

Parlare della morte ai bambini: le parole da dire e quelle da evitare

Visto che non è sempre facile parlare della morte ai bambini, e poiché ci sono alcune cose da dire e altre da tacere, ecco alcune dritte per abordare l'argomento, con semplicità e verità, parlando ai propri figli.

Le feste di Ognissanti e di Tutti i morti sono occasione per andare al cimitero, per infiorare di fiori le tombe e pregare per le anime dei defunti delle nostre famiglie. È pure il momento per rispondere alle domande dei nostri figli, e per interrogarci anche noi sulla morte e sul senso della vita. Poiché non è sempre automatico trovare le parole giuste, Aleteia ha tratto dal libro *Prune et Séraphin ont peur de la mort* [*Prune e Séraphin hanno paura della morte, N.d.T.*] (Mame) alcune piste per rispondere in modo semplice, vero e preciso alle attese dei più piccoli.

Le parole da dire

I bambini possiedono una naturale curiosità e una spontaneità che talvolta ci disarmano o c'imbarazzano, quando si tratta della morte. I loro interrogativi manifestano il bisogno di comprendere, e di là il loro bisogno di essere rassicurati. Donde la necessità di parlar loro in tutta franchezza, con parole adatte alla loro età ma non per questo meno vere. Senza la qual cosa la loro comprensione sarebbe imperfetta e il loro bisogno di sicurezza resterebbe insoddisfatto per metà. Molto spesso chiedono spiegazioni concrete. Esempio: «Che succede quando uno muore?». Non c'è alcun bisogno di lanciarsi in una lunga spiegazione metafisica. Impiegate parole precise, fattive, che si contentino di descrivere la morte il più sobriamente possibile: «Quando uno muore, il suo cuore non batte più. Lui non respira più, non si muove più. Non sente più nulla».

I bambini si proiettano e immaginano la loro propria morte o quella dei loro genitori. E allora chiedono «Anche io morirò?» oppure «Anche tu morirai?». Abbiamo l'obbligo della sincerità, non possiamo mentire su questo argomento. Però, senza negare l'ineluttabilità della morte né le difficoltà della vita, possiamo rispondere: «Noi moriremo tra tanto tempo. Saremo vecchi e tu sarai già grande. E se le cose andranno diversamente tutta la famiglia avrà cura di te». È pure l'occasione buona per spiegare il ciclo della vita:

Tutto quello che vive finisce per morire. Da principio si è piccoli, poi si cresce, si invecchia, si muore quando il corpo è troppo affaticato. Ma è meraviglioso crescere, si fanno cose nuove ogni giorno.

Parlare della morte è anche un momento in cui i bambini possono esprimere le proprie emozioni, quali la paura o la tristezza. Sta a noi rassicurarli: «È normale avere paura della morte. Anche i grandi spesso ne hanno paura». Se siamo cristiani, possiamo trasmettere loro la nostra fede e la nostra speranza nella risurrezione e nella vita eterna:

La morte è triste perché non vediamo più quelli che amiamo. Ma noi, però, crediamo che dopo la morte ci sia una vita meravigliosa con Dio, una vita di gioia e di amore che dura per sempre e che niente può fermare.

Le parole da evitare

Alcune parole, inadatte o inappropriate, utilizzate molto spesso con l'intento di addolcire la realtà, hanno poi conseguenze sull'attitudine – conscia o inconscia – del bambino. Quindi evitate di utilizzare espressioni come “addormentarsi”, “partire” o “andarsene” per spiegare la morte. Se dite a vostro figlio che suo nonno si è “addormentato”, rischia di avere molta paura di andare a letto, cioè di morire anch'egli. Allo stesso modo, se gli dite che la bisnonna “è partita” per un lungo viaggio, quello attenderà il suo ritorno oppure starà in ansia quando qualcuno di caro partirà in viaggio.

A vostro figlio non dovrete dire neppure che la nonna è morta perché era malata. Potrebbe credere che al prossimo raffreddore sia il suo turno. Preferite la verità, impiegando parole semplici: «Nonna aveva un cancro. È una malattia molto grave. Alle volte c'è qualcuno che guarisce, ma non sempre».

[traduzione dal francese a cura di Giovanni Marcotullio]



Mathilde De Robien

Aleteia, 31 ottobre 2018