

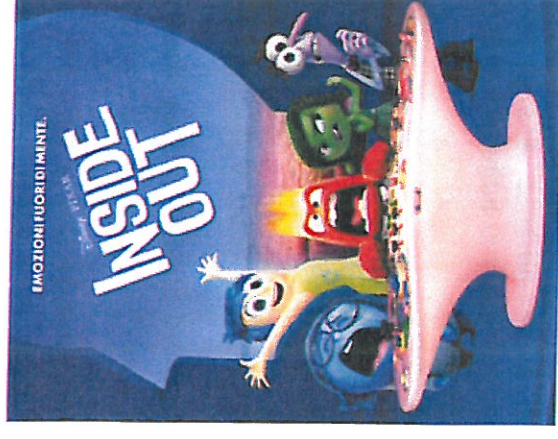
difficili da essere pronunciate e accettate. Se i genitori non lo sanno fare, nessuno potrà farlo al loro posto. E il bambino rimane solo, travolto e in balia delle emozioni che nessuno sa gestire con lui e per lui e intorno alle quali tutti sembrano voler stare zitti.

E' questo che ci racconta in modo splendido il film Inside Out. Parla della tristezza di Riley una preadolescente che si sente triste perché deve cambiare casa, città, amici. Tutto il mondo delle sue radici, il senso di sicurezza a protezione su cui ha costruito la sua identità si modifica velocemente per via di questo cambio di vita. E lei si sente in balia di emozioni molto forti. E molto negative. Che nel film vengono raccontate e viste anche dal di dentro: ovvero dal momento in cui si attivano nella mente della giovane protagonista. Ecco perché il film Inside Out è davvero bello: perché mostra come nascono le emozioni, ci fa capire perché le emozioni ci attivano e ci sgretolano, perché ci sentiamo persi e soli se nessuno ci aiuta ad attraversarle, gestirle e superarle.

L'educazione emotiva è una parte fondamentale dell'educazione di un bambino. Si svolge ogni giorno, ogni momento all'interno della relazione con chi si prende cura di lui. E quando gli adulti la sanno fare bene il bambino si sente amato, sicuro e protetto. Perché sa che in ogni difficoltà può chiedere aiuto e ci sarà sempre qualcuno che cercherà con lui le parole per dare voce al suo stare male e i gesti che lo aiuteranno a venirne fuori.

#### **Due domande per i genitori:**

- a. Che cosa fate quando il vostro bambino è triste?  
Gli date il modo di parlare della sua tristezza, di sentire che la vedete e la accogliete dentro di voi, oppure tendete a distrarlo in fretta?
- b. Avete ricordi personali di voi bambini o preadolescenti in cui avete sperimentato momenti di tristezza che gli adulti di riferimento per voi non hanno saputo cogliere?  
Ripensando a quegli episodi che cosa vi sarebbe piaciuto che gli adulti fossero in grado di fare con voi e di dire con voi?



DATA USCITA: 16 settembre 2015  
GENERE: Animazione, Commedia  
ANNO: 2015

REGIA: Pete Docter

ATTORI: Mindy Kaling, Amy Poehler, Bill Hader, Phyllis Smith, Lewis Black

SCENEGGIATURA: Pete Docter

MONTAGGIO: Kevin Nolting

MUSICHE: Michael Giacchino

PRODUZIONE: Pixar Animation Studios, Walt Disney Pictures

DISTRIBUZIONE: Walt Disney Pictures

PAESE: USA

DURATA: 94 Min

#### **Trama:**

Riley ha undici anni e una vita felice. Divisa tra l'amica del cuore e due genitori adorabili cresce insieme alle sue emozioni che, accomodate in un attrezzatissimo quartier generale, la consigliano, la incoraggiano, la contengono, la spazientiscono, la intristiscono, la infastidiscono.

Dentro la sua testa e dietro ai pulsanti della console emozionale: Gioia è il motore del gruppo e mantiene tutti attivi e felici; cerca sempre di vedere il lato positivo delle cose.

Paura è una sorta d'impiegato perennemente stressato: ha sempre paura di perdere il suo lavoro ma, poiché lui è il suo lavoro, questo non accadrà mai.

Rabbia è arrabbiato: sa che i membri del gruppo hanno buone intenzioni e fanno del loro meglio ma, a differenza sua, non sanno come funzionano le cose. Quando è troppo esasperato, la sua testa prende fuoco.

Disgusto è molto protettiva nei confronti di Riley; ha delle aspettative alte verso il prossimo ed è poco paziente.



**Tristezza** è divertente, anche nel suo essere triste: è intelligente e sempre previdente ma rappresenta una vera e propria sfida per Gioia.

Trasferiti dal Minnesota a San Francisco, Riley e genitori provano ad adattarsi alla nuova vita.

Il debutto a scuola e il camion del trasloco perduto nel Texas, mettono però a dura prova le loro emozioni.

A peggiorare le cose ci pensano Tristezza e Gioia, la prima ostinata a partecipare ai cambiamenti emotivi di Riley, la seconda risoluta a garantire alla bambina un'imperturbabile felicità. Ma la vita non è mai così semplice.

E a introdurre Riley sono proprio le sue emozioni che agitandosi tra conscio e inconscio sviluppano le sue competenze e la equipaggiano per condurla a uno stadio successivo dell'esistenza. Nel cammino alcuni ricordi resistono irriducibili, altri svaniscono risucchiati da un aspirapolvere solerte nel fare il cambio delle stagioni della vita e spazio al nuovo.

A un passo dalla pubertà e resistente dentro un'infanzia gioiosa, che Gioia custodisce risolutamente e Tristezza assedia timidamente, Riley passa dal semplice al complesso, dal noto all'ignoto.

Nel processo "incontra" e congela Bing Bong, amico immaginario che piange caramelle e sogna di condurla sulla Luna.

Creatura fantastica generata dalla fantasia di una bambina, Bing Bong, gatto, elefante e delfino insieme, rosa e soffice come zucchero filato, guiderà Gioia e Tristezza dentro i sogni e gli incubi di Riley, scivolando nell'oblio per "fare grande" la sua compagna di giochi.

Dentro e fuori Riley partecipiamo alle vocalizzazioni affettive indotte da Gioia e Tristezza che, finalmente congiunte, la invitano a comunicare la tristezza.

Perché la tristezza, quando è blu e piena come Tristezza, è necessaria al superamento dell'ostacolo e alla costruzione di sé.

# INSIDE OUT



## Qualche riflessione:

Quando un figlio sperimenta un'emozione negativa ha bisogno di adulti che sappiano "vederla" e che sappiano accompagnarlo, sostenendo la sua fatica e non avendo paura del suo dolore, della sua tristezza. Di solito gli adulti sanno interagire solo con la rabbia del bambino.

A volte nemmeno con quella la tristezza di un figlio a loro invece fa male. Vorrebbero avere un bambino sempre felice e se soffre si fanno in quattro per insegnargli a non soffrire, ovvero per provare a fargli credere che il suo stare male non serve a nulla, non è valido.

Quanti maschi si sentono dire: "Non piangere, perché piangere è una cosa da femminuccia".

Quanti bambini di fronte ad un dolore vengono accompagnati da frasi inutili come: "Ormai sei grande non devi soffrire per questo". Invece, entrare nelle emozioni negative di un bambino significa prima di tutto sapere che ci sono e imparare ad accettarle insieme a lui. Questo vuol dire, spesso, dare parola a quello che il bambino "sente" e che per lui è così pesante e faticoso, da non avere parole per poterlo spiegare. Di fronte ad un lutto o alla separazione di mamma e papà, i bambini hanno il diritto di avere al loro fianco genitori che sanno dire le parole che sembrano così