

Modena

Covid-19, la fase 2

«I più colpiti dall'isolamento? I bambini»

Lo psicologo professor Vezzali: «Sono soprattutto quelli delle elementari a soffrire l'assenza di contatto con i coetanei»

di **Chiara Mastria**

E i bambini? Questa è una di quelle domande che, nei giorni del lockdown, ha tormentato più di un genitore. E ancora oggi, che tutto piano piano riparte, la domanda resta. Mentre dal punto di vista pratico qualcosa si muove, come i centri estivi che ricompaiono, restano i dubbi sul profilo psicologico. Cosa avrà lasciato nei nostri figli questo lungo periodo di quarantena? Ne abbiamo parlato con il professore universitario Loris Vezzali, di Unimore, esperto in psicologia sociale.

Professore, una delle domande più frequenti tra i genitori in questo momento è: 'Che effetto può avere su mio figlio la prolungata assenza di contatti con i coetanei?'

«Sono situazioni allo studio ora, perché la questione è complessa: in questo momento storico il problema dell'assenza degli altri si intreccia con la pandemia, che porta a una percezione del

pericolo alta. I bimbi lo sanno e devono gestire situazioni di stress. Detto questo, basandoci su una ricerca che avevamo condotto ai tempi del terremoto del 2012, quello che possiamo supporre è che l'assenza dei coetanei pesi soprattutto sui bambini delle elementari. Per loro è particolarmente pesante perché sono proprio i compagni di classe a offrire il sostegno più importante in situazioni di stress».

Come mai proprio i bimbi delle elementari?

«Per i più piccoli, fino a cinque anni circa, quella dell'assenza dei compagni non è una situazione necessariamente problematica. Il loro mondo gira ancora intorno ai genitori e anche la spiegazione dei pericoli esterni è ridotta. Anche se ti mancano i compagni per tanto tempo non ci sono effetti forti. Vengono meno le basi sociali per un po', ma torneranno nel momento in cui staranno di nuovo insieme. Per gli adolescenti, all'opposto, il genitore 'scompare' e il mon-



Il professor Loris Vezzali di Unimore, esperto in psicologia sociale

do più importante è quello dei coetanei, con cui però sono riusciti a restare in contatto grazie alla tecnologia. I bimbi delle elementari sono nel mezzo: cominciano a staccarsi dai genitori, cresce l'importanza dei pari e si costruisce un confronto tra coetanei, che ora è venuto a mancare. E' vero, c'è la tecnologia an-

che per loro, ma non è un'interazione diretta perché difficilmente si lascia un bimbo di quell'età senza la supervisione del genitore. Viene quindi a mancare la relazione amicale classica. Tra compagni è più facile lasciarsi andare a sentimenti negativi, ansie e paure che invece un genitore potrebbe tendere a scarta-

re, nella falsa idea di eliminarle ignorandole».

Esiste un modo 'giusto' di usare la tecnologia per aiutarli?

«Certo. E' comunque importante trovare un momento per farli incontrare su internet, magari per fare insieme un gioco virtuale o scambiarsi una parola. Sono piccoli gesti che restituiscono loro normalità. Ricordiamoci che la tecnologia in sé non è mai un problema o un vantaggio, è solo un mezzo».

Un consiglio per i genitori?

«Per i bambini poter parlare delle proprie emozioni, anche quelle negative, condividendole con quelle dei genitori, è una strategia efficace per modularne l'intensità, rendendo più facile elaborare e dunque fronteggiare una situazione che richiede un adattamento psicologico molto complesso per un adulto, ancora di più per un bambino. Diamo quindi spazio al bambino di parlare liberamente, cerchiamo di accogliere tutti i suoi sentimenti, anche se si tratta di ansie e paure. Non facciamo mai venire meno il confronto».

IL METODO

Così si misura l'impatto emotivo

1 Il campione

La ricerca di Unimore è iniziata da un paio di settimane, viene fatta a distanza e coinvolge bambini che frequentano la terza, quarta e quinta elementare insieme ai loro genitori

2 L'indagine

L'obiettivo è indagare emozioni, livello di stress e capacità dei bambini e degli adulti di far fronte a un evento stressante come l'isolamento nel corso di un'epidemia

3 Le scale

Si utilizzeranno diverse scale per misurare la consapevolezza che le persone hanno dei propri e altrui stati mentali, come ad esempio le emozioni

4 La verifica

Verrà misurato anche l'impatto stressante dell'attuale emergenza sanitaria unitamente alle strategie per fronteggiarlo.

La ricerca dell'Università di Modena

Lockdown e famiglie, uno studio dedicato

«Cercheremo di capire gli effetti dell'ansia su genitori e figli e la risposta emotiva all'obbligo di stare in casa»

Come ai tempi del terremoto così ora l'università di Modena e Reggio Emilia, nella persona del professor Vezzali, coadiuvato dalla collega Alessia Cadamuro, sta portando avanti una ricerca che si propone di studiare gli effetti prolungati del lockdown, questa situazione tanto atipica per le famiglie che rischia di provocare effetti negativi che potrebbero avere anche una lunga durata.

«Il momento drammatico che ci troviamo a vivere, con particolare riferimento alla condizione di distanziamento sociale imposto - spiegano i due -, ci ha indotti a occuparci di un aspetto che fino ad ora ci pare sia stato poco considerato nella lotta al Covid-19, vale a dire gli aspetti psicologici e l'impatto stressante che ha sulle famiglie. Riteniamo che, oltre all'emergenza sanita-

ria ed economica, sia importante considerare anche i vissuti emotivi di genitori e bambini che si sono trovati impreparati per questa sfida che non ha eguali nella storia del nostro Paese. Per questo motivo abbiamo progettato una ricerca da condurre, naturalmente a distanza, con bambini di terza, quarta e quinta primaria e i loro genitori».

L'obiettivo della ricerca è indagare le loro emozioni, il livello di stress e la capacità di bambini e adulti di far fronte all'evento stressante. «Nello specifico - continuano i due -, abbiamo utilizzato diverse scale per misurare la consapevolezza che le persone hanno dei propri e altrui stati mentali, come ad esempio le emozioni. Abbiamo poi misu-

OBIETTIVI

«Abbiamo coinvolto scolari di età tra gli otto e gli undici anni e i loro genitori»



Negli ultimi due mesi tutti gli studenti hanno usato la didattica a distanza

rato l'impatto stressante dell'attuale emergenza sanitaria, unitamente alle strategie utilizzate per fronteggiarlo. Alcune domande riguardavano l'ansia provata in questo momento, dovuta anche all'incertezza della situazione, soprattutto economica. Infine, una serie di domande hanno indagato un altro aspetto particolarmente rilevante in questa condizione di distanziamento sociale, vale a dire il ruolo delle tecnologie didattiche nel supportare la formazione e le relazioni amicali dei bambini. Il nostro obiettivo è quello di indagare alcune possibili associazioni tra queste variabili, in quanto ci aspettiamo che il supporto che i genitori possono da-

re nei termini di adeguate strategie di fronteggiamento della situazione stressante, così come la loro capacità di comprendere e condividere i vissuti emotivi dei bambini, possano configurarsi come fattori di protezione dallo sviluppo di elevati livelli di stress. In un momento in cui per i bambini il supporto dei pari e delle istituzioni educative e scolastiche è venuto meno, essendo possibile solo a distanza, i genitori hanno assunto un ruolo ancora più importante nel modulare e contenere le loro angosce di fronte a una situazione che faticano a comprendere». Lo studio è iniziato da un paio di settimane, a metà giugno avremo le prime risposte.

c. mas.