

Trauma d'infanzia: la lezione dell'Aquila

I genitori istruiti aiutano meglio i bimbi a elaborare gli eventi. «La verità non va negata, ma non può essere troppo dura»

ANCORA DEPRESSI DOPO 4 ANNI? ASPETTANO RISPOSTE POLITICHE

Un giovane istruito oggi sarà domani un genitore in grado di proteggere i propri figli in maniera più efficace da eventi traumatici e momenti difficili. È uno dei dati emersi dallo studio Rainbow, effettuato su duemila bambini abruzzesi per valutare l'impatto e le conseguenze psicologiche del terremoto del 2009, i cui risultati sono stati presentati al *Festival dei Saperi educativi*. Lo studio, coordinato dall'Ospedale pediatrico Bambino Gesù, ha rilevato fra i bimbi aquilani, a 12 mesi dal sisma, un'incidenza doppia di malessere psicologico rispetto ai coetanei di altre province abruzzesi: 11% contro 6,5% per l'ansia, 7,8% contro 3,2% per la depressione e 7,1% contro 2,4% per lo stress post traumatico. A 24 mesi di distanza, i sintomi psicopatologici erano attenuati ma ancora significativi. Poteva anche andar peggio se i bambini non avessero potuto contare sulla resilienza, insita in ogni individuo, cioè in quella capacità di adattarsi in maniera positiva alle avversità e ai traumi. Oltre che su una serie di fattori protettivi. Ce ne parla il neuropsichiatra infantile Paolo Feo, ricercatore dello studio Rainbow.

1 **Il contesto sociale.** L'esperienza traumatica crea sempre un forte turbamento iniziale. La resilienza dipende molto da come

risponde l'ambiente circostante, in particolare il proprio nucleo sociale, all'evento.

2 **I genitori.** La presenza di un genitore istruito ha un effetto protettivo sul bambino: «Mamma e papà istruiti possono gestire gli eventi con una maggiore varietà di risorse. Bisogna considerare però che l'istruzione si accompagna di solito a una condizione socio-economica agiata, mentre la povertà è, essa stessa, un fattore di rischio per la salute mentale». (All'Aquila l'85,2% delle madri esaminate è diplomato o laureato contro il 73,8% nelle altre province abruzzesi).

3 **Dare senso all'esperienza.** La comunicazione genitore-figlio è fondamentale: saper

dire le cose in modo comprensibile per il livello di sviluppo del bambino lo aiuta a dare un senso agli eventi vissuti, siano essi traumatici o soltanto imprevisti.

4 **Né nascondere né offrire una verità troppo dura.** Bisogna mostrare la verità in modo digeribile, protettivo, garantendo la presenza del genitore per elaborare l'esperienza.

5 **La famiglia.** La resilienza di un bambino dipende molto dal livello di connessione intrafamiliare, cioè dal supporto reciproco in casa e anche da confini chiari riguardo le reciproche aspettative. «Io, bambino, so davvero cosa aspettarmi da mamma e papà? Non che un giorno chiedo una cosa e la mamma me la dà e il giorno dopo la nega».

6 **La comunità.** Può fornire figure supportive, sostitutive o che espandono il sostegno offerto dai genitori. In particolare se il tessuto familiare non è adeguato o è disturbato.

7 **Lo scoraggiamento degli adulti.** Molti genitori non reggono la pressione protratta e la non responsabilità della società. «Nel terremoto perdo la casa, il lavoro, ma per mesi reggo, perché ho la speranza che un bel giorno riavrò una vita accettabile». Se dopo anni, come sta avvenendo all'Aquila, la rinascita non avviene, la depressione è inevitabilmente in agguato. La risposta, però, non può essere (soltanto) clinica. Deve essere, principalmente, socio-politica.

