Covid-19 e ragazzi: Bertoni (psicologa), "i genitori fanno la differenza. Una buona relazione e interazioni positive aiutano i figli ad adattarsi meglio alle situazioni critiche"

“Più che trovare a tutti i costi soluzioni e risposte ai bisogni dei figli, è importante essere sensibili e responsivi nei loro confronti. E' la qualità della relazione a fare la differenza”. Non ha dubbi Anna Bertoni, docente di psicologia sociale all'Università Cattolica. Intervenendo in diretta al webinar "Sempre di meno, sempre più a rischio. Pandemia Covid-19 e salute mentale di bambini e adolescenti", l'esperta spiega che in questi mesi, l'angoscia dei genitori rispetto a quanto stava accadendo e la paura per il futuro "hanno aumentato il malessere che un figlio adolescente può mostrare. Il genitore - ha avvertito - può davvero fare la differenza: una buona qualità di relazione, interazioni positive con i figli possono proteggerne il benessere". Ulteriore "fattore di protezione" è - se pure indirettamente - "una buona qualità di relazione tra i genitori. Se questi si stimano, vanno d'accordo, fanno fronte insieme agli eventi critici della vita, anche questo diventa un fattore protettivo nei confronti dei figli". Come, allora prendersi cura dei figli in questa fase così incerta? “Prendendosi cura di sé, della propria relazione di coppia e della propria rete sociale”, risponde l'esperta. Ma anche “attrezzarsi di risorse culturali e valoriali che consentano di attraversare questo momento rintracciandone, se pur faticosamente, un senso”. Secondo Bertoni occorre inoltre “guardare i ragazzi non come individui, ma come persone in relazione, riconoscendone i bisogni più profondi”. Questo, conclude, “consente di essere risorse per i propri figli consentendo loro di adattarsi meglio alle situazioni critiche”.

Giovanna Pasqualin Traversa