



I bambini dimenticati dalle istituzioni

Stiamo lentamente ripartendo, o così sembra: ma la pandemia e uno dei lockdown più lunghi e rigidi d'Europa, come lo abbiamo vissuto in Italia, lascerà strascichi significativi, non solo in economia, mettendo a rischio desertificazione interi comparti produttivi, ma anche a livello psicologico, specialmente nei soggetti più fragili e già esposti. Per questo abbiamo voluto parlare con la Dott.ssa Danila Tioli, psicoterapeuta, per ragionare sui segni lasciati e sui possibili strumenti da utilizzare per ridurre l'impatto negativo sulle persone.

Pandemia e lockdown Danila: quali conseguenze psicologiche potrebbero aver causato nelle persone?

“La pandemia e il lockdown ci hanno costretti a fare i conti con una serie di cambiamenti in ambito sociale, lavorativo, economico e familiare. Cambiamenti ai quali ci siamo dovuti adattare in breve tempo, ma per qualcuno, questo adattamento risulta più difficile che per altri. Abbiamo dovuto imparare un nuovo modo di stare insieme, di muoverci e di lavorare. Abbiamo dovuto rivedere le nostre sicurezze, e tutto ciò che ci sembrava prima “rassicurante” è diventato di colpo un potenziale pericolo: i familiari, gli amici, la casa, la scuola, il posto di lavoro. Abbiamo iniziato anche a sentirci noi un potenziale pericolo per gli altri. La paura del contagio attraverso persone e oggetti ha determinato un aumento dei comportamenti di pulizia e sanificazione, che in soggetti predisposti, può aumentare (o far nascere) comportamenti ossessivo-compulsivi. Abbiamo dovuto rivedere anche i nostri spazi nella casa e in molti casi la convivenza forzata h 24 dei componenti il nucleo familiare, (soprattutto se in situazioni di disagio, sovraffollamento e poco spazio), possono aumentare stress e comportamenti aggressivi. Il non sapere come evolverà e quanto durerà questa situazione, unitamente all'incertezza economica di chi ha già perso il lavoro o non sa se potrà mantenerlo, può generare (o peggiorare, in soggetti già predisposti) sintomi quali ansia, attacchi di panico, depressione, disturbi del sonno, dipendenze. Sintomi tipici anche del Disturbo Post Traumatico da Stress (ansia, attacchi di panico, depressione e disturbi del sonno) possono insorgere in persone che hanno perso improvvisamente ciò che avevano prima, come capita sovente in chi si trova a vivere un lutto o un evento traumatico. In alcune persone poi, con già pregresse difficoltà di adattamento e socializzazione, il lockdown può acuire atteggiamenti sociopatici ed evitanti. Infine, è stato riscontrato un significativo aumento dei “comportamenti problema” nei bambini con disabilità (motorie, linguistiche e cognitive) durante questo periodo di isolamento sociale, chiusura scuole, parchi e centri per la riabilitazione. Ciò è indice di una maggiore difficoltà di regolazione delle emozioni, e alcuni ricercatori hanno riscontrato che in un bambino su tre sono mediamente aumentati i comportamenti di ritiro, i comportamenti ansioso-depressivi, i problemi di attenzione e i comportamenti aggressivi, con conseguenti maggiori difficoltà di gestione da parte della famiglia, che in più della metà dei casi ha segnalato il bisogno di supporto negli ambiti riabilitativi, didattici, educativi”;

Molti enti locali hanno attivato servizi di supporto psicologico telefonico: ci sarebbero altre iniziative in tal senso che potrebbero essere intraprese?

“Certamente. Le iniziative per il sostegno psicologico ed emotivo potrebbero essere varie e trasversali, fruibili dalle varie fasce di popolazione. Si potrebbero attivare dei servizi di sostegno psicologico che possano raggiungere (per esempio presso il proprio domicilio) anche le persone socialmente ed economicamente più fragili. Mi vengono in mente al tal proposito le persone disabili e gli anziani, che il lockdown ha costretto a un isolamento ancora più drammatico in quanto la maggior parte di loro non può utilizzare mezzi di comunicazione alternativi (come le videochiamate), sia a causa dell'impossibilità a fruirne (per mancanza di mezzi tecnologici e competenze necessarie) sia a causa di deficit sensoriali (vista e udito) che rendono tale modalità comunicativa ancora più complessa. Inoltre, interrompendo le proprie routine ed essendo stati lontani dai propri affetti, potrebbero sentirsi disorientati, confusi e soffrire maggiormente di solitudine e tristezza. Infine, bambini/e e adolescenti. Quelli più “dimenticati” in questo

lockdown e quelli che hanno perso tanto, forse troppo. Quelli che passeranno a un ciclo di scuola successivo, senza aver potuto festeggiare coi compagni, l'ultimo giorno di scuola. Che hanno finito un ciclo importante, senza però averlo concluso. Tutto questo "sospeso" meriterebbe uno spazio di condivisione ed elaborazione delle emozioni, dove poter esprimere i propri vissuti. Uno spazio dove poter parlare anche delle proprie preoccupazioni, angosce e paure post Covid, che potrebbero insorgere. Dove parlare anche dei comportamenti igienici che è necessario adottare e dei cambiamenti che inevitabilmente ci saranno, anche in ambito scolastico. Sarebbe auspicabile che queste iniziative venissero attivate in un'ottica di sostegno e promozione del benessere psicosociale, anche se purtroppo ad oggi, non è stato stanziato nessun fondo per la salute mentale in fase post Covid. Ma il lockdown è stato anche un'occasione per riflettere e apprezzare le cose che prima sembravano scontate. E' stata anche un'opportunità di crescita personale, che ha favorito l'introspezione e il contatto con sé stessi degli adolescenti. Anche se ciò a volte può essere spaventoso. Sarebbe pertanto opportuno creare dei momenti di riflessione, magari in ambito scolastico, dove poter ridefinire quanto vissuto. Affinché tutto questo non vada perduto, ma valorizzato per il futuro".

Di Andrea Titti

[Read More](#)
