

³⁷ Cf. M. De Beni, *Gli atteggiamenti di dipendenza nell'età evolutiva*, cit., pp. 90-95.

³⁸ E.H. Erikson, *I cicli della vita*, Armando, Roma 1984, pp. 42-43.

animali di molte specie), e sostiene che essi possono essere «personalizzati anche se stereotipati, giocosì anche se formalizzati»: essi comunque alimentano la relazione, la arricchiscono di affettività, caricanò di emotività il tempo del bambino, durante il quale il ricordo e l'attesa di tali momenti preziosi lo accompagnano e lo rendono più sicuro contro la paura di essere separato/abbandonato dai suoi cari.

È comunque importante che il bambino inserito nella scuola materna, instauri presto anche con l'educatrice un legame affettivo che, pur diverso da quello che egli vive in famiglia, risulti caratterizzato ugualmente da reciproci atteggiamenti di accettazione, di attenzione e di amore: in questa prospettiva verrebbe ulteriormente rinforzato il grado di «fiducia di base», che il bambino sperimenterebbe in modo continuativo, pur passando attraverso ambienti diversi.

3.3 La paura della punizione - Il contatto con gli adulti permette al bambino di interiorizzare gradualmente, fin dall'età di due-tre anni, la vasta gamma di valori e di abitudini comportamentali che fanno parte del patrimonio culturale della società e che vengono a formare la coscienza morale. Alcuni studiosi del comportamento morale (appartenenti soprattutto alle scuole piagetiana e psicanalitica) sostengono che una moralità autonoma non esista prima dei sette-otto anni (età nella quale si suppongono superati i momenti dell'«egocentrismo» e il «complesso di Edipo»)³⁹.

Tuttavia, nessuno mette in dubbio che le molteplici esperienze interpersonali vissute dal bambino fin dalla primissima infanzia gli offrano modelli per il suo comportamento e consapevolezza crescente che esiste una particolare scala di valori da rispettare.

Per evitare la trasgressione di tali valori il mondo degli adulti presenta una serie di divieti e di limitazioni, più o meno esplicativi, e corrispondenti a minacce e castighi. Il bambino, sempre più cosciente dei pericoli legati al suo comportamento,

³⁹ J. Piaget, *Il giudizio morale nel fanciullo*, Giunti-Barbera, Firenze 1972; cf. G. Petter, *Dall'infanzia alla preadolescenza*, cit., pp. 317 ss.

può interiorizzare una certa insicurezza, causata sia dal senso di colpa per le trasgressioni fatte sia dalla paura della punizione per azioni che potrebbe svolgere. Tale insicurezza ansiogena risulta evidente quando il bambino è sottoposto ad un'educazione troppo rigida, che abusa di divieti e di castighi, la paura dei quali lo porta a riconoscere la convenienza della sottomissione, dell'ubbidienza passiva, della repressione di impulsi pur validi (con logiche conseguenze sulla futura autorealizzazione della sua personalità).

D'altra parte, anche un atteggiamento permissivistico risulta dannoso, in quanto pone il bambino non più di fronte all'autoritarismo delle persone ma a quello di un mondo (esterno e interiore) senza regole, nel quale egli prova ancora insicurezza e paura. Egli, insomma, nel suo cammino verso l'indipendenza, necessita di sperimentare la sicurezza che gli viene da una positiva dipendenza dall'adulto e dal conseguente rispetto di certe norme comportamentali.

Indubbiamente, il problema di una giusta ed equilibrata educazione morale è vastissimo, e naturalmente non può essere trattato in poche righe. Per questo intendo soltanto accennare, in relazione alla paura della punizione, alla necessità che gli educatori attingano alla pedagogia del dialogo continuo con l'educando; in tale dialogo, l'adulto deve evitare il ricorso a minacce tratte dall'irrealtà (lupo cattivo, spettri, demoni, malattie...): la ricca fantasia del bambino rischierebbe di affollarsi ulteriormente di molteplici simboli della paura e del castigo. Le minacce suddette, allora, proprio per le paure che provocherebbero nel bambino, si porrebbero come veri e propri «castighi anticipati», capaci di colpire un bambino incolpevole.

È perciò nell'autentico rapporto adulto-bambino che quest'ultimo può maturare la acquisizione di una coscienza morale capace di tener conto degli altri senza peraltro inibire la propria libertà.

3.4 La paura della distruzione - Con il passare del tempo e con l'accumularsi di esperienze, il bambino si rende conto che il suo corpo è fragile e può essere ferito, mutilato, offeso da

forze esterne capaci di procurargli dolore fisico. Il rapporto con se stesso non può prescindere, anche per il bambino, dal rapporto col proprio corpo, che va quindi difeso contro le possibili menomazioni derivabili da negative esperienze in un mondo ricco di pericoli. Il bambino individua la presenza reale di agenti esterni che lo impauriscono, proprio perché minacciano in qualche modo la sua integrità fisica. Anche in questi casi, tuttavia, la sua immaginazione gioca un ruolo importante, ampliando spesso la reale portata dei rischi, fino a creare veri e propri «pericoli immaginari» (non per questo meno reali per il bambino stesso).

Significative sono le svariate paure degli animali, soprattutto di quelli che possono pungere, mordere, divorare l'organismo.

Il bambino può aver vissuto, subendole indirettamente o immedesimandosi negli altri, esperienze come il morso di un cane, il graffio di un gatto; è più probabile però che alcune trasmissioni televisive (nelle quali spesso il bambino si identifica con i personaggi) abbiano provocato in lui l'insorgere di questo tipo di paura⁴⁰.

Nel bambino si formano a poco a poco anche sentimenti di ribrezzo, di disgusto e di repulsione verso realtà che, più che ferire il corpo, danno un senso di contaminazione e di sporcizia. Sono quasi sempre paure indotte dalle reazioni degli adulti, come quelle dei topi, delle rane, delle serpi... ecc.

È comunque indubitabile che l'insorgere e l'aggravarsi di molte delle paure di distruzione siano dovute soprattutto a racconti-minacce degli adulti e all'influenza di trasmissioni televisive inadatte al bambino: anche in questi casi la sua feconda immaginazione crea una «zoologia della paura», come la definisce Zlotowicz, e lo porta a ritenere assolutamente pericolosi, ad esempio, animali come i coccodrilli, le tigri, gli orsi, i lupi... ecc., che pure non fanno parte della realtà effettiva dell'ambiente in cui egli vive⁴¹.

⁴⁰ È importante, a questo proposito, considerare l'influenza della televisione sull'affettività del bambino; cf. il recente V. Packard, *I bambini in pericolo*, Ed. Riuniti, Roma 1985, pp. 103-118.

⁴¹ M. Zlotowicz, *Le paure infantili*, cit., pp. 72-84.

D'altra parte, nella sua euforica avidità di conoscere e di esplorare, il bambino affronta ripetutamente situazioni che gli procurano realmente dolore fisico. Zlotowicz scrive, ad esempio, che «nulla è più sorprendente, a questo proposito, dell'ostinazione di un bebè che ha scoperto che è capace di lasciare il suo lettino con i propri mezzi, ma che lo fa così maldestramente che cade in terra ad ogni tentativo; e che, nonostante le emozioni e i rimproveri dei genitori, si mostra pronto a ricominciare appena consolato»⁴².

La contraddizione tra questa noncuranza per reali rischi (che l'esperienza spesso gli presenta) e la grande paura del bambino per pericoli immaginari è una dimostrazione evidente che quest'ultima è causata per lo più da un comportamento poco accorto degli adulti.

Anche per le varie paure connesse alla «distruzione fisica», perciò, risulta importante che gli educatori realizzino un rapporto dialogico di fiducia-amore, attraverso il quale presentare i vari aspetti della realtà, con i lati pericolosi e con quelli innocui⁴³.

L'autorevolezza dell'adulto induce quasi sempre il bambino a prestargli fede, ad avvertire la sua stessa sicurezza, ad interpetrare il mondo secondo le parole dell'adulto stesso. Vanno comunque eliminate quelle allusioni a pericoli irreali che fanno leva sulla possibilità di impaurire il bambino e non sulla sua crescente attitudine ad adeguarsi creativamente alle esigenze dell'ambiente.

4. Conclusione

Risulta evidente che in questo scritto sono stati considerati solo alcuni dei molti aspetti relativi all'argomento in questione.

Ho trascurato, ad esempio, la presentazione di varie forme patologiche derivabili da paure infantili (varie «paure neuroti-

⁴² *Ibid.*, p. 65.

⁴³ Cf. B.B. Wolman, *Le paure dei bambini*, cit., p. 155. L'autore insiste sull'importanza di un simile atteggiamento educativo che, proponendosi di «tracciare una chiara divisione tra le cose reali e quelle immaginarie aiuterà il bambino a liberarsi dalle sue paure di minacce inesistenti».

che», «distorsioni della personalità») ⁴⁴. Non ho inteso neppure approfondire il rapporto abbastanza stretto tra paura e aggressività, la funzione della paura nelle relazioni sociali dei bambini, come ad esempio quelle che si stabiliscono nei loro giochi (nei quali spesso, come succede d'altronde tra gli adulti, si fa paura all'altro nel tentativo di mostrarsi superiore) ⁴⁵.

A questo punto mi sembra opportuno mettere in guardia contro il rischio, che si può correre quando si puntualizzano certi dati di un problema (come quello delle paure infantili), di esagerarne i termini, proprio perché lo si astrae da altri aspetti ugualmente significativi e presenti.

Le paure del bambino, in fondo, convivono con molti altri sentimenti, come la fiducia, l'altruismo, la gioia: il mondo dell'infanzia non è certamente un «paradiso», ma non è neppure «un universo di angosce» (come appare spesso negli studi psicanalitici).

Ha certamente ragione R. Zazzo quando, a proposito, sostiene: «La verità sta nel mezzo: la vita del bambino non è né gioia ininterrotta né paura continua, bensì gioia e paura che si alternano e talora si sovrappongono» ⁴⁶.

È comunque importante per gli educatori, e in particolare per i genitori (come ho sottolineato più volte), prestare attenzione alle varie manifestazioni di paura nei bambini. Infatti esse hanno spesso anche una funzione espressiva; servono, cioè, a comunicare soprattutto il suo desiderio di relazione con l'adulto ⁴⁷.

Ciò risulta evidente in un libro molto bello, intitolato *L'adulto visto dal bambino* ⁴⁸, che presenta una ricca serie di testi scritti, di poesie, di disegni, di lavori prodotti da bambini,

⁴⁴ A. Heiliger, *Cause e conseguenze delle paure infantili*, cit., pp. 125-147.

⁴⁵ M. Zlotowicz, *Le paure infantili*, cit., p. 135; cf. pure R. Battegay, *Angoscia ed Essere*, cit., pp. 143-155.

⁴⁶ H. Gratiot-Alphandery - R. Zazzo, *Trattato di psicologia dell'infanzia*, cit., p.47.

⁴⁷ B.B. Wolman scrive: «I genitori dovrebbero incoraggiare i figli a comunicare le loro paure. Il solo parlarne le allevia e le rende meno spaventose. Evita che uno si senta solo con le proprie paure e le proprie ansie» (in B.B. Wolman, *Le paure dei bambini*, cit., p. 71).

⁴⁸ D. Orlando Cian (a cura), *L'adulto visto dal bambino*, Lint, Trieste 1982.

attraverso i quali essi esprimono il desiderio di un rapporto con «i grandi» che offre loro sicurezza, gioia, amore. «I nostri bambini — vi si legge⁴⁹ — hanno colto un “problema” dell’uomo adulto che non sa comunicare con loro e farli felici». D. Orlando Cian (che ha curato questa pubblicazione) sostiene allora la necessità che gli adulti ascoltino le parole dei «piccoli» (che «si rivelano in questo “sapienti”»), poiché «i condizionamenti positivi o negativi dei vari ambienti sociali, delle particolari, a volte dolorose, relazioni umane, non riescono a soffocare, nell’infanzia, il senso di ciò che vale per l’uomo»⁵⁰.

L’esigenza di reciprocità nel rapporto adulto-bambino viene ribadita anche dagli «Orientamenti» per l’attività educativa nella scuola materna. Vi si afferma che l’atmosfera familiare dovrebbe essere «caratterizzata da armonia e solidarietà fra i suoi membri e da affettuosa sollecitudine verso il bambino». Il medesimo documento insiste sull’importanza di tale clima, ricco di reciproco affetto, perché il bambino acquisisca un autentico «senso di sicurezza»⁵¹.

Tali affermazioni si accordano con quanto ha scritto A. Gesell, grande psicologo americano, secondo il quale il bambino «è il prodotto finito di tutte le relazioni interpersonali in cui è stato coinvolto. Quando questa intricata ragnatela funziona bene anche la sua personalità tende a funzionare bene». Ne consegue che «una famiglia ben organizzata con genitori normalmente premurosi è la migliore garanzia per la salute mentale del bambino»⁵².

D. Orlando Cian, in un altro suo testo, afferma che «l’affetto e l’amore hanno bisogno di alimento costante e di prove continue» proprio perché «basta un nonnulla per incrinare la sicurezza quando manca l’amore»⁵³.

⁴⁹ M. Chiaranda Zanchetta, *Paura e ansietà del bambino*, in *ibid.*, p. 10.

⁵⁰ D. Orlando Cian, *Le grandi attese*, in *ibid.*, p. 229.

⁵¹ «Orientamenti dell’attività educativa nelle scuole materne statali», (art. 2 - legge 18 marzo 1968, n. 444), parte I, par. 4.

⁵² A. Gesell, *La psicologia del bambino dai cinque ai dieci anni*, Newton Compton, Roma 1975, p. 41.

⁵³ D. Orlando Cian, *Pedagogia dell’infanzia e scuola materna*, cit., p. 62; cf. pure *ibid.*, p. 157.

Allora è proprio la dimensione dell'incontro interpersonale, del dialogo autentico «Io-Tu», come lo chiamerebbe il filosofo Martin Buber, vissuto nell'originalità del rapporto adulto-bambino, che può riscattare quest'ultimo dalla fondamentale paura di essere «senza casa» (direbbe Pascal) per offrirgli la sicurezza di «uno stato in cui ci si sente legati in un'autentica comunione»⁵⁴.

Anche secondo Erikson, soltanto il dialogo interpersonale, che si esprime nel rapporto «occhio-a-occhio», determina nel bambino il sentimento di «fiducia di base», capace di vincere ogni insicurezza e paura di separazione («dubbio e vergogna») e di donargli quella «energia di base/speranza» che lo può condurre ad una reale «autonomia» e allo spirito di «intraprendenza»⁵⁵.

Ritengo perciò, in accordo con gli studiosi citati, che una «pedagogia dell'amore» sia la più adatta a suggerire gli atteggiamenti educativi capaci di dotare il bambino dei più efficaci antidoti alle sue paure.

Volendo infine riassumere alcune indicazioni emerse nelle pagine precedenti, fisserei alcuni consigli su quello che *non si dovrebbe* fare e quello che *si dovrebbe* fare in relazione al problema delle paure infantili.

Non si dovrebbe:

- 1) ignorare le paure del bambino; trattarle con leggerezza; ridicolizzare il bambino impaurito; punirlo per le sue paure;
- 2) essere iperprotettivi; farlo sentire troppo dipendente; coinvolgerlo nelle paure dell'adulto stesso;
- 3) respingere il bambino; minacciare di lasciarlo solo; farlo sentire solo; pensare che si debba arrangiare sempre da solo.

Si dovrebbe:

- 1) fargli sentire un amore capace di proteggerlo ogni volta che ciò sia necessario;

⁵⁴ G. Milan, *Dall'«egologia» al «TU innato». Il contributo di Martin Buber*, in «Pedagogia e Vita», serie 46, 5 (giugno-luglio 1985), pp. 515-529.

⁵⁵ E.H. Erikson, *Infanzia e società*, cit., pp. 231 ss.

- 2) aiutarlo ad acquisire il senso di fiducia in se stesso;
- 3) lodarlo per le sue piccole grandi conquiste;
- 4) aiutarlo, con l'esempio, con l'ascolto, con la spiegazione e anche con una certa dose di *humour* (che non significa prendere in giro) a superare attivamente le sue paure.

GIUSEPPE MILAN