

Elisabetta Maùti

Storie per la pappà e per la nanna

Illustrazioni di Stefano Camelli



Erickson

Indice

<i>Introduzione</i>	9
Storie per la pappa	13
L'esercito dei cucchiari	15
La cucina stregata	23
La fattoria di Tito e Rosella	31
Il pesciolino che non sapeva nuotare	37
Il boccone viaggiatore	45
Il robot che aveva sempre fame	51
La famiglia Biribotti va in battello	59
Il domatore di leoni	69
L'accampamento indiano	81
«Mastica, mastica»	91

Storie per la nanna	99
La favola del buio	101
La festa sulla luna	109
La lumaca Valentina e la mulattiera	115
Piano e Forte	123
Il giro del mondo	133
Le finestre del palazzo	139
Il topo che dormiva sempre	155
Il bambino che voleva essere come le talpe	161
Il folletto e la pozione che fa addormentare	169
L'albero dei sogni	177
<i>Conclusioni</i>	185

Introduzione

Questo libro è formato da venti favole, divise in due sezioni. Si tratta di favole pensate per accompagnare i nostri bambini quando devono mangiare oppure dormire. Fino a una certa età, da uno a sei anni circa, mangiare e dormire sono attività fondamentali nella vita di ogni bambino; non evidentemente dal punto di vista biologico, trattandosi di funzioni vitali a qualsiasi epoca, ma dal punto di vista psicologico.

Il *mangiare* è legato alla socializzazione. Si mangia con gli altri.

Il genitore, la nonna o la baby-sitter che sono con noi, partecipano attivamente al momento del pasto. A volte anche troppo, investendo questa funzione di un'importanza enorme che va molto al di là della mera attività biologica.

Un bambino che mangia ci fa sentire dei bravi nonni o dei bravi genitori. Quando invece il cibo è accompagnato da un rifiuto da parte del piccolo, questo può scatenare forme d'ansia nell'adulto che conducono spesso a dinamiche pericolose da gestire. Il momento

del pasto si trasforma pian piano in un braccio di ferro che renderà sempre più difficile il pranzo e in generale il rapporto con il cibo.

È invece auspicabile facilitare il pasto ricorrendo alle fiabe. Spesso anche i bambini più mangioni non amano passare il tempo seduti a tavola: si annoiano, non ne capiscono la funzione. Questo tempo risulta invece particolarmente importante perché, oltre a dare l'apporto calorico necessario, è anche il momento in cui vengono trasmesse le regole della socializzazione: come stare a tavola, come mangiare, come restare seduti o come tenere le posate, ma anche il piacere di dedicare un certo tempo all'assaporare e alla parola che accompagna la convivialità.

Il racconto, in alternativa alla televisione, diventa un'occasione di scambio e di crescita e nel tempo verrà sostituito dal dialogo.

Anche il *dormire* è spesso preceduto dal racconto di una fiaba. È ora di andare a letto ma il vostro bambino non ne vuole sapere. Non importa quanti anni abbia, se ha dormito tutto il pomeriggio o se è sfinito. Comunque sia, non vuole ancora andare a dormire.

La favola è un buon modo per accompagnarlo in quel processo di rilassamento e progressivo abbandono che lo farà addormentare e al quale resiste con tutte le sue forze.

Si tratta di un momento delicato, che in parte lo spaventa come il buio e la notte in genere. Per questo farlo in compagnia di un adulto è importante e serve a rafforzare il rapporto di fiducia tra i due.

Le fiabe sono state pensate per aiutare gli adulti che hanno questo compito. Si tratta di storie di fantasia, raccontate con un linguaggio semplice.

Frequentemente si trova il ricorso a un tema ripetuto più volte, che l'adulto farà coincidere con il boccone da porgere nelle storie per mangiare, oppure con un ritmo che diventa sempre più lento, in quelle per dormire. La durata della storia può sempre essere aumentata o ridotta a seconda della quantità e delle porzioni proposte.

In alcune fiabe si trova il riferimento a oggetti della cucina, come *nell'esercito dei cucchiaini*, a cui l'adulto avrà facilmente accesso e che consentono di rapire l'attenzione del piccolo, distraendolo dal cibo con stimoli visivi e tattili, oltre che uditivi, per rendere ancora più semplice l'operazione di farlo mangiare.

In altre la trama richiede che venga aperta la bocca sia di chi mangia, ma anche di chi racconta la storia. Attraverso il gioco fatto da entrambi, con il viso, verrà facilitato il meccanismo del mangiare.

Nelle fiabe per dormire il principio è il medesimo, ma evidentemente cambiano gli stimoli offerti. Il ritmo proposto non è solo più calmo, ma tende a modificarsi, allentandosi e facilitando l'abbandono al sonno. La gestualità dell'adulto è sostenuta dalle immagini presenti nelle storie. Si parla di finestre che si chiudono come gli occhi, oppure di suggestioni da immaginare a occhi chiusi, come fanno le talpe sotto terra. La carezza della mamma sul viso serve ad aiutare i più piccoli ad abbassare le palpebre, mentre si parla di oggetti che spesso finiscono loro stessi per addormentarsi.

Tutte le storie possono essere lette oppure raccontate a memoria, arricchendole di particolari nuovi, che magari risultano più funzionali per ogni specifico bambino oppure che appartengono alla sua vita e che quindi riconosce come familiari.

Si tratta in breve di costruire un dialogo personalizzato, sulla base di una traccia data, attraverso passi e suoni noti e ripetuti. È proprio la ripetizione di ciò che è familiare quello che dà gioia ai bambini di questa età.

Starà ai due partner, adulto e bambino, arricchire e completare ogni fiaba con suoni e versi, quelli che il bambino troverà più divertenti, da ripetersi uguali ogni volta o da modificare, per rendere più personale e più divertente il racconto.

L'esercito dei cucchiaini

Nel cassetto della cucina si era accampato da molto tempo un esercito di cucchiaini. All'inizio avevano scelto questo posto perché era riparato e offriva loro la possibilità di stare nascosti e di riposare dopo le ultime battaglie. Poi però, con il passare del tempo, si erano un po' impigriti. Ciondolavano senza meta. Ogni tanto qualcuno usciva in ricognizione in cerca di nemici, ma tutto sembrava assolutamente pacifico. Questo almeno fino al giorno in cui arrivò nel loro cassetto la forbice. Si trattava di una bella forbice argentata, che si dava moltissime arie. «Ma che aria pigra si respira qui dentro.» Fu questa la prima cosa che disse, dopo essere stata messa nel cassetto. «Ricordo di aver visto molti militari nella mia vita, ma voi, mio dio, avete veramente un'aria dimessa e polverosa. Per non parlare poi di quelle pance che vi ritrovate...» «Effettivamente siamo un po' ingrassati» pensò il tenente Cucchiaino guardandosi intorno, ma non lo disse.

«Signora» disse invece rivolgendosi alla forbice «non sapete cosa state dicendo. Io e le mie truppe siamo sul punto di partire per il campo di battaglia, una missione pericolosissima ci attende.»

«Evviva» gridarono i cucchiai, che non ne avevano molta voglia, ma si erano sentiti molto offesi dalle parole della forbice. Così iniziarono le manovre.

Indossarono le loro vecchie divise, armarono i fucili e si misero in marcia. Dopo alcune ore avevano finalmente raggiunto il tavolo da pranzo; qui era stato appoggiato un piatto pieno di cibo.

I cucchiai si sistemarono intorno.

«Questo è il campo di battaglia da cui sferreremo l'attacco.» Disse il tenente Cucchiaio.

«Nel piatto troverete tutte le munizioni di cui avrete bisogno.»

«Molto bene, signor tenente» ribatté il sottotenente «ma se posso chiedere, signore, contro chi combattiamo?».

«Che domanda insulsa!» esclamò infuriato il tenente che non sapeva cosa rispondere.

«Combatteremo contro i nemici, è ovvio. Preparate le munizioni.»

I soldati si disposero in fila. Ciascuno caricò una pallottola di pappa.



«Fuoco!» urlò il tenente. E il primo cucchiaino sparò. Il boccone attraversò la cucina e volò dall'altra parte del tavolo, dove stava entrando in quel momento una bambina. Lei aprì la bocca e lo inghiottì al volo.

«Buono!» disse la bambina.

«Fuoco!» urlò di nuovo il tenente e il secondo cucchiaino sparò il suo boccone. La bambina aprì velocemente la bocca e afferrò anche questo.

«Fuoco!» si sentì di nuovo e il terzo cucchiaino lanciò il suo proiettile di cibo verso la bocca di quella bambina che fu rapida a inghiottirlo.

«Ehi, piano» disse a quel punto con la bocca piena. «Mica ce la faccio a mangiare così veloce e poi il mio papà dice che devo masticare lentamente.»

I cucchiaini si fermarono. Il tenente taceva e si grattava un orecchio.

«Signore» chiese timidamente il quarto cucchiaino, quello a cui toccava sparare. «È sicuro che quella bambina sia proprio il nostro nemico?»

«Ehm...» farfugliò il tenente che non sapeva più cosa rispondere. Intanto la bambina aveva finito di mangiare quello che aveva in bocca.

«Allora, continuiamo? Io ho ancora fame e non mi sono mai divertita tanto a mangiare.»



«Cucchiai,» disse il tenente con aria solenne «questa volta non combattiamo contro un nemico: le nostre truppe sono mobilitate per un'azione utile. Forza, diamoci da fare».
«Fuoco!» gridò allora il sottotenente e fu la volta del quarto cucchiaio. «Aahm» fece la bambina e continuarono così fino alla fine delle munizioni.

Il topo che dormiva sempre

C'era una volta un topolino che aveva sempre sonno. Dovunque si fermasse per più di un minuto si addormentava.

Fino a che era piccolo, la cosa andava bene. Lo mettevano in carrozzina e lui dormiva, lo sdraiavano su un prato e lui si addormentava, lo appoggiavano su un tappeto colorato e dopo un po' lo sentivano russare.

Col tempo si accorsero che si addormentava anche quando lo mettevano nel seggiolone; si addormentava quando stava da solo o quando giocava con i suoi fratelli: si addormentava sempre.

«Passerà quando andrà a scuola» diceva la nonna. Ma non fu così.

A scuola il topino andava volentieri, ma se stava fermo nel banco per più di un minuto sentiva la testa pesante, gli occhi gli bruciavano, le palpebre si chiudevano e in men che non si dica si addormentava.

Lo stesso capitava quando giocava a pallone. Se per caso l'arbitro fischiava il rigore e i suoi compagni ci mettevano più di un minuto a sistemarsi, ritrovavano il nostro topino sdraiato sull'erba del campo, che schiacciava un pisolino.

Succedeva dappertutto. Al parco e allo zoo.

Succedeva perfino al supermercato.

«Perché dormi sempre?» gli chiedeva la mamma.

«Non è che dormo. È solo che mi metto comodo: appoggio la schiena, distendo le gambe e le braccia, accomodo la testa su qualcosa di morbido; poi mi rannicchio e chiudo gli occhi e mi sento così bene, e improvvisamente sono addormentato.»

«Ma cosa sogni?» chiese ancora la mamma.

«Niente» rispose il topino «io immagino di volare sopra un prato verde, pieno di fiori colorati. Sento l'aria sul viso e il sole che mi scalda la schiena. Oppure immagino di passare sopra l'acqua trasparente del mare: sento il rumore delle onde — sciaff, sciaff, sciaff — che passano sotto di me. Vedo i pesci colorati che si muovono silenziosi tra le onde. E poi ancora immagino di volare tra gli alberi e di incontrare un gruppo di uccelli e partire con loro per andare in posti lontani. Oppure...»



«Non dire altro» disse la mamma facendo un lungo sbadiglio. «Credo di aver capito.»
Lo prese in braccio e si addormentò. Il topino naturalmente si addormentò di lì a poco
e il papà la sera li trovò così abbracciati, che dormivano profondamente.

Conclusioni

Mangiare e dormire sono i momenti chiave dei primi anni della nostra vita. Mangiamo dalla mamma e dal papà e poi — pian piano — arriviamo a farlo con loro. Ci addormentiamo tra le loro braccia, poi facciamo tappa nel lettone, quando ci sveglia un brutto sogno; e con il tempo impariamo a addormentarci da soli, appena capiamo che loro ci sono accanto, anche se stanno in un'altra camera.

Questi momenti rappresentano una pausa nello scorrere della quotidianità. Ci si ferma, insieme e si mangia, oppure ci si rilassa e si conclude la giornata.

Le favole hanno il grande obiettivo di costruire un rituale intimo e privato, un momento solo «nostro» — solo di questo bambino e della sua mamma —; oppure della coppia genitoriale con i suoi piccoli; o ancora della nonna, che ospita i nipotini.

Un rituale che accompagna il momento della nanna, del sonno e del necessario lasciarsi andare; oppure quello del pasto, del mangiare insieme, del condividere e parlare. Un

momento nel quale i bambini sono protagonisti, e possono scegliere i personaggi che li divertono o li rilassano di più; le trame che si adattano meglio a quel gioco a due che è sempre il racconto di una fiaba.

Ma da questi momenti di sospensione, in cui le attività si fermano per mangiare o per dormire, dipende il benessere e la tranquillità sia dei piccoli, che dei grandi. Dalla capacità che avremo avuto — come adulti — di costruire pranzi sereni e di ispirare notti tranquille, dipende il senso di armonia della nostra quotidianità.

Le storie qui riportate possono essere utilizzate sia come testi da leggere o da raccontare, che come modelli sulla base dei quali tessere, da soli o insieme ai bambini, storie diverse, personali, tagliate sui gusti dei narratori e degli ascoltatori.

Come sempre, sarò felice di leggere ogni commento e osservazione che i lettori avranno voglia di farmi pervenire all'indirizzo e-mail: e.mauti@libero.it.