

CAPIRE LA PAURA.

Lo sviluppo della rappresentazione della paura tra i cinque e i dodici anni

Eleonora Cannoni

Chi conosce Vladimiro,/il vampiro che di sera/
esce dalla sua tomba/con una gran brutta cera?/
È vestito di un nero mantello,/sulla testa ha un largo cappello./
Con i suoi denti aguzzi/il sangue vuol succhiare,/
va in cerca di viventi/che vuole spaventare./
Ma è solo una finta,/é tutta fantasia,/
ed ecco dai tuoi sogni/il vampiro scappa via.

C. Albaut, *Il vampiro* (1996)

In questo lavoro affronteremo il tema della rappresentazione della paura in età evolutiva. L'argomento ci sembra particolarmente attuale poiché a seguito di vicende tragiche, in cui alcuni bambini sono stati vittime di violenze da parte di adulti, i mass media hanno insistentemente dibattuto sulla capacità infantile di valutare correttamente le persone incontrate e le situazioni in cui si vengono a trovare. Molti genitori sono in apprensione, temono che i propri figli non sappiano riconoscere i segnali di pericolo, in particolare, che non provino paura. Sono preoccupazioni fondate? A che età un bambino sperimenta l'emozione paurosa? In che modo la gestisce?

Cercheremo di rispondere a questi interrogativi presentando in breve alcune ricerche di tipo evolutivo sulla paura, tracciandone lo sviluppo normale, e soffermandoci sui risultati di uno studio condotto con bambini dai cinque ai dodici anni che ci hanno raccontato le loro idee sulla paura.

LA PAURA E LE SUE FUNZIONI. – Tutti conosciamo il significato del termine “paura”, eppure ognuno di noi può averne un’accezione propria o utilizzarlo in contesti radicalmente differenti tra loro. L’intensità dell’emozione sperimentata può variare lungo un *continuum* che va “da uno stato di incertezza soffusa di preoccupazione e rammarico, come in frasi del tipo ‘ho paura che lo zucchero sia finito’, ‘ho paura che stia per piovere’ [fino ad] uno stato pervasivo e quasi senza “oggetto” più appropriatamente definibile come terrore o panico (D’Urso e Trentin, 1998, p. 297).

Al pari delle altre emozioni primarie, la paura riveste un ruolo fondamentale per l’adattamento: promuovere l’integrità fisica e psicologica di un individuo (Saarni, Mumme e Campos, 1998). Grazie all’attivazione di particolari reazioni fisiologiche, il soggetto che ha paura si trova nelle condizioni migliori per affrontare il pericolo (attivando l’aggressività) o per sottrarsi ad esso, fisicamente (attraverso la fuga) e psicologicamente (mediante comportamenti di sottomissione). In quest’ultimo caso, la paura interpersonale contribuisce a garantire l’ordine sociale, consentendo a livello sia macro- che micro-sociale la formazione di gerarchie di potere. Un’altra funzione importante della paura è quella di promuovere l’apprendimento delle caratteristiche di pericolosità. Infine, la paura, al pari delle altre emozioni, è un importante segnale sociale. Grazie ad una rapida trasmissione interpersonale (il cosiddetto “contagio emotivo”) le emozioni permettono di attribuire significato alla situazione in corso e di condividere rapidamente con gli altri tale significato: nel caso della paura, si tratta di mettere gli altri in allerta. (sul ruolo della comunicazione delle emozioni in un contesto relazionale si vedano alcuni recentissimi studi in von Salish e Saarni, 2001).

ORIGINI E CARATTERISTICHE DELLA PAURA. – La paura può essere provocata da cause differenti, *interne* (pulsioni, emozioni, processi cognitivi legati all'abilità di anticipazione) oppure *esterne* (persone, animali, oggetti, eventi del mondo esterno) (Izard, 1977). Tutte queste cause hanno alla base un processo di percezione e di valutazione di uno stimolo: solo al termine di tale processo è possibile attribuire allo stimolo l'eventuale qualifica di pericoloso (Frijda, 1986). La necessità di una valutazione spiegherebbe anche le differenze intersoggettive tra le cause della paura: alcune paure sono estremamente comuni, altre sono legate a caratteristiche dell'individuo (contesto culturale, età, genere sessuale). In termini generali, si riscontrano paure *realistiche*, in situazioni che effettivamente possono minacciare la sopravvivenza dell'individuo (pensiamo ad esempio alla paura infantile di essere abbandonati), mentre altre sono *irrazionali*, poiché si riferiscono ad eventi che hanno una bassissima probabilità di costituire un pericolo reale per la persona (per esempio la paura dei temporali). Ci sono paure *innate* (alcuni studiosi considerano tali la paura dei ragni e quella dei serpenti), ma tante nascono e si diffondono nel corso della vita a seguito di accadimenti tragici o comunque penosi, e dello sviluppo di nuovi atteggiamenti e prescrizioni sociali (D'Urso e Trentin, 1998). L'apprendimento della paura è spesso un metodo educativo, per avere l'obbedienza del bambino, scoraggiare certi comportamenti, promuovere reazioni di evitamento.

*I bambini
e la paura*

In linea generale, gli studiosi dello sviluppo sono oggi concordi nel riconoscere al bambino una precoce competenza emotiva. Diverse ricerche hanno evidenziato come i bambini, in vari momenti del loro primo anno di vita, siano in grado di produrre espressioni emotive riconducibili a gioia, dolore e

rabbia e di modularne l'intensità, nonché di riconoscere le mimiche emotive (Tallandini, 1999). Nel corso del secondo anno essi diventano progressivamente in grado di comprendere le emozioni, decifrando i messaggi trasmessi attraverso l'espressione emotiva. Secondo alcuni autori (Hoffman, 1982), intorno ai 14 mesi gli infanti mostrano delle capacità empatiche: comprendono il sentimento altrui e provano a modificarlo utilizzando azioni appropriate. Anche la gestione delle emozioni prende il via precocemente: tra i due e i tre anni i bambini iniziano ad esprimere un'emozione che non provano in quel momento (ad esempio nel corso di un gioco simbolico). La dissimulazione emotiva ha inizio tra i tre e i quattro anni, quando si impara ad esibire una particolare emozione in un determinato contesto. Intorno ai sei anni la dissimulazione diventa consapevole e deliberata (Harris, 1989) e i bambini sono in grado di occultare le proprie emozioni (ad esempio, quando ricevono un regalo possono sorridere e ringraziare, anche se il dono non è stato particolarmente gradito). Secondo alcuni autori, tuttavia, bisognerà aspettare la media fanciullezza perché il controllo dell'espressione emotiva sia utilizzato spontaneamente (Zammuner, 1993). Lo sviluppo della capacità di rappresentare contemporaneamente aspetti o implicazioni diverse di un evento procede di pari passo con l'evoluzione della consapevolezza che emozioni differenti possono coesistere: a sei anni i bambini ritengono che una situazione può suscitare sentimenti diversi (Cowan, 1982), ma in sequenza, mentre intorno ai dieci anni l'ambivalenza viene pienamente riconosciuta. All'interno di questa cornice generale sullo sviluppo emotivo, possiamo ora collocare una serie di dati sull'emozione di paura.

ORIGINI EVOLUTIVE DELLA PAURA. La paura vera e propria si riscontra con certezza intorno agli otto-

nove mesi di vita, quando il bambino è in grado di distinguere un volto familiare (ad esempio quello della figura di accudimento) dal volto di un estraneo, di fronte al quale reagisce mostrando segni di disagio. Ma ancor prima di questo momento, l'osservazione del comportamento infantile consente di individuare dei precursori allo sviluppo dell'emozione di paura, che si collocano in periodi evolutivi ben precisi (Sroufe, 1995). Nella cosiddetta *prospettiva organizzazionale*¹, gli studiosi parlano di un sistema "circospezione/paura", che si evolve in parallelo al sistema "gioia/piacere". Nel primo stadio di tale sistema (dieci-quindici giorni di vita) si osservano reazioni di disagio prodotte da un accumulo di eccitazione e del tutto indipendenti dal contenuto degli stimoli che le provocano. Ad esempio, il neonato può essere "catturato" da uno stimolo visivo senza riuscire a staccarsene, se non attraverso un forte pianto: si tratta di una situazione di blocco psicologico e di crescente tensione definita come "*attenzione forzata*", che può essere considerata un precursore della paura. Un altro precursore è costituito dalla *circospezione*: un bambino di quattro mesi posto di fronte ad un estraneo immobile, con il volto accigliato, mostrerà una reazione di disagio. A differenza del neonato, egli è capace di distogliere la propria attenzione, ma la concomitanza di elementi noti e non, associata alla salienza dello stimolo (volto umano) attrae il bambino e lo spinge a uno sforzo di assimilazione, impedendo l'interruzione della relazione e determinando un'attivazione crescente e non modulata, che sfocia nel disagio. Nessuna di queste due reazioni di disagio può essere considerata una vera e propria reazione di paura, poiché mentre la paura è pressoché immediata, nell'attenzione forzata e nella circospezione vi è un certo lasso temporale tra la percezione dello stimolo e la produzione della rea-

zione negativa, dovuto al progressivo accumulo della tensione.

La paura intesa in senso proprio compare solitamente entro il primo anno di vita, quando i bambini manifestano reazioni negative immediate di fronte ad un estraneo che interagisce con loro senza un sufficiente periodo di familiarizzazione. Si tratta di una reazione categoriale negativa, cioè l'estraneo viene assimilato ad una categoria di eventi avversivi e questa assimilazione genera paura (Emde *et al.*, 1976). Il passaggio dai precursori all'emozione vera e propria è determinato quindi dall'attribuzione soggettiva di un significato negativo allo stimolo. Questo significato si espande e si arricchisce nei mesi successivi, grazie alle nuove risorse cognitive del bambino (ad esempio la maggiore capacità di cogliere segnali ambientali non troppo evidenti) e all'aumento delle sue esperienze. Intorno ai nove mesi, contemporaneamente all'aumento sia nell'intensità che nella frequenza delle reazioni aversive, nel sistema "gioia/piacere" si forma un'effettiva relazione di attaccamento: le preferenze sociali si consolidano e il bambino mostra chiaramente di prediligere i *caregiver*. La madre, figura di attaccamento primaria, diventa per il bambino un punto di riferimento cui rivolgersi, soprattutto in situazioni ambigue, per regolare le proprie emozioni e il proprio comportamento (è il cosiddetto fenomeno di "riferimento sociale" rilevato da varie ricerche sperimentali illustrate in Sroufe, 1995).

FONTI E CONTENUTI DELLA PAURA. Sembra che prima dei sei anni per un bambino sia difficile identificare e comprendere con precisione le situazioni paurose. Secondo alcuni autori queste difficoltà possono derivare dalla complessità dell'espressione mimica associata all'emozione di paura e dal fatto che raramente i bambini sono esposti a espressioni di paura

estrema (Dehnam, 1998). Con il crescere dell'età aumenta progressivamente la capacità di riflettere sulle proprie emozioni, sulla loro natura e sulle cause che le scatenano. L'incremento progressivo delle abilità introspettive si accompagna a quello delle competenze comunicative: la maggiore padronanza linguistica consente ai bambini più grandi di spiegare in modo sempre più efficace e approfondito le proprie paure e facilita la nostra comprensione del cambiare delle paure nel corso dell'arco di vita.

A partire dai tre-quattro mesi fino ai quattro anni i bambini mostrano disagio se sottoposti a *stimoli improvvisi* (ad esempio la perdita di appoggio, l'avvicinamento rapido di oggetti, la percezione di movimenti bruschi o di suoni acuti) che provocano la cosiddetta "reazione d'allarme". Il periodo che va dai sei ai ventiquattro mesi è invece caratterizzato dalla paura della *solitudine* e dalla paura dell'*ignoto*, ovvero di uno stimolo che non corrisponde "(...) né ad una esperienza precedente né a una configurazione percettiva, motoria o concettuale per cui sia già previsto uno schema adattivo di reazione" (Oliverio Ferraris, 1980, p. 69). In realtà la paura dell'ignoto, che spesso assume la forma di un atteggiamento di evitamento, coesiste con una forte attrazione verso le novità, generando così uno stato di ambivalenza per la cui risoluzione può essere indispensabile l'intervento dell'adulto. Crescendo, il bambino diverrà sempre più in grado di gestire autonomamente sia la paura dell'ignoto che quella della solitudine.

Al termine del secondo anno fanno la loro comparsa la paura degli *animali* e quella del *buio*, che aumentano progressivamente raggiungendo un picco tra i cinque e gli otto anni. In realtà queste due paure possono essere considerate come derivate dalle precedenti, in quanto in esse il bambino sperimenta un vissuto di estraneità dovuto alla novità della si-

tuazione in cui si trova e alla scarsità di controllo che può esercitare su di essa. Allo stesso filone appartengono la paura dei *mostri* o di personaggi fantastici come vampiri, fantasmi, e creature simili, il cui aspetto varia a seconda delle culture e anche delle mode.

Nell'età scolare aumentano le paure legate al proprio *ruolo sociale* (per esempio la paura di andare male a scuola) e al *confronto interpersonale* (come la paura di essere rifiutati dal gruppo dei pari, o quella di parlare in pubblico). Queste ultime si intensificano nella fase adolescenziale, un delicato periodo di transizione caratterizzato anche dall'acuirsi di paure legate al proprio *aspetto fisico* e alla sua conformità rispetto a modelli socialmente condivisi (ad esempio la paura di essere grassi) (Oliverio Ferraris, 1980).

Ricerche differenti hanno infine mostrato come il crescere dell'età si accompagni ad una complessiva diminuzione delle paure (ad esempio Spence e McCathie, 1993) e a un cambiamento qualitativo degli stimoli che le innescano, legati più al mondo della fantasia in età prescolare e alla realtà quotidiana a partire dai primi anni di scuola elementare, con un passaggio che va da una dimensione di concretezza e irrealità ad una di astrattezza ma allo stesso tempo di realismo (Falorni e Smorti, 1984; Stevenson-Hinde e Shouldice, 1995). Tuttavia ci sono anche paure che non scompaiono con la crescita, ma accompagnano la persona per tutta l'esistenza. In una certa misura, si può sempre temere la solitudine, l'ignoto o il rischio di "perdere la faccia"; quasi inevitabili sono poi la paura del *dolore* e quella della *morte*. L'intensità di questi timori potrà variare in sintonia con le risorse, le circostanze situazionali (ad esempio la malattia) e il momento evolutivo dell'individuo (generalmente queste paure si acutizzano nella vecchiaia). Tra le variabili non evolutive, anche il genere sembra

influenzare la paura: diversi studi hanno evidenziato che le femmine mostrano più paure dei maschi. L'assunto implicitamente condiviso nella nostra cultura è che le femmine siano costituzionalmente più sensibili alle emozioni, ma in realtà gli studiosi propendono per una spiegazione che tiene in maggiore considerazione l'influenza delle aspettative legate al ruolo sessuale: le femmine sono legittimate ad avere paura e dunque è più probabile che ne parlino, mentre i maschi che mostrano o confessano di essere paurosi vengono stigmatizzati (Gullone e King, 1997).

*Parliamo
della paura:
uno studio
empirico*

Ispirati dalle ricerche sopra esposte, abbiamo deciso di studiare le rappresentazioni della paura nei bambini, per verificare quali effetti possono avere su di esse l'età e il genere, e abbiamo focalizzato l'attenzione sulla paura indotta dalle persone. La nostra aspettativa è che già a cinque anni i bambini abbiano una rappresentazione adeguata della paura, che con la crescita cambino i contenuti di questa emozione e che le femmine, a causa della loro maggiore familiarità con il linguaggio emotivo, manifesteranno la paura in modo più esplicito dei maschi.

La ricerca ha coinvolto quaranta bambini e quaranta bambine tra i cinque e i dodici anni, di ceto sociale medio-alto, provenienti da una grande città del centro Italia, con cui si è entrati in contatto presso istituti scolastici di un unico plesso (dopo aver ottenuto i necessari consensi).

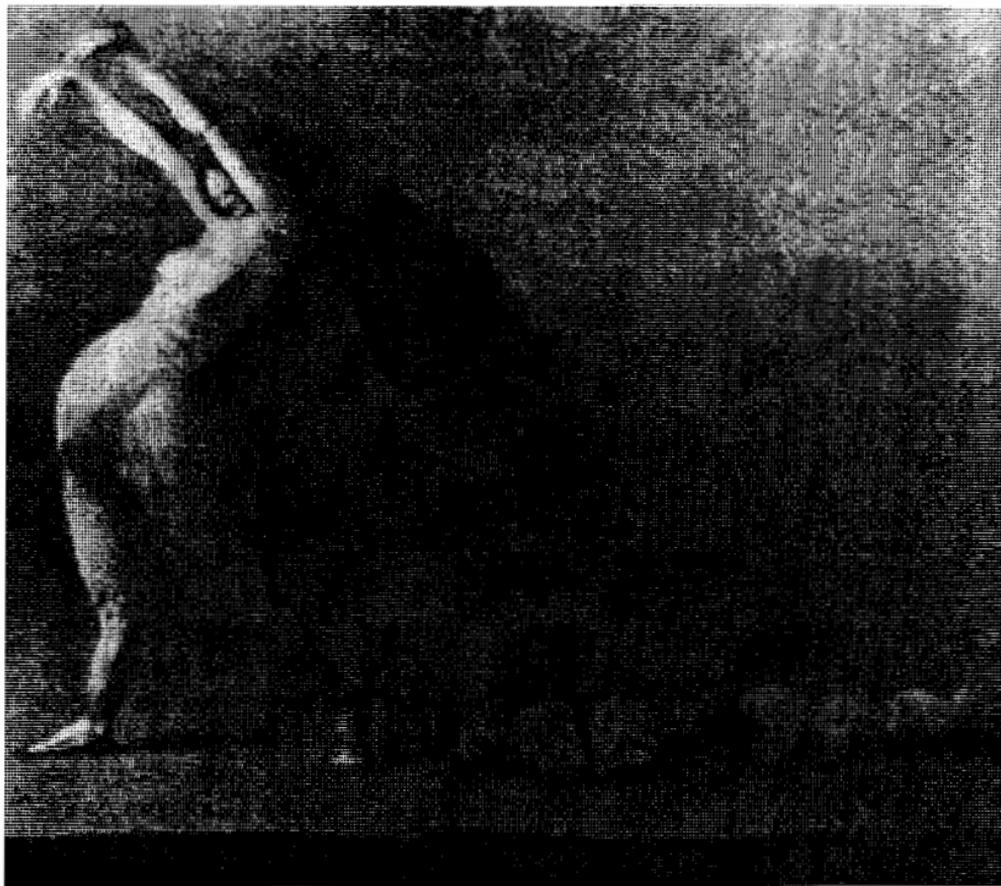
La procedura di indagine, liberamente ispirata ad uno studio di Nigro e Galli (1992), è stata quella del "colloquio piagetiano" (Lis *et al.*, 1995), ovvero un'intervista semi-strutturata che, partendo da domande standard, si snoda in diverse direzioni a seconda delle risposte del bambino, seguendo comunque una traccia che include una serie di argomenti ben definiti.

Prima di iniziare il colloquio ai bambini veniva chiesto di eseguire due disegni: in uno si dovevano raffigurare insieme ad *una persona che incute paura*, nell'altro, per contrasto, insieme ad *una persona che ispira sicurezza*. Questa richiesta ci ha permesso di indagare la rappresentazione pittorica della paura in una situazione relazionale in cui il bambino è protagonista e ci ha fornito uno spunto e un'attivazione rispetto ai contenuti da indagare con il colloquio. Subito dopo aver disegnato, ciascun bambino è stato sottoposto al colloquio individuale, le cui domande miravano ad indagare aree tematiche diverse (la traccia completa del colloquio è riportata in *Appendice 1*).

Le risposte sono state successivamente codificate, area per area, in categorie individuate sulla base di una lettura preliminare dei protocolli². Le categorie così ottenute sono state sottoposte, al test del chi quadrato (categorie mutuamente esclusive) o ad analisi fattoriale (categorie non mutuamente esclusive); i dati tecnici sulle analisi fattoriali sono riportati in *Appendice 2*.

In questa sede ci soffermeremo ad analizzare solo una parte delle risposte al colloquio, ovvero le aree che indagano le caratteristiche della paura, le sue cause, la capacità del bambino di riconoscerla e di fronteggiarla; i dati emersi dai disegni sono invece discussi in Cannoni (2001).

CHI FA PAURA. Il tipo di personaggi disegnati è stato il primo argomento del colloquio. Si è visto così che, mentre la scelta del partner sicuro è stata pressoché unanime (quasi tutti hanno rappresentato un adulto significativo), quella del partner temibile no: i più piccoli hanno individuato soprattutto personaggi immaginari (mostri, fantasmi, diavoli, ecc.) mentre i più grandi hanno attinto dalla vita quotidiana, scegliendo adulti estranei o devianti (rapinatori, tossicodipendenti, malati mentali, barboni). Quindi, se



da un lato il senso di sicurezza si sviluppa nell'ambito di una relazione di attaccamento, dall'altro l'affermazione di una visione progressivamente sempre più realistica del mondo sociale fa sì che la paura infantile, inizialmente rivolta verso personaggi che non esistono, si sposti poi nella relazione con persone vere, dai ruoli ben definiti e socialmente condivisi. Per quanto riguarda il genere, sono soprattutto i bambini a scegliere come partner temibile un aggressore o un personaggio fantastico, mentre le bambine privilegiano gli adulti sconosciuti.

Il progressivo spostamento dell'attenzione dal piano della fantasia a quello della realtà sembra tuttavia confinato all'identificazione dei personaggi "pericolosi". Difatti la maggior parte dei bambini intervistati dichiara di avere rappresentato una situazione immaginaria e di non aver mai incontrato il personaggio disegnato. Questo dato può essere spiegato in parte dalla oggettiva vigilanza degli adulti, che protegge i bambini da incontri pericolosi, e in parte dalla messa in atto di meccanismi a carattere difensivo, che consentono di prendere le distanze da esperienze emotivamente disturbanti. Osservando le differenze di genere, vediamo tuttavia che le bambine sono molto più propense a dichiarare di avere effettivamente incontrato il personaggio "pauroso". Poiché ci sembra improbabile che le femmine siano meno protette dei maschi, possiamo azzardare da un lato l'ipotesi di una loro più precoce maturità sociale, dall'altro quella della loro maggiore legittimazione sociale all'uso di un linguaggio emotivo. Inoltre dobbiamo tenere conto anche dell'influenza che il tipo di personaggio scelto può aver avuto sulla risposta a questa domanda: per fortuna i fantasmi esistono solo nella fantasia ed è più facile vedere un rapinatore in un telefilm piuttosto che incontrarlo in carne ed ossa nelle strade del quartiere, mentre di sconosciuti è pieno il mondo!

PERCHÉ QUALCUNO FA PAURA. Sulle ragioni per cui un dato personaggio fa paura, maschi e femmine vanno di pari passo. Fino ai nove anni una buona parte dei bambini non sa spiegare perché ha paura; alcuni tuttavia, forse maggiormente dotati di capacità di analisi, hanno saputo rispondere a questa "domanda difficile". Tra questi, i più piccoli centrano la loro attenzione su attributi fisici del personaggio, ad esempio il suo sguardo cattivo o la bruttezza. Marta, sei anni, ha paura di una sua amichetta "(...)

perché, ha gli occhi neri, e io poi, quando dormo la sera, ho paura degli occhi neri, degli occhi marroni, insomma degli occhi scuri".

Dai sette anni in poi, invece, l'attenzione si sposta sul suo comportamento che può essere imprevedibile, fastidioso, minaccioso o fisicamente lesivo. Davide, nove anni e quattro mesi, dice di avere paura dei drogati "(...) *perché sono matti, se gli dai fastidio possono fare qualcosa che non ti aspetti*".

COME RICONOSCERE LA PROPRIA PAURA. Accanto a questa competenza nell'osservare chi sta di fronte, ne troviamo un'altra fondamentale, ovvero l'abilità di riconoscere la propria paura. Analizzando le risposte fornite dai bambini alla domanda "*Come fai a sapere quando hai paura?*", è stato possibile individuare alcuni fattori collocabili lungo una dimensione di internalizzazione/esternalizzazione. Ad un estremo, infatti, troviamo delle risposte accomunate dall'idea del "*guardarsi dentro*" (Fattore 1: *Mi guardo dentro*), ovvero un'attenzione tutta orientata all'ascolto di segnali provenienti dal proprio interno, al riconoscimento e alla successiva valutazione cognitiva degli stati d'animo provati. Noemi, nove anni e cinque mesi, dice che ha paura "*Quando mi sento insicura, quando so che devo fare una cosa però non sono capace e mi preoccupa, sono ansiosa e per quelle cose ho un po' di paura*".

Un altro gruppo di risposte ha come denominatore comune il ricorso *all'osservazione del proprio comportamento* per decodificare che cosa sta accadendo (Fattore 4: *Le mie azioni parlano da sole*). Flavio, nove anni e sette mesi: "*Perché scappo sempre*".

Più spostati sul versante dell'esternalizzazione troviamo invece *l'osservazione della persona che si ha di fronte*: i suoi attributi fisici o morali, ma anche il ruolo che ad essa viene attribuito dal bambino o dalla società (Fattore 2: *Osservo chi ho di fronte*).

Filippo, otto anni: *"Beh, per il tipo di persona, per il tipo di persona com'è. Infatti io ho visto un signore un po' malconco, un po' bruttarello e mi sono messo un po' paura"*.

Infine l'osservazione della situazione in cui ci si trova, in termini sia positivi (presenza di segnali minacciosi) che negativi (assenza di elementi protettivi, ad esempio i genitori) (Fattore 3: Dipende dalla situazione). Giacomo, sei anni e due mesi, riconosce di aver paura *"Perché non ci sono mamma e papà"*.

Mentre i bambini più piccoli basano principalmente le proprie valutazioni emozionali sull'osservazione di indizi provenienti dall'esterno (Fattore 3: *Dipende dalla situazione*), i più grandi si affidano principalmente all'introspezione, che viene progressivamente assunta come chiave di lettura privilegiata delle proprie emozioni (Fattore 1: *Mi guardo dentro*). Roberto, undici anni e undici mesi: *"Sento un senso di eliminazione, un senso che qualcuno mi caccia via, che mi mette da parte. La mia paura è questa, perché io sono un giocherellone, un sacco giocherellone e non mi piace stare al di fuori degli altri"*.

Dunque, fino a sette anni la concezione delle emozioni è legata alla presenza di una situazione emotivamente pregnante che determina una reazione emotiva visibile. Al contrario, nella comprensione delle emozioni da parte dei bambini più grandi il dato oggettivo, pur senza perdere valore informativo, viene ad assumere un ruolo secondario, mentre la via di accesso alle emozioni è costituita primariamente dalla lettura delle proprie reazioni emotive e dei processi mentali che le accompagnano.

VISIBILITÀ DELLA PAURA. Alla domanda *"Quando hai paura, anche gli altri lo possono vedere, o no?"*, circa la metà dei bambini di tutte le età sostiene che la paura non è riconoscibile da un altro. Sono soprattutto i piccoli fino agli otto anni a negarla, mentre ol-

tre questa età i bambini la relativizzano riconducendola alla presenza di circostanze o indizi situazionali.

Dall'analisi fattoriale condotta sulle risposte alle domande "Come fanno a vederlo?" e "Come mai non lo possono vedere?" sono emersi cinque fattori. In *primis* la paura è riconoscibile perché l'altro osserva e partecipa alla stessa situazione paurosa, e dunque ne percepisce gli elementi che suscitano allarme (Fattore 1: *Partecipazione all'evento*). Luca, cinque anni e undici mesi: gli altri si rendono conto della sua paura "...da quello che c'è, da quello che sta succedendo".

Il secondo fattore, denominato "empatia", mostra che l'emozione viene trasmessa da una persona all'altra per una sorta di contagio empatico. Sara, otto anni e un mese: "Per esempio, se io ho paura anche altre persone avranno paura, forse non proprio paura, ma saranno un po' preoccupate".

Secondo altri bambini (Fattore 3: *Trasparenza delle azioni*) la paura viene resa visibile dal nostro comportamento, pertanto basta osservare quello che facciamo per capire cosa proviamo. Fabrizio, sette anni e due mesi: "Beh, solo se faccio mosse, per esempio di paura. Tipo se io ho davanti uno che mi fa paura e io faccio qualcosa, lo possono capire, ma se non faccio niente, no".

La dimensione introspettiva è invece predominante nel quarto fattore, "Carattere interno della paura": la paura può essere ben nascosta e dunque sfuggire anche ad un'attenta osservazione del comportamento o delle reazioni fisiologiche del soggetto. Emanuele, otto anni e sette mesi: "Io resto calmo anche quando ho paura e gli altri quindi non se ne possono accorgere".

Infine, nell'ultimo fattore, "Confessabilità della paura", gli altri possono riconoscere la paura solo se il bambino la dichiara esplicitamente, mentre non

possono inferirla sulla base del fatto che conoscono il bambino. Mattia, nove anni e otto mesi: *"Gli ho già spiegato tutte 'ste cose che mi fanno paura e magari lo possono anche pensare di questo posto così"*.

Il bisogno di ricorrere ad elementi esterni e di essere testimoni oculari (Fattore 1) è l'unico tra i fattori che abbiamo individuato a decrescere con l'età.

Il genere ha un effetto nei fattori "1" e "4": i maschi appaiono meno maturi delle femmine, poiché restano legati alla situazione concreta che suscita l'emozione, dimostrando al contempo minori capacità di astrazione e introspezione. Inoltre i maschi sembrano più propensi a mascherare le proprie reazioni paurose, forse in virtù dell'adesione ad uno stereotipo culturale secondo cui paura equivale a debolezza, e i maschi devono essere forti e coraggiosi e non possono mai mostrare segni di cedimento, mentre è tollerato, anzi, fa parte della loro natura, che le femmine lo facciano.

STRATEGIE DI DIFESA DALLA PAURA. Nell'ultima parte del colloquio abbiamo affrontato il tema delle strategie per difendersi dalla paura. La scelta di questo argomento da una parte ci ha permesso di valutare quali risorse il bambino sa di avere (cioè la sua autoconsapevolezza), dall'altra ha svolto una funzione di restituzione, necessaria in una ricerca eticamente condotta su un tema potenzialmente disturbante: infatti pensare a come difendersi dalla paura evidenzia la legittimità di ammettere la propria emozione e permette di focalizzare le proprie risorse. Contrariamente a quello che ci si poteva attendere, non abbiamo riscontrato differenze evolutive né di genere. Le risposte fornite dai bambini si sono organizzate in tre fattori. Abbiamo chiamato il primo fattore *"Arrangiarsi da sé"* in quanto secondo una parte dei bambini di fronte al pericolo non bisogna chiedere o aspettarsi l'aiuto altrui ma occorre agire, al-

lontanandosi dal pericolo o facendo in modo che il pericolo si allontani. Vanessa, undici anni e dieci mesi: *"Quando ha paura potrebbe scappare, urlare e aggredire se vede proprio le brutte"*.

La necessità di agire è ancora più marcata nel secondo fattore (*Agire nella situazione*). Questo fattore sembra esprimere proprio la forte valenza adattiva della paura, che a volte paralizza ma altre volte mobilita le energie e costituisce una motivazione all'azione. Noemi, nove anni e cinque mesi: *"Beh, se c'ha tanta, tanta paura scappare, sennò conoscere bene la persona e se scopre che è una persona cattiva te ne vai, se scopri che è una persona buona, ci chiacchieri e ci fai amicizia"*.

L'ultimo fattore richiama le capacità di autocontrollo dell'individuo (Fattore 3: *Controllarsi*). Secondo alcuni bambini per vincere la paura non bisogna avere reazioni emotive (ad esempio tremare, sudare o piangere). Al contrario, occorre mantenere la calma: riflettere sulle proprie sensazioni, ragionare per capire qual è la soluzione migliore, cercare di sdrammatizzare. Moreno, dieci anni e quattro mesi: *"Beh, se è una paura proprio forte potrebbe forse scappare, invece se è una paura un po' più piano, può ragionare meglio, cercare di vedere meglio"*. Sara, undici anni e nove mesi: *"Ehm, deve ... che ne so ... cercare di stare più calma"*. Valerio, sette anni e dieci mesi: *"Mah, io l'unica cosa che so è che deve combattere la paura. Io una volta ce l'ho fatta. Se tu ti dici: non esistono i fantasmi non esistono i fantasmi, magari ce la fai"*.

Le parole di molti bambini intervistati lasciano trasparire la capacità di modulare la reazione sulla base della valutazione dell'entità del pericolo e della paura provata: anche nel caso delle situazioni paurose, come si suol dire, non si può fare di tutta l'erba un fascio!

Conclusioni

Ripercorrendo in breve il percorso evolutivo che abbiamo tracciato, vediamo che già a cinque anni i piccoli intervistati hanno delle idee abbastanza precise sulla paura, anche se la centratura del pensiero su dati materiali, concreti e facilmente identificabili, limita le loro capacità introspettive e metacognitive. A questa età i personaggi di fantasia sono i protagonisti principali delle paure dei bambini, che tuttavia sono perfettamente in grado di riconoscerne l'irrealità. Questo modo di pensare, che "sposa la fantasia" pur riconoscendola tale, è lo stesso che il bambino utilizza nel gioco e, proprio come in quel caso, svolge una precisa funzione adattiva. Esso permette infatti di prendere le distanze da una realtà rispetto cui si è fragili o addirittura impotenti (come potrebbe essere un bimbetto di asilo di fronte a un rapinatore), e collocare la propria paura (reale!) in un mondo immaginario su cui si può intervenire assumendo a propria volta forza e coraggio "da gigante". È invece difficile per i bambini prescolari spiegare perché si ha paura e quali siano le manifestazioni percepibili di questa emozione: quelli che ci riescono, si appoggiano a caratteristiche visibili del partner e di sé. Forse il compito di interpretare la paura è meno "urgente", visto che a questa età si dovrebbe poter contare non solo su una attiva protezione dal pericolo, ma anche su un aiuto degli adulti "a capire".

A sette anni il partner inizia a diventare più reale e ad assumere i connotati di un rapinatore o di un adulto di altro tipo, anche se la dimensione immaginaria permane, in quanto una buona parte dei bambini afferma di non aver mai incontrato il personaggio disegnato. Questo si lega anche al fatto che l'identificazione della pericolosità è ancora legata a indizi vistosi, e quindi sono indicate come temibili delle persone che un bambino di sette anni di ambiente borghese difficilmente incontrerà. La mag-

gior parte dei bambini imputa l'aver paura al comportamento dannoso dell'altro, mentre c'è ancora confusione tra quali siano gli elementi che segnalano la paura, con una coesistenza di fattori esterni e interni.

I bambini di nove anni individuano il partner che incute paura prevalentemente in un adulto, spesso effettivamente incontrato, il cui comportamento costituisce un segnale di allerta. È iniziato un processo di allargamento dello spazio di libero movimento, che porta il bambino ad allontanarsi più spesso dalla diretta sorveglianza dell'adulto, e dalle "zone protette" dell'ambiente di vita. Nel contempo il bambino comincia a farsi più attento osservatore di ciò che vede, in parallelo al crescere delle sue informazioni sul mondo e all'aumento delle sue abilità cognitive di base. Riesce quindi a "leggere" segnali sociali più sottili e a identificare come temibili anche persone apparentemente innocue. In questo, pesa probabilmente anche la sua stessa, crescente, capacità di dissimulare le emozioni, e l'aumentata abilità di decentrarsi, per cui può attribuire agli altri esperienze e modi di pensare che ha sperimentato per se stesso. La consapevolezza delle regole di esibizione delle emozioni è probabilmente ciò che fa comprendere, a questa età, come la paura possa essere riconosciuta anche dagli altri, ma con visibilità diversa a seconda delle circostanze.

Per gli undicenni, infine, il partner temibile conserva le stesse caratteristiche di realtà che aveva assunto nella fascia di età precedente. Anche le motivazioni e la visibilità della paura restano le stesse, mentre cambia in modo drastico, in linea con l'acquisizione del pensiero logico astratto, il criterio che permette di riconoscere l'emozione della paura, che diventa di tipo introspettivo.

Per quanto riguarda le differenze di genere, esse

si riscontrano innanzitutto nella scelta del partner temibile: i maschi immaginano incontri con personaggi di fantasia o con aggressori, mentre le femmine temono incontri reali con adulti sconosciuti. Inoltre i bambini risultano più propensi delle bambine a sottolineare che la paura può essere nascosta e che la visibilità è dovuta soprattutto all'essere spettatori della situazione paurosa. Si tratta di prospettive congruenti con le diverse forme della socializzazione emotiva dei bambini e delle bambine, cui abbiamo fatto cenno nell'introduzione, e che non alterano sostanzialmente le scansioni evolutive principali.

I dati che abbiamo raccolto ci sembrano, tutto sommato, rassicuranti. *In primis*, esistono delle abilità che restano invariate lungo l'arco evolutivo da noi esaminato, e che possono essere considerate una sorta di competenza emotiva di base riguardo alla paura: riuscire a provarla, a riconoscerla e, in un modo o nell'altro, a difendersene. Inoltre i bambini iniziano abbastanza presto a individuare correttamente i segnali che caratterizzano una situazione relazionale come potenzialmente pericolosa, e di conseguenza a mettere in atto comportamenti protettivi rispetto ad essa, sia nella forma di strategie interne di contenimento della paura, sia nella forma di strategie esterne di fuga o di richiesta d'aiuto (possiamo per inciso notare che i bambini non si sono mai proposti di contrattaccare con azioni avventate la persona temibile né hanno sottovalutato il campanello d'allarme della paura). Le rappresentazioni infantili della paura diventano progressivamente più precise e assumono un ruolo sempre più adattivo, in parallelo con lo sviluppo della personalità e con l'arricchimento esperienziale dei bambini. Sicuramente gli adulti che rivestono un ruolo educativo (la famiglia in prima istanza, ma anche la scuola) possono svolgere un ruolo importante, intervenendo per poten-

ziare queste abilità attraverso una vera e propria alfabetizzazione socio-affettiva del bambino (si veda per esempio il lavoro di Di Pietro, 1999), tanto più necessaria in presenza di indizi comportamentali fortemente dissonanti con il quadro dello sviluppo normale. Aiutare il bambino a riconoscere la paura in sé e negli altri, ad accettarla e condividerla, parlandone o giocando, significa aiutarlo a convivere con un'emozione che di per sé crea disagio, ma che fa parte della nostra umanità e che come tutte le emozioni, se utilizzata al meglio, può davvero migliorare la conoscenza di sé e la qualità della vita.

BIBLIOGRAFIA

ALBAUT, C. (1996), *Comptines pour jouer à avoir peur*, Actes Sud (trad. it. *Filastrocche per giocare alla paura*, Motta Junior, Milano 1998).

CANNONI, E. (2001), *La rappresentazione pittorica della paura in situazioni relazionali*, in «Rassegna di Psicologia», XVIII(2), pp. 111-125.

COWAN, P.A. (1982), *The relationship between emotional and cognitive development*, in «New Direction for Child Development», 16, pp. 49-80.

DEHNAM, S.A. (1998), *Emotional development in young children*, The Guilford Press, New York (trad. it. *Lo sviluppo emotivo nei bambini*, Astrolabio, Roma 2001).

DI PIETRO, M. (1999), *L'ABC delle mie emozioni*, Edizioni Erickson, Trento.

D'URSO, V. e TRENTIN, R. (1998), *Introduzione alla psicologia delle emozioni*, Laterza, Roma.

EMDE, R., GAENSBAUER, T. e HARMON, R. (1976), *Emotional expression in infancy: A behavioral study*, «Psychological Issues' Monograph Series», 10, n. 37, pp. 1-198.

FALORNI, M.L. e SMORTI, A. (1984), *La paura tra fantasie e realtà*, Borla, Roma.

FRIJDA, N.H. (1986), *The emotions* Cambridge University Press,

Cambridge (trad. it. *Emozioni*, Il Mulino, Bologna 1990).

GULLONE, E. e KING N.J. (1997), *Three-year follow-up of normal fear in children and adolescents aged 7 to 18 years*, in «British Journal of Developmental Psychology», 15, pp. 97-111.

HARRIS P.L. (1989), *Children and emotion. The development of psychological understanding*, Basic Blackwell, Oxford (trad. it. *Il bambino e le emozioni*, Raffaello Cortina editore, Milano 1991).

HOFFMAN, M.L. (1982), *Affect and moral development*, in «New Direction for Child Development», 16, pp. 958-966.

IZARD, C.E. (1977), *Human emotion*, Plenum Press, New York.

LIS, A., VENUTI, P. e DE ZORDO, M.R. (1995), *Il colloquio come strumento psicologico*, Giunti, Firenze.

NIGRO, G. e GALLI, I. (1992), *La paura del lupo. Come i bambini si rappresentano la paura*, in «Età Evolutiva», 42, pp. 28-42.

OLIVERIO FERRARIS, A. (1980), *Psicologia della paura*, Borin-ghieri, Torino.

SAARNI, C., MUMME, D.L. e CAMPOS, J.J. (1998), *Emotional development: Action, Communication, and Understanding*, in DAMON, W. (ed.), *Social, Emotional and Personality Development*, in «Handbook of child psychology», vol. 3, (volume ed., N. Eisenberg) John Wiley & Sons, New York, pp. 237-309.

SROUFE, L.A. (1995), *Emotional development*, Cambridge University Press, Cambridge (trad. it. *Lo sviluppo delle emozioni. I primi anni di vita*, Raffaello Cortina Editore, Milano 2000).

SPENCE, S.H. e MCCATHIE, H. (1993), *The stability of fears in children: A two year prospective study: A research note*, in «Journal of Child Psychology and Psychiatry», 34, pp. 579-585.

STEVENSON-HINDE, J. e SHOULDICE, A. (1995), *4.5 to 7 years: Fearful behaviour, fears and worries*, in «Journal of Child Psychology and Psychiatry», 36(6), pp. 1027-1038.

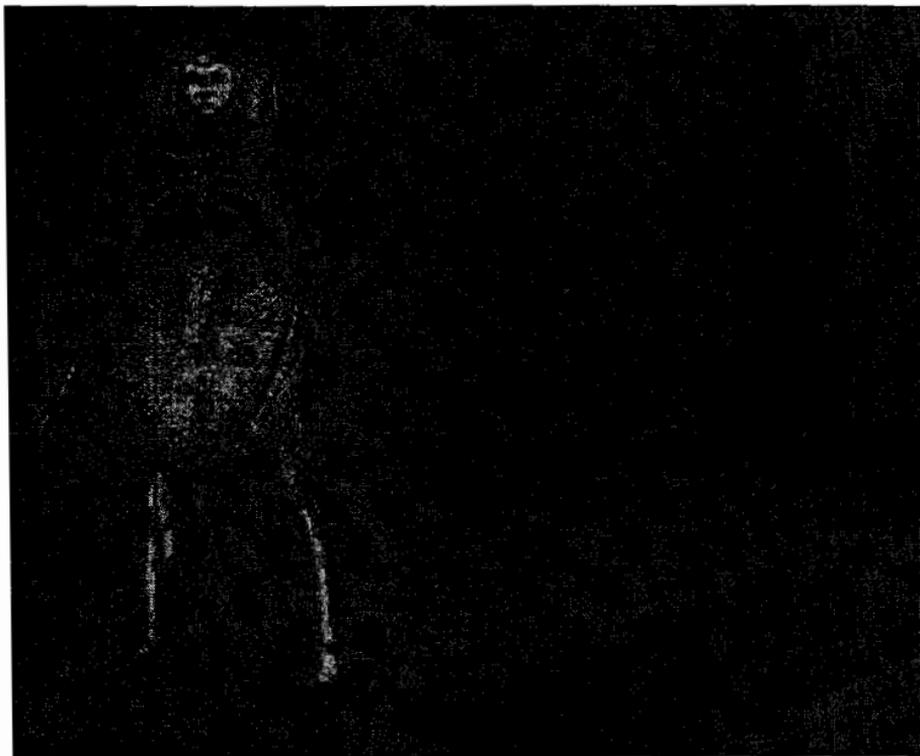
TALLANDINI M.A. (1999), *Lo sviluppo affettivo ed emotivo*, in CAMAIONI, L. (a cura di), *Manuale di psicologia dello sviluppo*, Il Mulino, Bologna, pp. 349-415.

VON SALISCH, M. e SAARNI, C. (a cura di) (2001), *Special section: Emotional development in interpersonal relationships*, in «International Journal of Behavioral Development», 25(4), pp. 289-356.

ZAMMUNER, V.L. (1993), *Lo sviluppo della competenza emotiva*, in «Rassegna di Psicologia», 10, pp. 105-129.

¹ Tra gli assunti guida di questa prospettiva vi è il principio olistico secondo cui lo sviluppo emotivo deve essere studiato in parallelo con le altre dimensioni evolutive. Sulla base di tale principio, Sroufe ritiene (tra l'altro) riduttivo e inappropriato il termine 'angoscia dell'ottavo mese', che a suo giudizio non coglie l'aspetto fondamentale dello sviluppo nella seconda metà del primo anno di vita, ossia la differenziazione e la crescente complessità del comportamento sociale del bambino.

² I colloqui sono stati condotti e codificati da Fabiola Cosenza; il 20% dei protocolli sono stati ricodificati da un secondo giudice esperto, con accordi dall'87% al 95%.



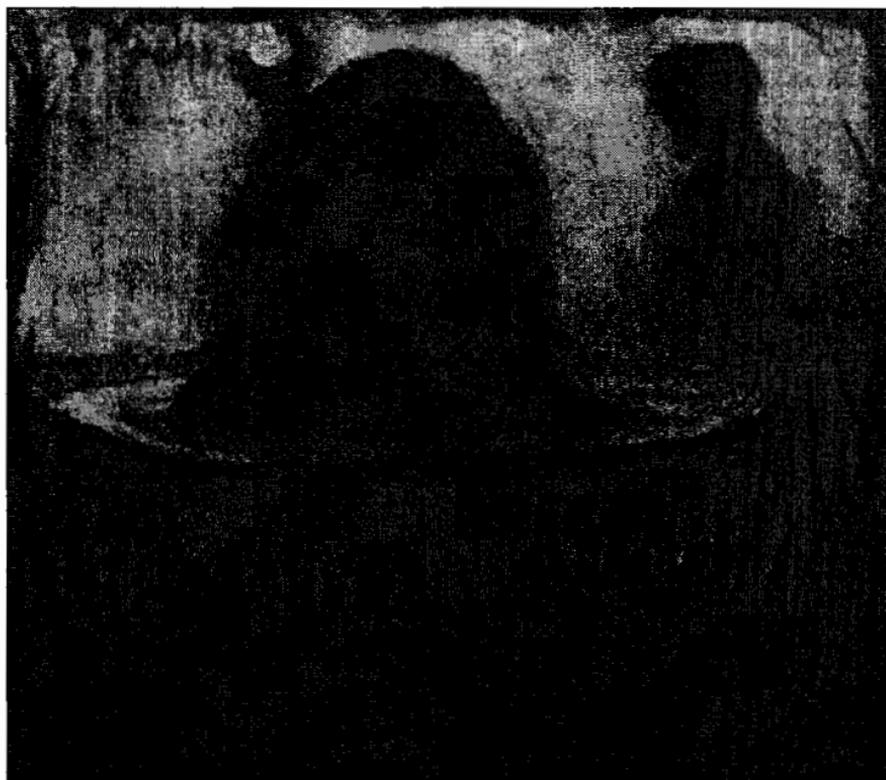
Appendice 2

Composizione dei fattori individuati con le analisi fattoriali

Modalità di riconoscimento della propria paura (varianza totale spiegata: 80.6%)				
	Fattore 1	Fattore 2	Fattore 3	Fattore 4
Nome	"Mi guardo" dentro"	Osservo chi ho di fronte"	"Dipende dalla situa- zione"	"Le mie azioni parlano da sole"
Autovalore	1.38	1.28	1.16	1.01
Varianza spiegata	23%	21.4%	19.3%	16.9%
Item e saturazioni	Non so -.93 Sentimenti provati .53	Tentativi di valutare l'altro .89 Proprie reazioni fisiologiche -.66	Valutazione della situaz. .92 Sentimenti provati -.52	Proprio comporta- mento .82 Proprie reazioni fisiologiche -.49 Sentimenti provati .40

Modalità di riconoscimento della paura da parte degli altri (varianza totale spiegata: 71.2%)					
	Fattore 1	Fattore 2	Fattore 3	Fattore 4	Fattore 5
Nome	"Partec. a evento"	"Empatia"	"Traspar. d. azioni"	"Cartr. int. d. paura"	"Confess. d. paura"
Autovalore	1.59	1.35	1.25	1.21	1.01
Varianza spiegata	17.7%	15%	13.9%	13.4%	11.21%
Item e saturazioni	Valutaz. della situazione .82 Essere testimoni. .80	Empatia .75 Il protag, la rivela .66	La paura non si vede -.90 Proprio comportm. .47	La paura è celata .78 Proprie reaz. fislg. -.73	N. basta conoscr. protgnst. -.96 Il protag. la rivela .46

Strategie di difesa dalla paura (varianza totale spiegata: 75.9%)			
	Fattore 1	Fattore 2	Fattore 3
Nome	Arrangiarsi da sé	Agire nella situazione	"Controllarsi"
Autovalore	1.48	1.25	1.06
Varianza spiegata	29.6%	25%	21.3%
Item e saturazioni	Chiedere aiuto -.94 Scappare, nascondersi .64	Non so -.89 Scappare nascondersi .63	Controllarsi .85 Proprie reaz. fisiologiche -.59



Appendice 1 Traccia del colloquio

Area 1 I contenuti del disegno

A (il tema rappresentato) Mi dici bene quello che hai disegnato qui?

B (la sua realtà) L'hai incontrata una persona così? o l'hai solo immaginata in questo disegno?

C (la causa della paura) Come mai ti ha/ ti ha fatto paura?

Area 2 La capacità di riconoscere la paura

A Come fai a sapere quando hai paura?

B Quando hai paura, anche gli altri lo possono vedere o no? Come fanno a vederlo?/Come mai non lo possono vedere?

C Secondo te c'è differenza tra una persona che ha paura e una che non ha paura? Qual è questa differenza/ Come mai non c'è differenza?

Area 3 La provenienza e la localizzazione della paura

A Secondo te, da dove viene la paura?

B Secondo te, dove si trova la paura?

Area 4 Le strategie di difesa dalla paura

A Secondo te, cosa può fare un bambino quando ha paura?

