

I nostri figli al tempo della pandemia: difficoltà e opportunità

16 marzo 2021

Dott.ssa Nicoletta Simionato

La pandemia

- Possiamo considerare la pandemia attuale un evento traumatico che riguarda tutti, adulti, bambini e ragazzi
- Le modalità di reazioni al trauma sono soggettive e dipendono dal funzionamento cognitivo e affettivo della persona
- Il funzionamento, a sua volta, è in parte innato e in parte viene sviluppato in base alle esperienze, agli stimoli e alle relazioni della prima infanzia e oltre

Pandemia e adozione

- Rispetto al trauma i figli adottati hanno già dovuto, e spesso anche precocemente, sviluppare meccanismi di difesa adattivi
- E' probabile che questi sistemi difensivi vengano utilizzati in questo momento di pandemia, mentre il contesto sociale e familiare sta manifestando paura e disorientamento

Cosa fare

- E' importante che gli adulti non neghino le difficoltà reali, siano esse personali e/o generali
- E' importante non drammatizzare per evitare di aumentare l'ansia che già caratterizza il clima affettivo attuale
- Gli adulti possono imparare, e quindi insegnare, a contenere e rielaborare la paura e l'ansia attraverso la parola, la riflessione, personale e condivisa, le azioni intenzionali che mirano al stare e far stare bene

Opportunità

- La casa diventa luogo quasi esclusivo in cui poter sperimentare relazioni, affetti, come anche conflitti e tensioni
- La famiglia diventa una specie di «laboratorio» in cui fare esperienza di nuove strade inedite per stare bene
- Poter trasformare questo momento come un'occasione per imparare a stare nell'imprevisto e nella novità in modo curioso e fiducioso

