

Amati genitori, care mamme e cari papà

Eccoci giunti alla quinta «Lettera per i genitori». Essa contiene pensieri preziosi sul tema «I bambini e il dolore» e tre esempi che prendono spunto dalla vita concreta di ogni giorno.

Il tema del «dolore e del lutto» si riconducono alla radice indoeuropea *leug* da cui si generano i termini latini di *lugeo*, *luctus* che significano piangere, essere in lutto. Descrivono la situazione di una persona che si sente oppressa perché è in lutto, sinonimo anche di espressione di sofferenza e dolore perché il peso che l'affligge è enorme. Solo nel momento in cui questo peso intenso si alleggerisce mano a mano fino al punto di attenuarlo e di liberarsene, allora subentra il dolore sano e naturale.

Se parliamo di lutto con i bambini, allora penso dapprima alle numerose situazioni in cui si verifica una perdita che trova la sua più profonda estensione nella morte di una persona cara. Il modo in cui affrontiamo queste situazioni di dolore ha delle implicazioni per la gestione di quella che a tutti gli effetti è la più difficile e cioè quando si è confrontati con la morte.

«La vita» e «la morte» sono due concetti indissolubili, non esiste l'uno senza l'altro.

Questa lettera per i genitori si prefigge di sensibilizzare la nostra comprensione per le reazioni che i bambini potrebbero manifestare in relazione al morire e alla morte stessa. Che si sia dedicata una lettera per i genitori su questo tema, significa che la morte non costituisce più un tabù, ma un tema su cui si debba e possa discutere.

In ogni servizio divino curiamo, attraverso la preghiera, la comunione con l'aldilà. Tre volte all'anno commemoriamo i defunti in un modo particolare. Molte anime vivono l'amore del nostro Dio attraverso la somministrazione dei sacramenti e grazie a ciò perviene loro la pace e libertà divina.

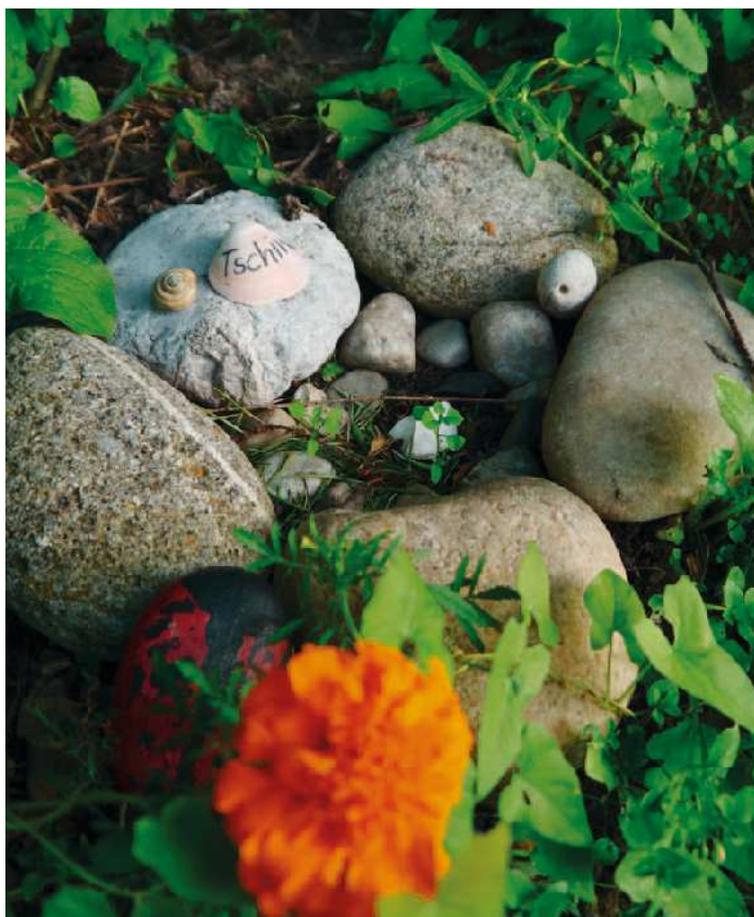
La preparazione dei bambini da parte di genitori e insegnanti per questi servizi divini speciali per i defunti costituisce un aiuto importante. È opportuno attribuire al dialogo su vita e morte una posizione fissa nell' «educazione quotidiana».

Per questo compito meraviglioso vi auguro di cuore tanta saggezza divina e di vivere gioiosamente Dio.

Nell'unione cordiale,
vi saluto, vostro



Markus Fehlbaum



Punto della situazione

Ti è già capitata la situazione in cui

- ...tuo/a figlio/a pone delle domande sulla vita e sulla morte e tu non sai come rispondere?
- ...tuo/a figlio/a si è dovuto confrontare con la morte in modo inaspettato?
- ...tuo/a figlio/a reagisce in maniera importante nel caso di una morte?
- ...tuo/a figlio/a ha paura della morte?
- ...ti chiedi come puoi preparare i tuoi figli in merito ai servizi divini per i defunti?

Consideriamo queste domande seriamente. Il forum per i genitori offre la possibilità di sviluppare assieme delle proposte di soluzione.

La morte appartiene alla vita

La morte è direttamente collegata con l'evento della vita umana e non è mai un castigo di Dio per un comportamento errato. La fede ci aiuta ad affrontare il tema della morte, donandoci speranza e consolazione. La morte del corpo non costituisce la fine dell'esistenza dell'uomo, ma rappresenta l'inizio di una nuova esistenza.

Spesso i genitori si chiedono come i bambini assimilino il tema del morire, della morte e dell'aldilà. Tali argomenti non devono essere imposti ai bambini. Se essi pongono delle domande su questi temi, gli esperti ci consigliano di discuterne apertamente, con tanta sensibilità e in modo adeguato alla loro età. Queste conversazioni preparano i bambini all'incontro con questo tema inevitabile.

In questo ambito è importante che non si faccia riferimento al mondo quotidiano dei bambini per descrivere i concetti di morte, morire e aldilà quando si parla con i bambini più piccoli. Per evitare paure, è opportuno utilizzare le giuste denominazioni: «morto» e non «addormentato» oppure «fa un lungo viaggio». Si raccomanda di comunicare apertamente la causa della morte ai bambini come può essere per esempio un incidente, una malattia grave o debolezza dovuta all'età avanzata.



Indicazioni specifiche all'età

Quando i bambini sono nel dolore, i bambini dipendono dall'attenzione e dal sostegno dei genitori e degli adulti loro più vicini. È importante considerare seriamente le domande dei bambini, dando loro una risposta sincera. Se le questioni paiono essere difficili, si raccomanda di scoprire con molto tatto i motivi che hanno spinto il bambino a porre una simile domanda.

Dove si recano
i morti?

Mi dici
come lo desideri?

Il mio porcellino
d'India entrerà anche
lui nel cielo?

Che cosa fanno i morti
nell'aldilà?

Come ti immagini
il cielo?

Come pensi
che sia?

I bambini più piccoli non comprendono lo stato definitivo della condizione della morte e non sono in grado di manifestare in parole i loro sentimenti ma percepiscono lo stato d'animo delle persone di riferimento che li circondano.

Strumenti utili

I bambini più piccoli cercano la vicinanza corporale e il sostegno. I peluche e i ciucci possono essere di consolazione. L'aderenza a rituali familiari è importante. Possono essere utili forme di espressione creativa come la pittura o la plastilina oppure osservando assieme delle illustrazioni nei libri che ritraggono la morte di animali o piante.

Nella **prima fase dell'età scolastica** i bambini incominciano a capire che la morte ha un carattere definitivo. Essi realizzano che la morte potrebbe colpire anche loro. Non di rado sognano che i membri della propria famiglia possano essere morti.

Strumenti utili

Dato che i bambini di quest'età comprendono la morte come un castigo a causa di una cattiva condotta, tormentandosi con paure ingiustificate, è importante spiegar loro l'esatta causa della morte. Forme creative di espressione e le attività nella natura possono essere dei validi strumenti.

I bambini nella fase intermedia dell'età scolastica vivono un periodo di lutto intenso, perché sanno che la morte è un evento inevitabile di ogni vita.

Strumenti utili

I genitori sostengono il bambino nella ricerca di strategie idonee per l'elaborazione del lutto (fare musica, scrivere un diario, scrivere una lettera al defunto, pitturare, ecc.).

I giovani hanno intellettualmente le stesse idee sulla morte degli adulti. Le considerazioni religiose e filosofiche diventano più importanti. La morte di una persona cara può scatenare pensieri suicidi.

Strumenti utili

Ai giovani non devono essere imposti rituali di lutto loro ripugnanti. Occorre che gli adulti capiscano che i giovani preferiscono apparentemente comportarsi in maniera "normale" verso l'esterno, mantenendo la loro tipica espressione del viso. Naturalmente la presenza sensibile dei genitori è importante affinché i giovani possano trovare una persona con cui dialogare in caso di necessità.

I genitori possono rivolgersi a un aiuto professionale nel caso in cui dovessero inquietarsi della reazione importante mostrata dai loro figli. (Medico di famiglia o per la Svizzera: linea d'emergenza di Pro Juventute per genitori 0848 35 45 55).

Le fasi del dolore

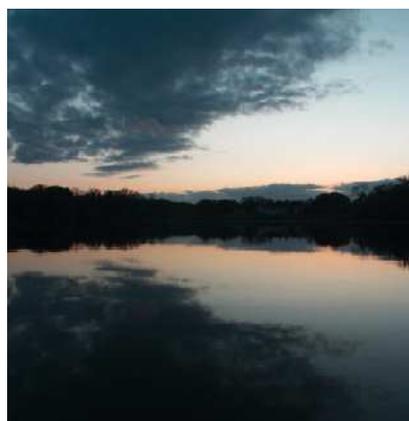
In caso di lutto, i bambini vivono le diverse fasi del dolore in modo simile ai giovani e agli adulti. La durata di tali fasi è variabile. Nei bambini queste fasi sono meno delimitate e possono subire dei bruschi cambiamenti. Per esempio un bambino che al momento è terribilmente triste, un attimo dopo può sorridere di nuovo felicemente. Il dolore non conosce la dimensione temporale, anche dopo anni è possibile scoppiare in lacrime.

La notizia di un caso di morte che si dà al bambino può scatenare in lui uno stato di **shock**, alimentando l'incomprensione, le paure e le domande. Il bambino s'irrigidisce interiormente e nega la realtà, cioè la morte avvenuta.

In seguito subentra la **fase controllata** che si esplica prevalentemente in base alle aspettative e agli obblighi comportamentali dettati dagli adulti. I bambini stessi non sono in grado di controllarsi per cui si sentono sopraffatti, manifestando delle reazioni incontrollate e dei cambiamenti d'umore.

Nella fase della **regressione**, i bambini si rapportano a modelli comportamentali assimilati precedentemente quali per esempio: piangere, lamentarsi, essere di malumore, succhiare il pollice, disturbo del sonno, enuresi, ecc.. Se i bambini si ritirano in questa fase e agiscono in modo apatico, allora è un segno che dimostra un appesantimento della loro anima.

Nella fase di **adattamento** è il bambino che è di nuovo al centro per la sua vita e il suo futuro personali. La fase del dolore acuto è terminata, anche se possono sopraggiungere ancora dei momenti di tristezza.



Esempio

1

È una bella mattina mite di primavera. Il papà di Anna apre la conigliera per dare agli animali del fieno fresco e dell'acqua quando scopre in un angolo della stalla una palla morbida di peli di coniglio lanosi. All'interno si sta muovendo qualcosa. «Anna, corri veloci a vedere, uno dei nostri conigli ha avuto dei piccoli...!»

Ci sono cinque creature molto piccole, fragili e cieche; sono proprio impotenti e deboli. Anna può osservare come la mamma coniglio si occupi dei suoi piccoli, li lecca e dà loro protezione e calore.

Dopo alcune settimane giunge il grande momento in cui i piccoli fanno capolino dal loro rifugio. Sono molto curiosi e per la prima volta osano andare all'aperto. «Fiocco» è il più piccolo di tutti e ha un pelo fine color grigio. È il preferito di Anna. «Fiocco» è pauroso e debole e spesso viene sbalottato di qua e di là. Il cuore di Anna batte per «Fiocco» e lei non perde occasione per accarezzarlo.

Un giorno succede qualcosa di triste: «Fiocco» è immobile davanti alla stalla. Lo scopre il papà di Anna quando di mattina si reca dai conigli per dar loro il foraggio. Fiocco deve essere morto durante la notte.

Anna guarda il suo papà con occhi spalancati e chiede: «Fiocco sta dormendo?... «Quando si sveglia di nuovo?... «Perché non si muove più?... «Fiocco è morto?... «Si trova ora in cielo?»

Il padre prende Anna tra le sue braccia e le parla con dolcezza e amorevolmente.

È suonato il campanello della pausa scolastica. Laura, dodici anni, sta chiacchierando con i suoi compagni di classe nell'aula. Manca una scolara; situazione che può benissimo verificarsi nell'ambito della scuola. Ma l'insegnante entra nell'aula con un viso triste. Tutto tace. Ogni bambino si accorge che è successo qualcosa. «Purtroppo vi devo comunicare che ieri sera la sorella della nostra compagna Angelica è morta in un incidente stradale».

Il silenzio sembra un'eternità e qui e là si sente qualche singhiozzo.

Arrivata a casa, Laura può finalmente scoppiare in lacrime e dare libero sfogo alla sua incredulità.

Poi si chiede: «Cosa dico o come reagisco se incontro Angelica per strada? Vado al funerale? Quando potrò rivedere Angelica? Potrò poi chiederle come sta? Come posso consolarla?»

In quel mentre si apre la porta e la mamma di Laura entra nella sua camera.

3

Il padre di Lena, 8 anni, e di Melissa, 13 anni, è morto un mese fa a causa di un tumore. Naturalmente i bambini ne soffrono molto. Durante la cena, Lena pone delle domande:

Lena: «Mamma, papà ci vede da lassù, dal cielo?»

Mamma: «Sì, Lena, ne sono sicura che ci vede». Lena: «Ma mamma, mi ascolta anche quando gli parlo?»

Melissa getta la forchetta sul tavolo. Si alza e grida: «Potete finalmente smetterla di parlare di papà. È morto!» Furiosa, lascia la sala. Lena non si preoccupa tanto della reazione della sorella ma continua a fare altre domande alla mamma.

Quali misure rimangono da adottare?

Sin da piccoli, i nostri bambini hanno imparato che tre domeniche all'anno ci ricordiamo in modo speciale dei defunti, intercedendo per loro. Il nostro compito è di preparare i bambini per questi servizi divini particolari, spiegando loro che Gesù c'insegna a credere a una vita dopo la morte. L'anima non muore, ma è destinata a dimorare in eterno con Gesù, attorniata dall'amore di Dio. A partire dall'età della dottrina domenicale, possiamo parlare con i bambini delle particolarità della nostra fede riferita all'aldilà. Dio desidera aiutare tutte le anime degli esseri umani, anche di quelli che sono deceduti. Per tale motivo, gli apostoli somministrano i sacramenti alle anime dei defunti tre volte all'anno. Questi sacramenti sono i doni che fa Dio. Mediante le nostre preghiere possiamo contribuire affinché queste anime abbiano a sentirsi bene al servizio divino. Esse si rallegrano se nelle nostre preghiere pensiamo a loro.

I bambini abbiano a percepire che è richiesta la loro collaborazione. Forse i bambini hanno delle idee per dimostrare il loro amore per i defunti?

