

LIBRI SUI BANCHI LA RABBIA, CHE EMOZIONE!

Ogni giorno ci si arrabbia (i puristi direbbero «ci si adirna») per una miriade di motivi: per l'arroganza altrui; per quell'auto messa di traverso dietro la nostra; per il cane del vicino che abbaia ogni volta che ci sente muovere un passo; perché nostra figlia non ne vuole proprio sapere di obbedire; per l'addetto del call center di turno, che ci telefona proprio mentre stiamo leggendo l'ultimo bestseller; per il tubetto del dentifricio che il nostro partner lascia sempre aperto sul lavandino. E ci si arrabbia anche da bambini: per aver subito una sgridata ingiusta; perché i grandi non ci ascoltano; per capriccio; perché quelle due amichette ci escludono; perché arriva sempre troppo in fretta l'ora di andare a letto; perché quell'altro bambino ci ha strappato di mano l'automobilina preferita; perché è difficile e faticoso

allacciarsi le scarpe da soli. Insomma, la rabbia pervade rossa e minacciosa le nostre vite, sin dalla culla. Ma non è questo il problema: come tutte le emozioni, anche lei esiste ed è umana. Semmai, il problema è saperla gestire, imparare a controllarla, per impedire che prenda il sopravvento e che ci porti a compiere azioni di cui ci potremmo pentire (litigare col vicino, oppure mordersi sulla spalla l'avversario durante una partita dei mondiali di calcio). E per raggiungere questo tipo di apprendimento è fondamentale allenarsi. Gli educatori lo sanno bene: come dimostra una recente ricerca condotta presso il DFA e coordinata da Davide Antognazza e Luca Sciaroni (il progetto «Chiamale emozioni»), integrare l'educazione socio-emotiva a scuola, sin dall'infanzia, è decisivo per l'inserimento dell'individuo nella vita socia-



le. Le strategie sono ovviamente molte, e altrettanto ovviamente noi ci soffermeremo su una sola di esse, quella più vicina alla nostra rubrica: i libri.

Se è vero che le narrazioni sono uno dei mezzi più efficaci a disposizione dell'essere umano per allenarsi ad affrontare le situazioni della vita reale in un ambiente protetto (quello della finzione, dove tutto è possibile e confinato nel mondo fittizio del «c'era una volta»), infatti, è anche vero che le storie sono impregnate di emozioni: quelle che vivono i personaggi e quelle che viviamo per empatia noi lettori immedesimandoci nelle loro vicende. Dunque gioia, amore, paura, stupore, incredulità e tanto altro ancora. E la rabbia gode di piena cittadinanza in questo colorato cocktail emotivo. A partire dagli albi illustrati: alcune pietre miliari di questo genere letterario hanno avuto il coraggio di trattare in modo esplicito e forte le emozioni dei bambini. Si pensi al capolavoro di Maurice Sendak, Nel paese dei mostri selvaggi (di cui ci parlerà Rosan-

na Inquinta), la cui vicenda si regge su una reazione rabbiosa del piccolo Max a una sgridata materna; o all'ancora più esplicito Che rabbia! di Mireille d'Allancé (Babalibri, 2000), in cui la rabbia del piccolo Roberto prende le sembianze di un mostro rosso che cresce dentro fino a esplodere all'esterno. Oppure, la rabbia può essere materia di poesie e filastrocche, come ha mostrato magistralmente Bruno Tognolini con le sue Rime di rabbia (ce ne parlerà Cosima Stella Pozzi). O, ancora, di narrazioni più leggere, come Paolino bisticcia con Robi di Brigitte Weninger (ne parlerà Véronique Piva), che tratta proprio di un futile litigio tra due amici. Insomma, la rabbia è davvero una grande emozione. E per imparare a gestirla un sano allenamento libresco può essere un prezioso alleato.

SIMONE FORNARA