

Come affrontare questa nuova emergenza con i nostri figli?

A cura del Centro per le famiglie e del Servizio Infanzia e servizi educativi integrativi dell'Unione della Romagna faentina

Dopo l'esperienza del Covid siamo ancora una volta colpiti emotivamente da un evento improvviso che ha lasciato i suoi effetti sui beni materiali ma soprattutto nei cuori delle persone.

Questa volta però non siamo stati tutti coinvolti allo stesso modo: qualcuno è purtroppo protagonista in prima persona o lo sono dei suoi familiari o amici; altri invece hanno assistito attraverso gli schermi dei loro smartphone oppure guardando direttamente i luoghi colpiti.

Anche i nostri bambini e ragazzi sono stati esposti con occhi e orecchie, ma anche con il loro cuore.

Che cosa dire ai nostri figli?

Naturalmente il loro coinvolgimento e il loro livello di comprensione dipendono da quanto la famiglia è stata colpita dagli eventi, dall'età del bambino e da come il suo ambiente di vita vive e racconta quello che è accaduto.

Per chi è coinvolto in prima persona ed è fuori casa può essere utile ricordare di:

- **Essere vicino emotivamente ai propri figli:** accogliere i loro momenti di fatica, pianto, le emozioni che portano nella loro globalità. Possono piangere, essere tristi, esse arrabbiati, possono fare domande a cui come adulti non sappiamo temporaneamente come rispondere. Gli adulti sono i contenitori emotivi dei loro figli ed è a questo che servono nella vita, soprattutto nei momenti difficili: ad agganciarsi a qualcosa di certo quando fuori l'equilibrio viene a mancare;
- **Dare la disponibilità all'ascolto:** emozioni e domande emergono quando il bambino sente che può farle, che può chiedere, che le sue richieste non creano scompiglio e quando lui per primo si sente pronto o interessato. A volte le domande possono ripetersi per giorni: accogliamole come un segnale del percorso di elaborazione di questa esperienza;
- **Non è obbligatorio parlare di ciò che è successo e parlarne subito:** è sufficiente far sentire che si può parlare dell'argomento, che ci sono orecchie disposte ad ascoltare e voci che possono dialogare, anche quando non ci sono risposte definitive;
- **Raccontare verità sostenibili:** per chi è fuori casa e non sa quando potrà tornare, parlare in base all'età del bambino di ciò che può comprendere, tollerare emotivamente e che non incentivi ansie e paure. Al bambino serve il conforto, servono adulti che rassicurano, non servono bugie. Il motto "Andrà tutto bene" che ripetevamo al tempo del Covid ai nostri figli (e forse cercavamo di convincercene anche noi) ha come obiettivo quello di far sentire che "ce la faremo", "supereremo questa esperienza". Ai bambini servono le storie a lieto fine, da sempre;
- **Cercare nella propria giornata elementi che rappresentino delle continuità nella vita del bambino:** tornare a scuola, incontrare gli amici, cercare esperienze che possano essere familiari e confortanti pur nella fatica del momento e della differenza con il quotidiano;
- **Trasformare, per quanto possibile, gli imprevisti della permanenza fuori casa in momenti giocosi o di cui ridere insieme** (es. dormire in un luogo diverso da casa come una

forma di campeggio o di pigiama party);

- **Giocare, leggere, dedicare tempo a ciò che i bambini fanno nel loro “tempo libero” e che per loro rappresenta la “normalità”, con nessun altro obiettivo se non quello di trascorrere un tempo piacevole. E se non si è a casa propria e mancano giochi e libri, aggregarsi ad altre famiglie (magari è l’occasione per stringere qualche relazione in più con l’amichetto che il nostro bimbo cita così spesso) e cogliere le opportunità che i servizi del territorio offrono a bambini e ragazzi.**

E per i bambini che hanno solo assistito a questi eventi ma che non sono stati coinvolti? Ai bambini che ci hanno sentito parlare tra adulti o che hanno intravisto solo delle immagini su smartphone e televisione?

Anche loro sono stati esposti anche se i discorsi tra gli adulti non li coinvolgevano, anche se la foto l’hanno vista solo per un millesimo di secondo. Le loro orecchie sentono sempre, i loro occhi vedono sempre. Lo sappiamo.

Raccontiamo loro con semplici parole, adatte alle diverse età, che cosa è successo in questi giorni.

Parliamo per esempio del loro compagno Marco che sta dalla nonna da martedì pomeriggio perché a Faenza ha piovuto tanto e nella sua casa era entrata un po’ di acqua. Raccontiamo che ci sono persone che sono andate ad aiutare la sua famiglia, come il vigile del fuoco, come il volontario. Raccontiamo che ci sono persone ed enti che ci possono aiutare quando siamo in difficoltà e che si può dare una mano anche solo a titolo gratuito. Chiediamo al nostro bambino come secondo lei o lui si sente Marco. Chiediamogli se secondo lei o lui anche noi possiamo essergli vicini in qualche modo, con un disegno, un fiore, una telefonata, condividendo un giocattolo che in questo momento gli manca ma che apprezza tanto. Sentiamo che cosa propone il nostro bambino.

Come adulti possiamo informarci se nella sezione di nostro figlio c’è qualcuno che in questo momento ha bisogno, possiamo mettere in campo la nostra vicinanza umana e pratica.

E’ attraverso gesti come questi che i nostri figli respirano la comprensione verso l’altro, il pensare all’altro, la solidarietà.

In tutto questo, nelle attenzioni che dedichiamo per rendere più tollerabile questa esperienza per i nostri bambini, **chiediamo a noi stessi come adulti ciò che è realistico. Tutti vorremmo avere la parola “giusta” per spiegare le circostanze della vita ai nostri figli. Ma non sempre la troviamo, specie quando noi per primi siamo molto coinvolti emotivamente.**

Anche alcuni di noi in questo momento hanno bisogno di un proprio tempo per elaborare quello che è successo, perché in poche ore, pochi giorni la nostra vita è cambiata, cambiata troppo velocemente e le emozioni sono faticose da riordinare.

Possiamo dire ai nostri bambini che in questo momento anche noi ci sentiamo molto colpiti per quello che è successo e che, come la piena del fiume che è arrivata in modo impetuoso, anche come adulti abbiamo bisogno che le acque dentro di noi rientrino dentro gli argini.

Diamo dignità alle nostre emozioni come genitori. Possiamo mostrarle ai nostri bambini, anche quando non ci piacciono, anche quando esplodono in modo incontrollabile, anche quando sappiamo che li abbiamo esposti a delle nostre reazioni di cui poi ci siamo pentiti. **Possiamo riparlarne e condividere che a tutti capita in certi momenti di essere sovrastati da quello che ci accade, di perdere il controllo, però poi possiamo rifletterci insieme, senza paura di aver causato dei “traumi”.**

Questa è una grande testimonianza di umanità per loro.

Trasformiamo questa emergenza, che ha allagato le nostre case e le nostre strade, che ci ha fatto tracimare anche emotivamente, in un'occasione per essere ancora più vicini ai nostri figli... come dei salvagenti.

I bambini hanno diritto di sapere, di essere informati, di capire che cosa succede intorno a loro.

In questo momento o anche nelle prossime settimane, per sostenere i genitori che sentano il bisogno di uno spazio di confronto sui vissuti di questa situazione, il Centro per le famiglie può essere contattato per una consulenza educativa gratuita al numero 0546-691871 o via mail informafamiglie@romagnafaentina.it