INTERVISTA AL PROF. STEFANO VICARI

Pandemia e impatto psicologico su bambini e adolescenti: dal ruolo di adulti e docenti ai fenomeni di aggressività e autolesionismo.

PROFESSORE ORDINARIO DI NEUROPSICHIATRIA INFANTILE

AUTORE DEL LIBRO :

“BAMBINI, ADOLESCENTI E COVID-19 – L’IMPATTO DELLA PANDEMIA DAL PUNTO DI VISTA EMOTIVO, PSICOLOGICO E SCOLASTICO”

Bambini, adolescenti
e Covid-19
L'impatto della pandemia dal punto
di vista emotivo, psicologico e scolastico
A cura di
Stefano Vicari e Silvia Di Vara
Con i contributi di
V. Lingiardi, D. Lucangeli, N. Perini, G. Stella, D. Ianes,
R. Bellacicco, A. Sansavini, E. Trombini, A. Guarini e altri
GUIDE
NEUROSVILUPPO
NEUROPSICOLOGIA IN ETÀ EVOLUTIVA
Direttore Stefano Vicari
Erickson

[…]Nel libro troviamo vari contributi di esperti nei vari ambiti sociali. Perché questo libro in questo momento?

- Il momento si commenta da solo, con gli altri colleghi abbiamo voluto avviare una riflessione su quello che è stato l'impatto che la pandemia ha avuto e sta avendo, soprattutto in questa seconda ondata, sui bambini e sugli adolescenti, sia in quelli che non manifestavano disturbi di alcuna natura prima della fase pandemica, che in quelli che già avevano un disturbo mentale e che la pandemia, dai dati che abbiamo a disposizione, sembrerebbe aumentare.

Professor Vicari, a distanza di un anno, ed in base ai dati in vostro possesso, cosa state registrando sulla salute dei nostri ragazzi?

- In generale c'è da dire che la chiusura del primo lockdown, e successivamente questo clima di pandemia, si è tradotto in una condizione di forte stress per bambini e adolescenti.
- Molti articoli, hanno documentato come nei bambini in età preadolescenziale, quindi fino a 12 anni, si sia registrato un aumento dei disturbi del sonno e dell'ansia in generale. Quindi sono bambini più irritabili, che dormono meno, dormono male, e che mostrano forti preoccupazioni rispetto alla loro salute ma ancora di più per quel che riguarda la salute dei propri genitori.
- Per gli adolescenti, oltre ad un netto aumento dei disturbi del sonno, abbiamo registriamo anche la comparsa di quadri di ansia e di depressione, quindi anche di forte chiusura.
- Questo dato lo interpretiamo come legato alle caratteristiche differenti che le due ondate hanno avuto.

“Nell’analisi dei dati abbiamo riscontrato una differenza marcata tra la prima e la seconda fase della pandemia.”

- Nella prima ondata, il periodo che va da marzo a giugno, abbiamo registrato addirittura una leggera diminuzione dei casi di rilevanza psichiatrica, parlo di ragazzi che hanno manifestato un vero e proprio disturbo mentale, rispetto allo s
- Il tutto è cambiato drammaticamente con la seconda ondata, il periodo che va da ottobre ad oggi, dove invece abbiamo registrato un forte aumento delle richieste di aiuto nell’ordine del 25/30 % in più. tesso periodo dell’anno precedente.
- Se guardiamo ai dati provenienti dal nostro pronto soccorso, quindi alle situazioni più drammatiche, c’è un netto aumento dei tentativi di suicidio. Il motivo per cui i ragazzi arrivano in pronto soccorso sono prevalentemente legati a tentativi di suicidio o comunque ad attività di autolesionismo.

LE DUE ONDATE

- Nel primo caso si è associata una maggiore disponibilità a vivere le norme restrittive, nel senso che i ragazzi, in molti casi, hanno vissuto la chiusura delle scuole come un'anticipazione delle vacanze e poi, dato ancora più importante, in quel periodo i genitori erano presenti in casa, siamo stati tutti chiusi in casa. Questo ha avuto una funzione di protezione, anche in quelle situazioni che in altre circostanze sarebbero precipitate.
- Ad ottobre, invece, la chiusura delle scuole, almeno per la secondaria di secondo grado, ha coinciso con l'assenza dei genitori, che nella maggior parte dei casi avevano ripreso la propria attività lavorativa, e questo probabilmente ha ridotto gli strumenti di difesa dei ragazzi, in qualche modo si sono sentiti più soli. La solitudine è l'aspetto che più frequentemente i ragazzi ci raccontano quanto ci raggiungono in ospedale.

[…]Cosa dovrebbe fare la scuola per alleviare questa situazione di stress che i ragazzi hanno subito e forse non è il caso di iniziare a parlare di educazione all'intelligenza emotiva oltre ai contenuti delle varie discipline?

- La scuola è il luogo dove i bambini, e ancor di più gli adolescenti, sperimentano relazioni positive, cioè relazioni con i coetanei, spesso mediate da adulti, che hanno una funzione educatrice molto importante.
- Chiudere questo tipo di esperienze lascia i ragazzi soli ma anche privi di strumenti per compensare le loro ansie. Se pensiamo a quando noi eravamo adolescenti ricorderemo che ci confidavamo molto di più con i nostri coetanei piuttosto che con i nostri genitori.
- Oggi questo aspetto è mancato in maniera molto forte ed ha determinato una maggiore fragilità nei ragazzi, soprattutto quelli già duramente provati da altre esperienze o comunque da dei vissuti particolarmente importanti.

Professor Vicari, lei pone l'attenzione in particolare alla fascia adolescenziale dove il ruolo dei pari assume un aspetto importante sia dal punto di vista emotivo che della crescita della personalità. Nel mondo della scuola il valore dei pari andrebbe rafforzato, penso ad esempio a metodologie come il coperative learning che incentiva un lavoro tra coetanei. Quanto è importante il ruolo dei pari sia nell'apprendimento scolastico che nella vita sociale

- È un aspetto importante anche nei bambini, ma è decisivo soprattutto negli adolescenti. Per gli adolescenti la possibilità di confrontarsi in contesti positivi è un aspetto importantissimo. La salute mentale si basa essenzialmente sulla costruzione di relaz
- La vita in famiglia è una vita che si caratterizza, soprattutto per gli adolescenti, con il confronto con altre generazioni, con il senso del limite, della regola e quant'altro. Il rapporto con i pari in alcuni casi diventa quasi terapeutico, esiste un filone di approccio ai disturbi mentali che si chiama peer therapy, terapia condotta con e dai pari, cioè dai coetanei, che acquisisce un ruolo importantissimo nella crescita dei ragazzi. ioni positive, cioè sull'educazione ad una socialità corretta.

- SEGUE …

- SEGUE …
- Con questo non voglio dire che la didattica a distanza sia di per se negativa, lo è se limitata soltanto a trasferire delle competenze. La didattica a distanza modulata invece anche con esperienze di vita diretta e di socialità può avere un ruolo importante.
- Però dobbiamo chiederci come questa didattica a distanza debba essere svolta, ovviamente non può essere la lettura del manuale fatta al computer. È necessario che il coinvolgimento dei ragazzi avvenga anche nella modalità di fornire proposta dei contenuti formativi. Ne sono un esempio le tecniche che ricordava lei o una flipped classroom, modalità nelle quali sono gli stessi ragazzi a proporre gli argomenti che con gli insegnati vengono discussi. Questo comporta un forte coinvolgimento dei ragazzi che non sono solo soggetti passivi di ricezione d'informazioni che vengono da qualcun altro e spesso dall'alto.
- Bisogna ricordarsi che seguire una lezione tradizionale dal video è molto più difficile, faticoso ed impegnativo. Se non adottiamo delle tecniche che puntino ad un forte coinvolgimento dei ragazzi ne possono risentire anche i livelli di apprendimento

Un altro aspetto sottovalutato è lo stress a cui è stato sottoposto il corpo docente a causa di questa situazione pandemica. Penso in particolare ai docenti fino alla scuola secondaria di primo grado che hanno sempre lavorato in presenza. Quanto ha inciso questa situazione di stress anche nelle relazioni con i propri alunni

- Le realtà sono a macchia di leopardo, molto dipende anche dalle capacità relazionali di ogni singolo insegnante. Forse avremmo dovuto tutti farci carico di queste preoccupazioni, ad esempio avremmo potuto sfruttare i mesi estivi per dare maggiori informazioni e spiegare agli insegnanti che cos'è una pandemia, come ci si può infettare, quali sono gli strumenti per potersi difendere. Le notizie riportate sono state spesso caotiche, a volte contraddittorie, e non hanno aiutato ad un approccio più sereno.
- Dai dati rilevati dai nostri studi e da quelli di altri colleghi, è emerso che i ragazzi, e i bambini in particolare, vivono lo stress legato alla pandemia come riflesso di quanto vedono e sperimentano negli adulti. I bambini che hanno dimostrato maggiori livelli di stress sono stati quelli con genitori fortemente preoccupati per la pandemia, per la paura di infettarsi e infettare persone care. Questo discorso vale anche per gli insegnanti.
- SEGUE …

- SEGUE …
- Al netto delle difficoltà oggettive che hanno dovuto attraversare, più gli insegnanti sono stati in grado di essere elemento di rassicurazione nei confronti dei propri alunni, tanto più i ragazzi hanno vissuto con maggiore tranquillità questo periodo. Forse abbiamo mancato in questo, ci siamo occupati più dei banchi con le rotelle e meno, invece, di dare informazioni corrette e strumenti agli insegnanti per sentirsi più protetti.

Lei già da tempo pone l'attenzione su alcuni problemi che la pandemia sta accentuando nei ragazzi, in particolare sul rischio di ritiro sociale, penso ad esempio alla sindrome della capanna, e ai fenomeni di autolesionismo. Quanto sono pericoli questi aspetti per i ragazzi.

- Questa purtroppo è una realtà molto diffusa. Gli adolescenti che hanno vissuto, e stanno vivendo, con difficoltà il periodo della pandemia reagiscono frequentemente, come avevo accennato prima, con due modalità:
  - aumento dell'irritabilità, quindi possono diventare anche aggressivi,
  - o al contrario con un forte ritiro sociale manifestando più sintomi di tipo depressivo;
- Questo secondo gruppo di ragazzi, che si chiude in casa e che non vuole più uscire, perché ad esempio spaventato dalla possibilità di contagiarsi oppure perché trova rinforzato un atteggiamento già preesistente di una certa difficoltà e disagio a incontrare i propri coetanei, probabilmente costituirà l'onda lunga una volta finita la pandemia.
- Intendo che sarà difficile farli uscire e riprendere un'attività di relazione che la pandemia ha precluso.
- SEGUE …

- SEGUE …
- Queste situazioni poi possono dar vita a quei fenomeni, ai quali faceva riferimento lei nella domanda, di autolesionismo o addirittura di tentativo di suicidio. Dall'osservatorio particolare che è il pronto soccorso, registriamo che ogni giorno accogliamo almeno un ragazzo che si taglia, cioè si ferisce volontariamente, o addirittura tenta il suicidio. Non sono solo ragazzi grandi, 16/17 anni, ma purtroppo abbiamo avuto esperienze anche con ragazzi poco più che bambini, intorno ai 12/13 anni, che hanno fatto gesti davvero ad alto rischio.

Chiudiamo con un'ultima domanda. Nel vostro libro avete evidenziato che i più fragili sono spesso i più dimenticati. Parlo in particolare dei bambini con Bisogni Educativi Speciali. Già nel primo lockdown abbiamo registrato un'alta dispersione di questi ragazzi e ancora oggi abbiamo difficoltà a coinvolgerli. Come dobbiamo affrontare questo problema.

- Questo è stato il problema nel problema. Molti bambini che hanno difficoltà, con la chiusura della scuola hanno visto anche chiudersi le possibilità di fare terapia. Molti centri di riabilitazione, soprattutto nel primo lockdown, ma in parte anche nella seconda ondata, hanno faticato a garantire i trattamenti che normalmente assicuravano in precedenza. Questo ha portato, se vogliamo vedere un risvolto positivo, ad immaginare degli interventi fatti a distanza che in alcuni casi hanno prodotto risultati soddisfacenti, come registrato in uno studio che abbiamo svolto dove circa il 50% dei trattamenti è proseguito grazie all'utilizzo di questa modalità.

- L'altro aspetto a cui si è fatto ricorso è stato un forte coinvolgimento dei genitori. Voglio soffermarmi su quest'ultimo aspetto che, sebbene abbia un valore positivo, ha significato un carico sulle spalle dei genitori che si è andato accumulando con il carico della didattica dovuto dalla chiusura delle scuole. Dobbiamo fare attenzione a questo, perché i genitori sono già molto provati, almeno in alcuni casi e penso ad esempio ai genitori di bambini autistici gravi, dalle condizioni dei loro figli e caricarli ulteriormente può tradursi in livelli di stress molto impegnativi e non facilmente sostenibili.

- https://www.orizzontescuola.it/pandemia-e-impatto-psicologico-su-bambini-e-adolescenti-dal-ruolo-di-adulti-e-docenti-ai-fenomeni-di-aggressivita-e-autolesionismo-intervista-al-professor-vicari/