

Giovedì, 10 settembre 2020

Rientro a scuola: "E' la paura degli adulti a generare ansia nei bambini"

I consigli della psicoterapeuta Adelia Lucattini: "Non sarà un anno facile, ma insegnanti e genitori devono stare calmi. Non serve bardarsi troppo"

Lorenzo Zacchetti



“Ai bambini bisogna porre le necessarie misure di protezione come un gioco: le mascherine possono diventare un piacevole travestimento e, se le maestre non sono in tensione e gli alunni le sentono tranquille, nulla li preoccuperà”, spiega **Adelia Lucattini, psicoterapeuta e psichiatra della Società Psicoanalitica Italiana (SPI) e International Psychoanalytical Association (IPA)**

“**I bambini percepiscono la nostra paura e proprio questo può metterli in ansia più di ogni altra cosa**” osserva l'esperta che commenta i comportamenti di alcune maestre arrivate a scuola ricoperte di camici e protezioni in plastica.

“**Non è affatto necessario bardarsi in quel modo a scuola perché non è un ambiente ospedaliero con alto rischio di contagio da virus, ma in classe si lavora con bambini in buona salute fisica:** tanto più che il Covid sulla plastica sopravvive due o tre giorni (infatti sono stati banditi anche tutti i giochi fatti di questo materiale), molto più che sul cartone (un giorno solo) e sulla stoffa, dove non rimane neanche per un secondo”.

"Quindi i dispositivi, se non adeguati o non usati correttamente, rischiano di essere fonte di contagio anziché di protezione".

Piuttosto, **il problema è quello della scarsa possibilità di movimento** mentre si è in classe: "Se i bambini stanno fermi troppe ore – avverte Lucattini - senza la ricreazione o senza poter fare la minima normale attività fisica, non riescono a sviluppare adeguatamente la propria intelligenza psicomotoria, oltre a correre il rischio di andare incontro a reazioni psicosomatiche come mal di testa e mal di pancia con nausea, fino al vomito".

"Un sostegno psicologico dovrebbe essere stabile nelle scuole, non solo per fronteggiare le tensioni e le difficoltà generate dalla pandemia - suggerisce Lucattini - Serve la presenza di specialisti in grado di aiutare gli alunni a gestire i propri stati d'animo, stress e angosce dovuti a problemi scolastici o di comunicazione con famiglia e insegnanti. Già alcuni docenti, quelli più bravi e motivati, svolgono spesso anche questa funzione, ma sarebbe utile strutturare un supporto, uno sportello di ascolto coordinato da esperti: gli studenti ci guadagnerebbero senz'altro sia in termini di profitto che di benessere psicologico e ne beneficerebbe la società tutta, perché i ragazzi sarebbero aiutati a crescere e ad essere adulti migliori".

"Con le mascherine gli adolescenti hanno meno possibilità di comunicare attraverso la mimica facciale, ma possono sviluppare altre capacità psichiche e psicologiche e altre vie di comunicazione: pensiamo per esempio alla sensibilità degli ipovedenti e dei sordi". Lucattini dà poi un suggerimento pratico: **"Ancora meglio delle mascherine chirurgiche raccomandate dal ministero dell'Istruzione, dalla prima media per gli studenti e per tutti gli insegnanti io propongo le FFP2, perché hanno una struttura rigida che non si attacca al volto e non si appiccicano alla pelle come le mascherine chirurgiche.** Fatte di un materiale migliore e più spesso, sono inoltre sanificabili con alcol denaturato superiore il 70%, cioè quello che usiamo per la casa. La mascherina chirurgica, invece, con il sudore va sostituita perché quando si bagna non permette più di respirare".

Inoltre, l'esperta dà un consiglio: **"Permettete ai ragazzi dalle scuole medie in poi, di poter usare sopra le FFP2 delle mascherine in cotone leggero con i loro personaggi preferiti o coordinate con l'abbigliamento:** un modo per sdrammatizzare e affrontare questa situazione 'antipatica' con meno stress".

"Sarà un anno difficile, mancheranno alcuni aspetti importanti legati al passato e alla vita sociale degli studenti: dagli abbracci del rientro dopo le vacanze alla gioia di stare a stretto contatto con gli amichetti, per ora sarà tutto in sordina. Con i gruppi a rotazione, ingressi e uscite scaglionati e distanziamento fisico, gli studenti non si ritroveranno subito tutti insieme e non esisterà per molti mesi il concetto di 'classe' poiché verrà smembrata e i ragazzi si dovranno separare. Non si potranno più formare i capannelli di genitori in chiacchiera amichevole davanti alla scuola o i gruppi di ragazzi che si trattengono per salutarsi o andare tutti insieme a fare merenda".

La psicoanalista quindi propone: **"Insegnanti e genitori: mostratevi sereni e mantenete la calma per non trasmettere messaggi errati e poter affrontare questa fase al meglio possibile"**.

Vai all'articolo:

https://www.affaritaliani.it/cronache/rientro-a-scuola-ecco-come-aiutare-i-propri-figli-i-consigli-della-psicologa-693543.html?refresh_ce