

**PROVINCIA AUTONOMA DI TRENTO**  
**anno scolastico 2019-2020**

**CORONAVIRUS**  
**Genitori e bambini in tempi di Pandemia**



**Documento a cura della *Dr.ssa Annamaria Voci***  
***Psicologa-Psicoterapeuta***  
***Specialista in età evolutiva***

*A Tutti i bambini, alla meraviglia del loro esistere,  
ai loro genitori che li accompagnano nel cammino della crescita.*

## **Gestire le emozioni dei bambini**

*“Nella **surreale atmosfera** che in questi giorni ha cambiato le nostre vite, coperto ogni cosa, ha fermato scuole e uffici, proprio dalle strade di Trento arriva una **bellissima storia** che insegna, ancora una volta, come (forse) non tutto il male venga per nuocere. I più colpiti, da questa strana settimana, sono forse i **bambini**. Con le **scuole chiuse**, i più piccoli si sono infatti **trovati a casa**, costretti a dover **ripensare i propri tempi e i propri spazi**. Così, i bambini di via delle Cave si sono rimboccati le maniche e si sono organizzati.*

*Da qualche giorno, i **bambini giocano e si rincorrono per la via**. Hanno appeso **due cartelli**, uno all'inizio della via e uno alla fine. Il primo è stato fatto dai **bambini più grandicelli**, l'altro da quelli più piccoli”.*

*“**Attenzione! Rallentare! I bambini giocano sulla strada**”, recita il primo cartello corredato da un disegno che raffigura **due bimbi (coloratissimi) all'interno di un triangolo rosso**. L'altro foglio, appeso poco più in là, ripete il messaggio: **“Rallentare! Bambini che giocano”**. Questa volta, un disegno più semplice accompagna la scritta.*



*“Per la via passano poche macchine e vanno molto piano. **Ma quando uno dei bambini avvistava una macchina, urlava agli altri: 'Macchinaaa'.**”*

*Insomma, pare che la chiusura di scuole e corsi abbia permesso ai **bambini di sperimentare quella speciale attitudine** che è la **noia** e di riscoprire un mondo scomparso fatto di **strade, di giochi a nascondino nelle corti e tra i portoni, di chiacchiere nei vicoli e di una semplicità antica**.*

*“È un aspetto positivo di questo periodo. Era **da qualche anno che non succedeva**. Negli anni '90, c'erano tanti bambini che giocavano per strada. È stato bello **vedere la via nuovamente piena di vita e di sorrisi**. Si saranno fatti una semplice domanda: **che facciamo?** E avranno dato l'unica risposta che un bambino può dare: **giociamo!**”.*

Questo piccolo articolo si leggeva sulla pagina on Line del giornale “il Dolomiti”, il 28 Febbraio del 2020, quando ancora forse non eravamo del tutto consapevoli, di quanto da lì a poco stava per accadere. Poi d’improvviso tutti a casa! Ed ecco che non solo i bambini e i ragazzi, ma anche e soprattutto i genitori si ritrovano a ri-pensare, ri-organizzare la comunicazione, il tempo e lo spazio di vita.

Il lockdown certamente arriva per tutti, forse per molti la cassa integrazione, per molti altri ancora lo smartworking, scenari diversi quindi, ma con un unico denominatore comune: “cosa dire ai piccoli e come rispondere ai loro bisogni?”

Occorre innanzitutto fare una premessa per riprendere le parole di Winnicott: “una delle più importanti funzioni della madre è quella di favorire il processo di integrazione dell’Io del bambino, attraverso la sua identificazione con esso e il suo contenimento, l’holding, che sostiene l’Io debole e immaturo del bambino e che implica due processi:

- 1) proteggere il bambino da eventi traumatici
- 2) prendersi cura del bambino rispondendo ai suoi bisogni

Tali processi permettono inoltre di acquisire un senso di fiducia nella madre, ma ritorna ogni qualvolta si presentano situazioni minacciose o stressanti”.

Sin da quando è piccolo, *“il bambino nel volto della madre vede sé stesso. La madre guarda il bambino e ciò che essa appare è in rapporto con ciò che essa scorge”.*

Con queste parole Winnicott, pediatra e psicoanalista inglese definisce il rispecchiamento del Sé del bambino in quello della madre, meccanismo psicologico fondamentale nel processo di costruzione dell’identità dell’individuo, indagato nei bambini sin dalla nascita.”

In un’ottica più aggiornata, riteniamo che tali funzioni debbano essere riferite alla coppia madre-padre.

In altre parole, di fronte alla tristezza, alla rabbia, alla paura, i bambini si trovano in balia di emozioni da cui vengono travolti e hanno bisogno di adulti capaci di sintonizzarsi con il loro stato mentale e di dare valore a ciò che stanno provando. *Solo gli adulti hanno le parole che aiutano i bambini a comprendere ciò che provano. Raccontare con le parole ad un bambino ciò che sta provando significa renderlo capace di poterlo fare a sua volta. Questa è la base dell’educazione emotiva: io so ciò che provi e grazie al fatto che tu ti senti rispecchiato dalle mie parole, dal mio sguardo, dai miei gesti (che sono sintonizzati e sincronizzati con quello che tu stai vivendo) tu puoi uscire dal tuo stato di disagio. Perché senti che io ti so sentire. Serve ai nostri figli. Ma serve anche agli adulti, quando ad esempio nella vita di coppia ci si sente invisibili e non compresi (A. Pellai).*

È sempre l’Adulto che contiene e qualifica la mente di un bambino. Se il bambino si sente rispecchiato nelle sue emozioni, il corpo e la mente si integrano dando luogo a quel senso di benessere e interezza della persona.

### ***Coccole sul cuore***

*Di fronte a tante cose inaspettate della vita*

*Mi pare di provare un’emozione indefinita*

*Può essere tristezza che mi fa sentire male*

*mi nasce nella pancia e poi fino al cuore sale  
A volte invece è rabbia che prende il sopravvento  
colora rosso fuoco le mie guance fino al mento  
Che sia tristezza o rabbia, vi chiedo di aiutarmi  
se mi vedete giù, provate a consolarmi  
Perchè le mie emozioni che siano belle o brutte  
Sono valide e io devo provarle proprio tutte  
Lo so che anche voi le avete in fondo al cuore  
Ma voi siete capaci di usare le parole  
Noi bimbi tante volte abbiamo dei pensieri  
che vivono in silenzio in angoli un po' neri  
che sono in noi nascosti e per avere luce  
soltanto il vostro aiuto a galla li conduce  
perciò se ho paura, son triste od arrabbiato  
di coccole sul cuore sarò sempre affamato.*

Questa filastrocca di Pellai sintetizza al meglio cosa provano i bambini, ma evidenzia quanto fondamentale sia la presenza dell'adulto nel sintonizzarsi con le loro emozioni.

Come gli adulti, anche i bambini stanno incontrando, in un momento così delicato e complesso, una vasta gamma di emozioni e perciò possono sentirsi **a volte soli o spaventati, arrabbiati, frustrati, tristi, confusi**. Sta all'adulto verbalizzare gli stati emotivi e dell'esperienza, tradurre la realtà, consapevoli del fatto che ciò che non viene tradotto in parole, passa comunque nella relazione. I bambini sentono la rabbia, non solo la loro, ma anche quella che il genitore prova, e così allo stesso modo tutte le altre emozioni, ma non sanno dirle, piuttosto le agiscono attraverso il corpo. È opportuno offrire loro un ambiente sereno e rassicurante, mediando anche la qualità e la quantità delle informazioni che magari arrivano ai piccoli in forma non filtrata.

C'è paura certo, ansia, preoccupazione per quanto sta accadendo, per il futuro, ma dialogare con i bambini utilizzando un linguaggio per loro comprensibile e che abbia il più possibile elementi concreti di realtà, li aiuta ad elaborare le emozioni e le informazioni in modo adeguato.

Dire ad un bambino in età prescolare che c'è un virus, una febbre, una tosse, da cui è importante che ci proteggiamo significa fornire elementi di realtà, aggiungere che possiamo proteggerci con le mascherine, lavando bene le mani, restare a casa, tenere la distanza dagli altri quando si esce, significa fornire altri elementi di realtà.

A questi elementi di realtà, è utile dare lettura delle emozioni, degli stati d'animo che ne possono derivare: *“forse è faticoso rimanere così tanto tempo a casa, tra un po' però si potrà uscire e giocare un poco fuori”, “capisco che vorresti stare all'aria aperta e giocare con i tuoi amichetti”, ti senti un poco solo, ti mancano la scuola, i giochi, la maestra, i tuoi compagni... ma intanto adesso facciamo delle cose insieme con mamma, con papà, con il fratellino o la sorellina... quando poi potremo uscire puoi rivedere un amichetto, per la scuola dovremo aspettare ancora un po'... ecc”, “vedo che ti senti tanto arrabbiato...”*.

*Rispetto alla mascherina per i bambini noi sappiamo che per legge:*

- a) Sono vietate sotto i due anni di età
- b) Sono obbligatorie sopra i sei anni di età.

*Tra i 2 e i 6 anni, l'uso resta a discrezione dei genitori. Probabilmente la possibilità che i nostri bambini possano tornare ad uscire all'aperto, a vedere altri amici, a fare attività in piccoli gruppi dipenderà in modo definitivo dalla loro capacità di saper usare la mascherina al bisogno. Ed è possibile che in contesti sociali, siano altri genitori a pretendere questo, come pre-requisito affinché le attività sociali con i bambini possano avvenire. Lo faranno perché intuiranno che tale modalità renderà più sicura ogni situazione in cui i loro figli si trovano a contatto con i figli degli altri. E questa precauzione ridurrà il rischio in occasione degli incontri in cui i nipotini andranno a visitare i loro nonni. Se il bambino indossa una mascherina è in grado di proteggere le persone più vulnerabili, inclusi i nonni, o parenti cari. (Pellai)*

Aggiungo inoltre che se i bambini giocano in piccolo gruppo, qualora ci sia l'apertura dei centri estivi, loro stessi vedranno l'educatore con la mascherina, per cui in modo speculare è utile che i bimbi siano aiutati a prenderne familiarità.

Se è vero da una parte che i bimbi sono esonerati a portare la mascherina, ci può essere il caso in cui mamma e papà potrebbero sentirsi più tranquilli nel farla indossare. È consigliabile, ma non obbligatorio per la legge. E se il bimbo si oppone? **“Mamma e papà mettono la mascherina. La metti anche tu?” Ne coloriamo una bianca insieme? Di che colore ti piace? Cosa vuoi disegnarci sopra?** Aiutiamo i bambini a prendere familiarità con la mascherina.

A proposito c'è una bella filastrocca di Alberto Pellai per i piccoli:

*Mi guardi ma non mi tocchi.  
E tutto passa dagli occhi.  
Vicini ma un po' distanti,  
siamo unici ed importanti  
Sei tu dietro la mascherina?  
Sei un gatto, un re o una fatina?  
Una tigre o un grande elefante,  
un clown o un principe elegante?  
Lì dietro c'è un naso e un viso,  
ci son io bimbo col mio sorriso  
Del mondo sono assai curioso,  
e cerco sempre il “meraviglioso”.  
Lo sguardo del resto è tutto,  
lì dentro c'è il bello e il brutto  
C'è rabbia, paura e gioia,  
sorpresa, tristezza e noia  
Nei miei occhi ci sono io,  
se tu mi guardi sei un po' anche mio  
Io e te insieme siamo noi e  
ora giochiamo a quello che vuoi.*

La filastrocca consente di:

- 1) **Parlare con il bambino del concetto di distanziamento sociale** ( *Mi guardi ma non mi tocchi, e tutto passa dagli occhi* )
- 2) **Il principio dell'autostima** ( *vicini ma un po' distanti, siamo unici e importanti* )

3) ***Giocare a trovare tanti differenti identità*** (*Sei tu dietro la mascherina? Sei un gatto, un re o una fatina? Una tigre o un grande elefante, un clown o un principe elegante?*)

Su questo punto mi sembra importante aggiungere che magari il bambino più insicuro può attivare l'angoscia dell'estraneo, non sapendo chi effettivamente c'è dietro alla mascherina. Utile in una situazione di gioco, alzarla e abbassarla in modo che il bambino possa incontrare ciò che è familiare.

4) ***Il bisogno di unire il concetto di "protezione", con il bisogno fisiologico di esplorazione che ogni bambino deve avere in età evolutiva.*** (*Del mondo sono assai curioso, e cerco sempre il "meraviglioso".*)

5) ***Frammenti di educazione emotiva*** (*Lo sguardo del resto è tutto, lì dentro c'è il bello e il brutto. C'è rabbia, paura e gioia, sorpresa, tristezza e noia*)

6) ***L'idea di trasformare tutto questo in un gioco cooperativo*** (*Nei miei occhi ci sono io, se tu mi guardi sei un po' anche mio, io e te insieme siamo noi e ora giochiamo a quello che vuoi.*)

È fondamentale concedere ai bambini di poter esprimere le loro emozioni pienamente, lasciandole fluire, concedere al bambino di potersi fermare sull'emozione che sta provando, significa legittimarla, permettergli di poterla vivere rendendosi disponibili all'ascolto dentro ad un tempo, senza banalizzarla nella fretta. È importante in questo tempo che anche noi adulti impariamo assieme ai bambini a recuperare il tempo della lentezza.

Solo preparando i bambini a gestire correttamente la propria emotività, potranno usufruire di quel bagaglio interiore necessario per vivere al meglio e per relazionarsi con gli altri in modo equilibrato e sereno. E spetta ai genitori, ai nonni, agli adulti di riferimento riuscire a sottrarre i bambini a quell'analfabetismo emotivo che è spesso alla base di tanti comportamenti dannosi. Non è necessario essere genitori speciali o avere chissà quali competenze (A. Pellai).

E del resto è pur vero che si diventa genitori quasi sempre senza strumenti adeguati. Spesso i genitori possono fare riferimento, quando questa c'è stata, solo alla capacità dei loro genitori di essere stati genitori amorevoli, attenti, capaci di interpretare i loro bisogni, per dare al bambino o alla bambina che sono stati le risposte adeguate per aiutarli a crescere. Oppure, quando questo è mancato, fare riferimento al desiderio di riparare quanto ritengono sia stato fatto di male nei loro confronti (R. Agosta).

D'altra parte, non esiste la possibilità di formare i genitori a diventare bravi genitori prima che nasca un bambino e si faccia l'esperienza proprio con quel bambino di essere genitori. Con quello e non con un altro perché con un altro è diverso e con un terzo è diverso ancora. La maggior parte dei genitori desidera e pensa di dare il meglio al proprio bambino e lo fa con gli strumenti che ha acquisito nella propria vita anche se questi strumenti sono a volte strumenti che possono ferire il bambino, come loro sono stati feriti (R. Agosta).

Ogni genitore, nell'incontro con il proprio figlio rivive esperienze di sé bambino/a, sperimenta quotidianamente vissuti della propria infanzia che influenzano il modo di leggere e di rispondere ai comportamenti del proprio bambino. I vissuti dei genitori come bambini (l'amore, l'odio, la rabbia, la delusione, il sentirsi visti, accuditi, compresi o non visti e non capiti), così come lo stile genitoriale, atteggiamenti e sentimenti degli adulti nei confronti delle nostre esigenze infantili espresse non solo con le parole ma anche con il corpo e con i comportamenti (empatia, tolleranza, capacità di tenere, rigidità, rabbia, distanza, indifferenza, amore, ...), sia le difese che abbiamo eretto per difenderci o

per affrontare il mondo, influiscono nella relazione con il proprio figlio. Possono essere presenti aree di fragilità personale come figli (cibo, sonno, rapporto con la propria aggressività) e come queste sono state gestite dai propri genitori riverberano nell'incontro con le stesse esperienze vissute dai figli ed in genere le emozioni ed esperienze di sé bambini, riecheggiano nel genitore.

Può succedere quindi che anche volendo essere diversi da genitori che ci possono avere fatto in parte soffrire o non capiti o emergono aspetti che ci sfuggono, con cui riproduciamo le stesse modalità, oppure si va all'opposto rischiando di sbagliare (R. Agosta). È importante quindi essere consapevoli delle proprie emozioni.

Per educare davvero serve soprattutto saper ascoltare, riuscire a percepire lo stato emotivo del bambino, entrare nella sua "sregolazione" interiore. E saper fare chiarezza. Con decisione e autorevolezza, ma anche con dolcezza. È dunque inutile e controproducente arrabbiarsi per i "capricci" dei bambini, Mostrare rabbia o stanchezza o mostrarsi confusi aggrava solo la situazione: si deve rimanere tranquilli, far vedere al piccolo che mamma o papà sanno "addomesticare" e placare la sua "esplosività. Sono i genitori con le loro interazioni, ovvero con ciò che dicono e fanno quando il piccolo sperimenta uno stato emotivo" a fornire ai bambini quella competenza che si struttura, organizza e sviluppa nell'età evolutiva e che poi durerà per tutta la vita.

Non è facile, ma il lavoro di educazione emotiva affidata al genitore non ha mai fine (A.Pellai).

È a mamma e papà che un bambino implicitamente affida il compito di entrare dentro ai suoi stati emotivi, immergersi nel magma un po' indistinto su cui lui non sa fare chiarezza, sperando che il suo stato di "sregolazione" emotiva trovi in chi si prende cura di lui la gestione più adeguata e le risposte di cui ha bisogno.

Quando il bambino piange è perché uno stato di disagio si accende in lui senza che lui sia capace di poterlo gestire. L'adulto che gli sta a fianco ne intercetta lo stato di attivazione e "sregolazione", cerca di comprenderne il senso e la trasforma in gesti e parole finalizzate a promuoverne la risoluzione. In generale l'adulto deve proporre al bambino una risposta speculare e complementare all'emozione che il bambino prova. Se il bambino è triste va confortato, se arrabbiato va contenuto e aiutato a non trasformare la sua emozione in qualcosa di violento che fa male a chi gli sta accanto, se ha paura va fatto sentire protetto e rassicurato. (A.Pellai)

**Lo stile più appropriato è quello autorevole che tiene conto dei bisogni del bambino, dall'altro pone dei limiti. Genera meno aggressività e più sicurezza, il bambino si sente rispettato, interiorizza le modalità di gestione delle pulsioni, delle emozioni del genitore.** L'adulto cerca di capire il motivo del no del figlio, del comportamento che appare inadeguato dando la sua presenza salda, ferma non rabbiosa, né debole; sostenendo il conflitto senza cedere se ritenuto importante. Possiamo non accondiscendere al suo no o al suo disobbedire ma possiamo verbalizzare/accogliere la sua emozione, esprimere comprensione pur ribadendo la regola "vedo che sei molto arrabbiato però... non si picchia", riconoscere la rabbia ma sottolineare il limite; "vedo che sei molto stanca, ma a tavola dobbiamo stare ancora un po'". Per il bambino sapere che il genitore lo vede, lo riconosce emotivamente è molto importante. Deve sentire che il genitore vede e sente quell'emozione che può aiutarlo a contenerla a gestirla.

**I bambini in questa fascia d'età necessitano anche di avere dei limiti: i limiti vanno distinti in divieti e regole, ed entrambi devono essere:**

- 1. costanti nel tempo;**
- 2. coerenti fra gli adulti, chiari su cosa si può o non si può fare;**
- 3. non devono mai veicolare un'offesa, un attacco all'autostima del bambino.**

**I divieti sono assoluti e fanno riferimento a: distruttività verso sé stessi, verso gli altri, verso l'ambiente.**

L'adulto deve rendere l'ambiente indistruttibile, solo un ambiente che sa auto-protegersi dall'aggressività del bambino, può proteggere il bambino stesso, e ciò lo rassicura che se non ce la fa da solo a controllarsi, l'adulto non lo lascia in balia delle sue pulsioni, ma si pone come contenitore esterno. Per far rispettare il divieto è necessario spostare fisicamente il bambino, usare la voce, non usare le mani in senso aggressivo, contenerlo fisicamente. (R. Agosta)

**Le regole sono di vario tipo, alcune possono essere comuni in ogni ambito, altre possono essere diverse da famiglia a famiglia, o talora da contesto a contesto.**

**Le regole** aiutano a rendere l'ambiente prevedibile: le prime regole sono pertanto i rituali del quotidiano (orari e modalità di organizzazione dei pasti e del sonno...);

**Le regole** danno la realtà, attivano la mente del bambino che pensa/fantastica l'oggetto non presente o mentre attende che venga esaudito il suo desiderio;

**Le regole** orientano il comportamento (questo sì questo no).

**Le regole a differenza dei divieti debbono essere flessibili:**

- 1) Consentire talora la trasgressione: si può far finta di "non vedere" su cose non pericolose o dannose (es. alzarsi da tavola, dire di no come autoaffermazione, voglio il gusto di fragola piuttosto che ...). La trasgressione permette al bambino di affermare sé stesso separandosi e differenziandosi dal genitore/ adulto.
- 2) Non va colpevolizzato il bambino, quando trasgredisce, con frasi tipo "mi fai soffrire"; la trasgressione non va presentata come qualcosa di irrimediabile, con conseguenze distruttive per il bambino (punitività eccessiva ed umiliazione, "ritiro dell'affetto"). Magari la trasgressione va poi ricondotta: "torna a sedere a tavola" o rimodulata mediando ove possibile con il bambino...
- 3) Consentire una riparazione sana (l'adulto non si mostra danneggiato dalla disubbidienza o dalla rabbia del bambino, mostra una disponibilità alla relazione con lui e propone possibilità per riparare il "danno", ad es. non dà punizioni fuori luogo, e troppo rigide e persecutorie: es, non guardi la tv per una settimana; magari si salta il cartone della sera, o si chiede di svolgere un piccolo incarico in casa, tipo aiutare a riordinare...) (R. Agosta)

Conflitto negoziato, ossia mediare con il bambino, fare **"un patto" sulle cose in cui si può - ed è opportuno - essere flessibili: questo consente l'affermazione di sé del bambino: possibilità parziale di incidere sulla realtà** (es. il bambino che non vuole spegnere la tv, o venire via interrompendo un gioco: gli si può dire: va bene, ancora 5-10 minuti"... però essendo poi precisi nel richiedere il rispetto di tale mediazione).

Quando il bambino non vuole obbedire, più che distrarlo, quando si può, bisognerebbe tentare di trasformare la condivisione dell'azione in chiave ludica. Per esempio, se non vuole andare via da un posto, si potrebbe proporre di andare via con un tono ACCATTIVANTE, dicendo che si andrà a fare qualcosa di diverso, ma di altrettanto interessante.

Se, invece, resiste, si può provare a rassicurarlo per 2-3 minuti, ma se comincia la sceneggiata o pesta i piedi, allora, senza innervosirsi, bisogna prenderlo di forza, non con rabbia, ma con decisione. A volte, poi, come adulti, avendo un rapporto affettivo con il bambino, possiamo temere di frustrarlo, perché magari piange, ci sembra che soffra (e in effetti soffre) incontrando un no al suo desiderio. Però se il bambino ha accanto un adulto che lo rassicura, che ha pazienza nella crisi di rabbia, che non lo colpevolizza e non aggiunge la propria rabbia e aggressività su di lui, reggendo la situazione, incoraggiandolo e dandogli il tempo di adattarsi gradualmente al limite, egli potrà superare la situazione, uscendo con un livello maggiore di autostima e di sicurezza.



“Mi sento una mamma cattiva se vado di là e gli spengo la televisione, pur dopo averglielo chiesto più volte per uscire, o per andare a letto: non è così!” (R. Agosta)

### **Come fare rispettare le regole.**

- 1) Non basta la voce fino ai 3-4 anni, occorre accompagnare fisicamente la richiesta al bambino, magari spostandolo, o togliendo l'oggetto che non deve toccare;
- 2) Necessità di tempo per l'interiorizzazione e l'obbedienza spontanea;
- 3) Preannunciare la regola: il bambino ha bisogno di tempo per adeguarsi mentalmente;
- 4) Spostamento fisico del bambino;
- 5) Stop fisico;
- 6) Uso della voce;
- 7) Non atti aggressivi da parte dell'adulto.

Verbalizzare le emozioni del bambino, per facilitare la mentalizzazione delle stesse e dunque gradualmente anche l'autocontrollo: l'adulto può dire al bambino che magari ha scagliato un oggetto o picchiato un compagno: “vedo che sei molto arrabbiato.”, per poi aggiungere il limite-divieto “però non si picchia...” Ed orientare ad incanalare la rabbia: “semmai dai i calci alla palla”... “O dai i pugni al cuscino... ecc...”

A questo proposito Brazelton scrive “la reazione di un genitore nel fermare il bambino deve essere chiara ed efficace. Imporgli un momento di pausa in ciò che sta facendo, allontanarlo dalla situazione troppo eccitante, tenerlo tra le braccia, cullarlo o tenerlo stretto tra le braccia possono essere metodi adeguati. L'espressione del volto e il tono della voce del genitore devono essere inequivocabili; sono la fonte delle informazioni che gli servono per apprendere. Aiutare il bambino a scoprire le parole per esprimere i sentimenti che ha trasformato in azioni, può essergli di aiuto per le volte successive.

O per canalizzare il mordere o il graffiare, che a 3 anni ancora possono esserci, una possibile strategia è quella di introdurre una tecnica cui il bambino possa far ricorso quando sente l'impulso di mordere: “che ne dici di stringere il tuo pupazzo preferito quando ti senti inquieto?”

In ogni caso l'intervento fisico e verbale non deve significare accettazione di ciò che è stato fatto, ma deve avere lo scopo di rassicurare il bambino del fatto di non essere più fuori controllo e di dargli speranza per il futuro. È necessario preoccuparsi di incoraggiare il bambino a credere che imparerà a controllarsi.

Lo scopo deve essere quello di aiutarlo a riconoscere i sentimenti di colpevolezza, noi preferiremmo parlare di sano senso di colpa collegato, come evidenza Winnicott, alla capacità di assumersi una preoccupazione responsabile per l'altro - la sua capacità di fermarsi.

Ossia il bambino dovrà REGOLAMENTARE L'ENERGIA, INCANALANDOLA VERSO MOVIMENTO ORGANIZZATO E VERSO CANALI PIU' SIMBOLICI; dovrà cercare via via alternative all'espressione dell'aggressività o anche cercherà strategie per aggirare l'ostacolo, tendendo al superamento delle difficoltà e dei limiti.

REGOLE E DIVIETI Non devono veicolare

- RIFIUTO
- SVALUTAZIONE
- DERISIONE
- UMILIAZIONE (PUNIZIONI INADEGUATE)
- SOTTRAZIONE DELL’AFFETTO
- RICATTI

**Se diciamo “sei una peste” è un attacco all’ autostima, un’offesa. Diverso è dire: “quando non metti a posto i giochi mi fai arrabbiare”. È necessario far notare l’errore al bambino, senza umiliarlo, mostrandogli l’alternativa. Se il genitore sgrida il figlio, ma poi torna a giocare con lui, allora egli capisce che anche se ha fatto una cosa sbagliata, non ha perso l’amore di mamma e papà.**

Bisognerebbe evitare frasi del tipo: “Se fai ancora così...”, “Non devi...”, perché il bambino coglie il richiamo come una sfida e disubbidisce nuovamente.

Stiamo, quindi, sull’impersonale, senza fare riferimento alla persona e non usiamo il termine “se”: “Questa cosa non si fa”, oppure, “Questo non si può fare.”

L’ adulto ha quindi un ruolo fondamentale nel gestire l’aggressività. **È necessario sia saper leggere l’aggressività che il bambino ci porta, ma saper riconoscere anche la propria e il proprio rapporto con essa.** L’occhio consapevole dell’adulto quindi ma soprattutto una relazione affettivamente significativa, diventano contenitivi dell’aggressività e strutturanti dell’identità.

**L’adulto deve dare modello di controllo degli impulsi e capacità di rispettare lui stesso le regole. La coerenza facilita il rispetto.**

### **E adesso che succede?**

Che succede? Che cos’è questo tempo che stiamo vivendo? A cosa porta? “*Diventare genitori è come intraprendere un misterioso, affascinante, ma anche faticoso viaggio, occorre fiducia, pazienza, ma anche tolleranza dell’imperfezione*” (S. Mantovani)”. Si sente tanto parlare di “Resilienza”, ma è una parola che non va soltanto maneggiata, piuttosto messa in pratica che ha a che fare con la capacità **di cogliere un’opportunità in ciò che stiamo vivendo, accettare una nuova situazione di difficoltà.**

**Dobbiamo stare a casa** e di conseguenza cambia tutto il nostro sistema di relazioni. La casa diventa scuola e luogo di lavoro. I genitori lavorano e devono anche accollarsi una parte di lavoro che solitamente è delegato agli insegnanti. **La famosa società fluida diventa più densa**, il nostro mondo si rimpicciolisce. Dobbiamo fermarci, attendere. “È il bello di restare” (A. Pellai)

In questo “tempo” in cui ci siamo *ritrovati*, non per volontà ma per compito in quanto “attori sociali”, a “non essere più padroni del nostro tempo” o, “custodi del nostro tempo”, quanto e come siamo ancora in grado di abitarlo?

La **libertà** dei genitori (e non solo) si traduce in **necessità** di ripensarsi alla luce di *nuovi confini*, nuovi schemi, nuove regole sociali che hanno preso il sopravvento sulla soggettività.

Questa “privazione di libertà” che stiamo vivendo ci obbliga a mettere in dialogo i sistemi micro (scuola/famiglia/nonni/luoghi sportivi...) con quelli macro (la cultura dell’infanzia, le iniziative di welfare ecc..). Ci obbliga a mettere in circolo gli interrogativi, i bisogni, le possibilità alla luce non della “libertà di scelta” ma della “necessità di scelta”.

Scelta di come ristrutturare la dimensione familiare, come ripensare la quotidianità, come rispondere ai bisogni evolutivi dei bambini, come coltivare le relazioni, gli interessi... come vivere questo tempo e, all’interno di questa parentesi storica, come ABITARE IL TEMPO (C. Castoldi, 2020).

E allora questo tempo deve essere ripensato come dispositivo che ha la finalità di ridefinire logiche, di affinare pratiche, di inventare strade, di ripensare bisogni, di ri-significare possibilità, di costruire nuovi dialoghi e nuove reti a sostegno dei nuovi confini che ci siamo ritrovati ad abitare.

Dobbiamo ripensarci QUINDI come uomini, donne, bambini, vicini di casa, amici, compagni di scuola.

È un tempo che non abbiamo mai attraversato, conosciuto, scoperto, sfidato, vinto ma che siamo chiamati a tradurre in “dimora” per la prima volta.

Dimora di nuovi sistemi, nuove connessioni, nuovi dispositivi, nuove forme di dialogo.

Dobbiamo ripensarlo per noi, per gli altri, per i bambini, per nutrire il tessuto sociale.

Ripensare la quotidianità con i suoi ritmi, i suoi luoghi, i suoi transiti, i suoi riti.

Ripensare tutti i dialoghi tra dentro e fuori. Dentro e fuori le case. Dentro e fuori i nuclei familiari.

Dentro e fuori le istituzioni. Dentro e fuori il paese.

Ripensare il tempo da vivere “dentro” per ri-significarlo alla luce di tutte quelle “connessioni” possibili che ci permettono di sentirci ancorati anche al “fuori” (C. Castoldi).

Le persone, i luoghi, le idee, le esperienze devono allargare *i confini*.

Trovare modi perché il fuori non sia solo una dimensione di “pericolo” ma sia anche “una risorsa”: ricercare, coltivare, costruire dialoghi con quel fuori che ci riconnette alla dimensione collettiva, al tessuto sociale.

I bambini si stanno “adattando” a questo nuovo dispositivo ma hanno bisogno del nostro aiuto.

“Nonostante il tempo abbia stravolto le nostre vite. Nonostante sia difficile sostare in questo tempo. Nonostante i limiti a volte ci facciano sentire in gabbia. Proviamo a sconfinare: anche solo con il pensiero, con il “sentire” in comune, con la valorizzazione dei ricordi, con la costruzione di nuove strade attraverso le quali ritrovarci. A distanza. Ma ritrovarci, gli uni per gli altri.

Forse, attraverso questo pezzo si può ritrovare un panorama possibile di idee, emozioni, possibilità, responsabilità. Si può ritrovare la bellezza di nuovi accostamenti di pensiero, di nuove letture e di nuove connessioni. (C.Castoldi)

E forse ci si può concedere la possibilità, se non ancora di ritrovarsi, ma di sentirsi “meno persi”.

E di guardare in faccia un Tempo.

Da abitare, da governare, da re-inventare.

*«Impariamo quindi a **sostare**. Abbiamo interrotto un percorso e siamo in una zona di sosta. Impariamo quindi a dare valore al bello che c’è dentro alla sosta. Sostare include due parole: **so e stare, ma non è così scontato che “so” stare**». Emergono fattori di rischio della relazione genitori-figli che dobbiamo provare a rimaneggiare, approfittando del tempo più rilassato e tranquillo per ridare uno spazio alla convivialità, ritrovare nel pranzo e nella cena uno spazio di relazione. Impariamo a sostare. E i figli si sintonizzano in questa dimensione. (A Pellai)*

Essere come il comandante di un aereo in mezzo ad una turbolenza.

*«È come essere su un aereo che sta attraversando una turbolenza – il comandante con controllo, competenza e autorevolezza avvisa con poche parole chiare e corrette i passeggeri che provano paura, sconcerto, sono vulnerabili. Tutto passerà. Ecco, l'adulto è il comandante che sa il fatto suo. Nostra responsabilità di educatori è sostenere quindi i figli, con il nostro “come”, più che con “cosa”. Significa che dobbiamo mantenere una dimensione vitale, energetica, perché se cadiamo noi adulti, precipitano anche i ragazzi. Dobbiamo trovare la resilienza necessaria per far fronte al momento. La tentazione di rimanere distesi sul divano o davanti ad uno schermo è tanta. Ma dobbiamo essere nutrienti per i nostri bambini, giorno per giorno». (A Pellai)*

*Come?*

In un libro intitolato “**Building resilience in children and teens**”, il pediatra americano Kenneth Ginsburg ha evidenziato **7 fattori cruciali** per crescere bambini resilienti. Noi pensiamo che la resilienza sia stretta parente dell'amore incondizionato e che più un bambino si sente amato per quello che è, più svilupperà la forza di reagire al cambiamento. Si tratta poi di un'attitudine personale, che varia da individuo ad individuo. Ma la formula **fiducia + amore = resilienza** rappresenta da sempre un buon punto di partenza.

PORTIAMO LE 7 C DELLA RESILIENZA NELLA NOSTRA VITA

### **C di Competence**

Servono esperienze concrete per imparare a fidarci del nostro giudizio. Tante volte lo abbiamo detto: non si può parlare di nuoto se non ci si è buttati nel mare. Allo stesso modo, il coraggio di buttarsi lo si trova solo se si crede in sé stessi. La certezza delle proprie capacità è fondamentale.

Domande:

- Elogi i bambini per i loro punti di forza?
- Li aiuti a pensare con la loro testa?

### **C di Confidence**

Non basta dire a un bambino che per noi è speciale: serve contestualizzare, spiegando in che situazione abbiamo ammirato il suo comportamento. Essere generici non aiuta, perché non trasmette nulla di significativo.

Domande:

- Che cosa rende davvero speciale il tuo bambino?
- Cosa rende speciali te e la tua famiglia?

### **C di Connection**

È quella rete di affetti di cui parlavamo prima: chi è amato, più facilmente sviluppa sicurezza, arricchita da valori forti e stabili. Permetti al bambino di esprimere le sue emozioni, sii umana/o e trasmetti le tue.

I “Non piangere” o “Non essere triste” dovrebbero essere sostituiti da “Capita anche a me di essere triste, ti va di parlarne?”.

Domande:

- Fai qualcosa per far capire il vostro supporto emotivo a chi ti sta intorno?
- Come ti poni di fronte al malessere altrui? Riesci ad ascoltare?

## C di Character

Purtroppo, i sì e i no costano tanta fatica, ma vanno detti. Insegnare sin da piccoli a prendere una posizione (argomentata, chiaramente), significa dare la forza di contribuire attivamente al cambiamento e diventare adulti equilibrati. Il carattere ci aiuta a rimanere fedeli ai nostri valori.

Domande:

- Stimoli il bambino a formulare opinioni o difendere le proprie idee?
- Insegni la sacra arte del dibattito rispettoso?

## C di Contribution

Sapere di contribuire alla costruzione di un progetto comune, più grande della nostra individualità, è un prezioso alimento per la resilienza. Non dimenticarti mai di aiutare e di dire grazie per l'aiuto ricevuto. Banale sì, ma potentissimo e motivante.

Domande:

- Chiedi aiuto ai tuoi figli?
- Sai dividere il carico mentale in famiglia?

## C di Coping

In un mondo pieno di pericoli, il modo migliore per affrontarli è costruire un ampio repertorio di strategie positive e flessibili per affrontare (“*to cope*”) le situazioni difficili, riducendo lo stress. I problemi vanno divisi in piccoli step, senza arrivare al limite della tua capacità emotiva. Domande:

- Sai distinguere un problema da una difficoltà meno significativa?
- Sai fare reframing, immaginando il “Se fosse”?

## C di Control

Sapere di poter controllare il risultato di una decisione ci aiuta a dare la giusta prospettiva alle situazioni difficili. In altre parole, se scegliamo tutto noi al posto dei bambini, non impareranno mai il controllo interiore e il governo della sfera emotiva. Proviamo ad insegnare che, quasi sempre, ciò che capita è frutto di scelte e dobbiamo imparare a ponderare bene le nostre.

Domande:

- Aiuti i bambini a pensare al futuro?
- Hai voglia di fare progetti a lunga scadenza o ti spaventa pensare a ciò che sarà?

Ricorda ai bambini che in questo periodo è necessario il distanziamento fisico ma non il distanziamento sociale. In questo periodo anche **i bambini hanno bisogno di rimanere in relazione con gli altri**, con i compagni di scuola, con i suoi amici, attraverso chiamate e videochiamate per condividere con i suoi pari vissuti ed emozioni, o semplicemente per raccontarsi e sentirsi meno soli.

“I bambini stanno vivendo la sospensione di un’esperienza, quella scolastica. Sospensione che corrisponde a una perdita di riferimenti, di routine e di conquiste: la presenza in sezione, le risa chiassose dei bambini, lo stesso edificio scolastico, li aggancia al mondo esterno, alla fondamentale esperienza della socializzazione, li aggancia alla autorevolezza della figura dell’insegnante che trasmette saperi in forma ludica, ma che richiama le regole; la voce e le parole dell’adulto, l’aggancio dello sguardo tengono nella relazione e danno contenimento. Questi sono momenti insostituibili e

necessari che accompagnano la crescita dei bambini. Fondamentale quindi in questa fase di emergenza il ruolo degli adulti (non solo genitori, ma anche insegnanti).

Esperienze e abitudini in stand-by. “i bambini in età prescolare (nido e scuola dell’infanzia) inevitabilmente vanno incontro a possibili regressioni, a stadi precedenti nelle varie aree dello sviluppo (sonno, alimentazione, controllo sfinterico ecc). È inevitabile, poiché l’isolamento va a riconsolidare la dipendenza nei confronti dell’adulto, quando il suo graduale superamento è affidato ad insegnanti e consolidato nel gruppo dei pari (Intervista di Barbara Gnisci alla scrivente per articolo giornalistico pubblicato su Corriere di Romagna del 3 maggio 2020).

Allora, anche questa situazione di difficoltà può trasformarsi per il genitore in una risorsa da mettere in gioco, mantenendo per esempio alcune routine che il bambino viveva fino a non molto tempo fa. Svegliarsi al mattino, lavarsi, vestirsi, organizzare la giornata dà alla giornata il senso, anche dell’essere insieme e del condividere, cose, esperienze. Ri-incontrarsi. Pensiamo che i bambini ci chiedono tempo e presenza autentica.

Ai bambini piccoli lo sappiamo, piace avere i genitori a casa, ma **allo stesso tempo soffrono tantissimo l’azzeramento delle routine cui erano abituati, la negazione dei rapporti con gli amici, i pari e la mancanza dell’esplorazione, dimensione di cui la loro crescita si nutre”. I genitori possono continuare a consolidare gli obiettivi di autonomia raggiunti, cogliere le nuove conquiste.**

Molto utile in questo senso il gioco simbolico che in casa si sviluppa **coinvolgendo i bambini nelle attività domestiche**: “Questo non solo li aiuta a crescere ma, attraverso la condivisione, coltiva la relazione con i figli”. Quando tutto ripartirà bisognerà allenarli a tenere di nuovo un ritmo e una struttura, persi nei mesi senza scuola e aiutarli a riallacciare le relazioni “magari già dall’estate”, tenendo presente che per chi aveva appena iniziato da poco il nido o la scuola dell’infanzia, ripartire sarà probabilmente un pochino più difficile. Come ricominciare da capo (A. Pellai).

## Scatti di vita

### I genitori raccontano il loro “confinamento”

*Le storie che seguono sono scatti di vita vera, poiché ho chiesto ad alcuni genitori di mia conoscenza e con cui ho un rapporto amicale o di familiarità, di raccontarmi questo loro periodo, che vuole essere un modo di evidenziare l'elemento puramente esperienziale. I genitori mi hanno dato autorizzazione, rispettando la privacy, di trasferire qui, quanto di seguito osserverete.*

#### S., 2 anni e 7 mesi

##### **Direttamente dal WhatsApp della mamma**

*“Ti racconto ciò che abbiamo fatto in queste giornate di quarantena per capire un po' le nostre abitudini: solitamente alle ore 07.30 i bimbi sono già svegli e subito dopo la colazione la prima cosa che faccio è vestirli, perché anche se non usciamo penso non sia corretto lasciarli tutto il giorno in pigiama. Il mattino lo abbiamo dedicato alle attività: costruzione di strumenti musicali con oggetti di recupero, travasi, imparato a fare il pane e la pizza; il giorno di Pasqua abbiamo colorato le uova e molte volte abbiamo trasformato la casa in una discoteca, così da poterci scatenare nel ballo. Il pranzo e la cena sono diventati ormai i momenti più belli perché abbiamo trasformato il balconcino in un ristorante, in un'area Pic-nic e in un'area attrezzata per fare grigliate e devo dire che mio figlio S. ne è sempre entusiasta. Il pomeriggio solitamente guarda un po' di tv e poi lo facciamo giocare nella vasca da bagno o nella doccia, fortunatamente siamo riusciti a mantenere la routine del riposo. Il momento più critico della giornata è la sera (per fortuna non tutte le sere) perché S. risulta più nervoso e annoiato, esprimendo la sua rabbia e la sua noia con urla e in questi casi bisogna lasciarlo sfogare fino a quando è lui stesso a calmarsi perché i nostri tentativi di tranquillizzarlo sono vani. Alcune citazioni che mi sono rimaste impresse in queste ultime settimane sono le seguenti: “mamma perché non vado più al parco giochi a giocare con i miei amici?” “mamma voglio vedere i nonni!”, “perché non andiamo più a casa degli zii?”. Queste settimane di quarantena nel suo paradosso hanno anche portato a grandi conquiste, ad esempio S. non porta più il pannolino, ha imparato a mangiare da solo e senza cartoni e rimette nell'armadio i suoi vestiti lavati. Dal mio punto di vista nelle ultime settimane ci sono stati momenti di gioia ma anche di grande sconforto e paura, ritrovarsi nel bel mezzo di una pandemia dopo un post partum in cui oltre ai dolori fisici ti ritrovi a dover fare i conti con la paura, i mille dubbi e pensieri che ti assalgono non è semplice, una madre si sente impotente e non in grado di proteggere i propri figli perché anche solo portare fuori casa una neonata per sottoporla ai dovuti controlli ti terrorizza, per cui tutto ciò che una volta poteva essere un'azione semplice e normale ora è diventato quasi un incubo, non ci si sente più protetti e sicuri. In tutto ciò ovviamente la mia grande forza e il mio scudo è stato Saverio perché è proprio in questi momenti che penso che a fare la differenza sia avere accanto un marito che ti sostenga e ti aiuti. Per ora penso di averti raccontato qualcosina di noi per iniziare a capire la nostra PANDEMIA”.*

*Il papà mi racconta: “inizialmente la quarantena è stata molto difficile perché in un momento del genere l'arrivo di una neonata ha messo in crisi tutti noi; non avere la sicurezza di poterla far visitare, sapere se cresce nel modo corretto per un genitore è davvero frustrante e inoltre nella prima settimana mi sono dovuto far carico di entrambi i bambini, perché D. ha avuto la mastite con febbre a 40. È stata dura e per un attimo ho pensato di non farcela, perché abituato ad avere il supporto non indifferente di nonni e zii, poi per fortuna con tanta forza fisica e mentale tutto è stato gestito e organizzato nel migliore dei modi. Grazie alle molteplici attività organizzate per intrattenere Samuele abbiamo passato delle fantastiche giornate, anche spensierate, nonostante il momento. Durante le*

*prime settimane, mi è mancato l'ambiente lavorativo, ma oggi dopo due mesi sono felice di essere rimasto a casa e di aver avuto la fortuna di poter godere della mia famiglia. Per quanto riguarda S., a differenza di D. che patisce a vederlo chiuso in casa, anche se penso che sicuramente gli sia mancato un significativo ambiente familiare e quotidiano, mi riferisco alla casa degli zii e della nonna, i cuginetti con cui era sempre abituato a giocare, penso che non è comunque mai stato trascurato in questo periodo, perché entrambi siamo in cassa integrazione e non lavoriamo in smart working; tutto il nostro tempo si è potuto concentrare su di lui, oltre che sulla piccola G. Ogni scossone negativo che avviene nella mia vita cerco di trasformarlo in qualcosa di positivo.*

Il “confinamento” di questi due giovani genitori è connotato da momenti di grande gioia per un evento straordinario che è la nascita. Allo stesso tempo ci sono stati anche i piccoli momenti, di fatica, di preoccupazione, di ansia per la gestione di due bambini ancora piccoli. D. evidenzia l'importanza di un “marito” e di un “papà” che c'è, che lei definisce il suo scudo. S., trova in sé le risorse per trasformare un momento difficile, in un evento positivo. S. nel frattempo è cresciuto, ha imparato a mangiare da solo, e per la prima volta ad utilizzare l'oggetto transizionale, mai usato prima, forse gli serve per rassicurarsi, per viverli i suoi momenti di malinconia “del fuori”, quando guarda verso la finestra. Non sono mancati i momenti di rabbia: In terrazza, guardando verso gli alberi, con le braccia conserte e il muso corrucchiato diceva al babbo: “sono arrabbiato, sono arrabbiato, io non sono monello, sono arrabbiato con i mostri”.

### **S., 2 anni e 7 mesi, aiuta il papà ad impastare il pane**





Nella prima settimana di quarantena: *“Mamma perché devo stare a casa e le macchine continuano a passare?”* Mamma e papà hanno raccontato la verità a S. spiegando che c'è un virus in giro, che questa è la ragione per cui si deve stare a casa, per non prendere la febbre e che il giorno in cui si uscirà bisognerà indossare la mascherina. Le macchine continuano a passare perché ci sono persone che fanno lavori importanti come il suo dottore, che deve aiutare le persone che hanno la febbre.



**S. al lavoro: Costruzione di strumenti musicali con oggetti di recupero...**



**“La sorellina è bellissima ed è solo mia...”**



**Pic-nic sul balcone con preparazione degli hamburger...**



**S. disegna il coronavirus...**



**“torno a giocare un po’ in cortile...”**



E finalmente l’incontro con la zia C.: con lei S. trascorreva normalmente la giornata, al mattino la mamma lo porta da lei, va al lavoro, rientra per il pranzo, poi di nuovo al lavoro... una routine che si è fermata due mesi...



## M., 3 anni e mezzo

### **Direttamente dal WhatsApp della mamma**

*“M. aveva iniziato l’inserimento alla scuola dell’infanzia, è sempre stata una bambina regolare con il sonno, a parte piccoli episodi di risvegli notturni in concomitanza con l’inserimento e verso il periodo natalizio. In questo tempo di “confinamento” ha avuto spesso risvegli notturni, manifesta delle paure e cerca le coccole di mamma e babbo. Ha bisogno di sentirci entrambi vicini. Dopo un po' di coccole, la saluto mentre il babbo la prende in braccio e la porta di la, nel suo lettino. Ci sono delle volte in cui M. è consapevole di avere bisogno di ancora un po' di coccole e dice "no, ancora un pochino" quando le diciamo che è ora di tornare nel suo lettino. Altre in cui acconsente e si lascia portare nella sua stanza dicendo "si", come se sentisse di essere pronta, dandomi la buonanotte e un bacino "volante". Manifesta la paura dei ladri, che però ha un'attinenza con la realtà, poiché sono entrati in casa qualche anno fa. Ci sono momenti, in cui afferma che se arrivano i ladri, lei le dà una scopa in testa, altri di maggiore fragilità in cui mi dice: “mamma, metti un cartello al piano di sotto con scritto: “M. HA PAURA” così magari lo capiscono e se ne vanno. Ultimamente chiede del suo compleanno, che si festeggia in luglio. Ha sempre avuto il desiderio di trascorrerlo al mare con i suoi amici della "scuolina", che ogni tanto ricorda, soprattutto la sua "migliore" amica e ha detto:” ma adesso io come faccio? Mi manca il mare, la montagna, la piscina”, noi siamo soliti andare, soprattutto in campeggio con il camper e ci piace molto. Infatti M. gioca spesso al camper, che partiamo per le vacanze, gioco iniziato prima della quarantena, ma che per tutto il primo periodo di isolamento era all'ordine del giorno. L'aspetto positivo, creativo è che entrambe le sorelle hanno sempre giocato “a fare il gioco della spiaggia”. È un gioco che piace moltissimo, hanno bisogno di trovarsi uno spazio ludico anche a casa. M. ha momenti in cui va in crisi, che esprime con intensi pianti disperati che di solito non aveva, e solo con una mia mediazione o di mio marito riesce ad uscirne, tornando a giocare o a impegnarsi in qualche attività, soprattutto con la sorella. Una volta L. (la sorella) ha inventato una gara di macchine, utilizzando del cartone, M. è scoppiata in un pianto a dirotto dicendo: “io non posso partecipare alla gara, la mia gara è finita, non la farò mai più...”, ogni tentativo di L. o mio di tranquillizzarla era vano. Mi sono messa a pensare e mi sono ricordata che alla scuola dell’infanzia c’è uno spiazzale con le biciclette che loro usano per fare le gare. Allora le ho detto che aveva ragione d’essere triste e forse un po' arrabbiata, perché quella gara, per adesso, non può farla e forse, purtroppo, non potrà farla per tanto. M. mi ha guardata e pochissimo tempo dopo, uscita dalla crisi, ha iniziato a giocare con la sorella sulla macchinina di cartone ridendo e divertendosi. Un'altra volta, ha sentito la sorella tossire mentre era in videolezione e mi ha guardata spaventata, ferma come bloccata e mi ha detto "mamma ho paura di quella cosa" la mamma l'ha tranquillizzata dicendo che la sorella aveva un po' di tosse, ma non si trattava di “coronello.” In questo periodo ha chiesto alla mamma più volte se “coronello” è anche un po' buono, che lei lo ha nel cuore, si è chiesta come fa a "salvare" lei tutte le persone. Il papà le ha spiegato che non deve pensarci lei, ma ci pensano i medici, noi facciamo quello che abbiamo fatto fino adesso per non permettere a coronello di stare con noi o con altri...E’ un momento in cui devo dire, stiamo scoprendo tante cose, M. per la prima volta ha disegnato il “testone” e questa cosa è stata bellissima, mai mi sarei aspettata di vedere il "testone" proprio in quarantena, momento vissuto con molta gioia anche dalla sorella L. Io e mio marito, condividiamo l’amore per la natura e in questo periodo stiamo scoprendo tante cose nuove anche a casa per esempio, la strada dove è posta la nostra casa, di solito è sempre trafficata, ma ora c'è un silenzio surreale. A volte dico alle mie bambine: “ascoltate il silenzio”, soprattutto la sera, "sentite gli odori, i sapori della natura" e M. a volte mi dice: “mamma ascoltiamo il silenzio”. Sempre in questo periodo, M. stupisce con il suo modo di trovare il lato positivo e creativo delle cose: per lei il bicchiere è sempre mezzo pieno, lo è sempre stato, ma non mi sarei aspettata che lo fosse pure ora. "Beh...allora possiamo fare così..." E trova lei la mediazione con la sorella o con noi”. E inoltre non sono mancati i momenti per le attività di pittura, pane, biscotti, dolci...*

**“la mia pittura...”**



**Quando non si può andare in campeggio...**



**Laboratorio di truccabimbi...**



**Il mare a casa...**



**Voglia di mare d'inverno...**



**Macchina da corsa pronta per la gara...**



**Facciamo i biscotti di pasta frolla...**



**Costruzione con il papà di piccolo accampamento di indiani nel giardino,  
quando il campeggio non si può ancora fare...**



**In terrazza, facciamo finta di essere al ristorante  
...ai grandi il loro spazio e ai piccoli il loro...**



**Costruzione di una piccola casa appoggiata sull'albero...**



**Si legge nella tenda/camper...**



**Babbo e mamma...**

**famiglia felice con il mondo e il giallo e con tutti i colori del mondo**

**Regalo per la mamma**



## V., 4 anni e mezzo

### **Direttamente dal WhtasApp della mamma**

*“chiusi in casa tutto il giorno, ogni giorno, non è facile; soprattutto per i bimbi, abituati a frequentare la scuola dell’infanzia e a condividere i momenti di svago con i loro coetanei. Perciò, proprio per compensare questo “vuoto” creato dal virus, cerco ogni giorno di proporgli delle attività che possano attirare la sua attenzione: sulla base di una fattoria in cartone, abbiamo realizzato con il didò le sagome degli animali. V. con l’aiuto delle formine ha creato una mucca, le rondini, la paperella! Non avendo formine del gatto, che è il suo animaletto preferito, mi ha chiesto se glielo modellassi io! Ho colto, allora, la palla al balzo per raccontargli la storiella del gattino salterello.”*

“C’era una volta un gattino salterello (procedere con il didò a modellare il gattino). Il gattino salterello voleva stare sempre fuori casa, all’aria aperta e aveva sempre avuto il desiderio di conoscere tutti gli abitanti della città, altri gattini e tutti gli altri animaletti che c’erano in giro. Il gattino salterello aveva saputo che un altro gattino aveva preso la tosse e così altri abitanti della città presero anche loro la tosse. Facevano starnuti di continuo: “etcui etcui”. Il capo della città disse a tutti gli abitanti che bisognava stare a casetta fino a quando la tosse non sarebbe andata via. Il gattino salterello si sentiva un po’ triste perché non poteva continuare a gironzolare per la città e disse alla mamma: voglio giocare con tutti gli animali della città.” La mamma gli disse che non si poteva, ma ebbe un’idea: Disse al gattino salterello che bisognava fare le mascherine colorate, così si poteva salutarsi ogni tanto e fare un giretto giù nel cortile. (Modellare le mascherine per gli animaletti e farle colorate. ) La mamma prese poi le mascherine fatte da gattino salterello, che erano bellissime, tutte diverse e colorate) e le distribuì agli altri animali. Gattino salterello si sentiva forte e capace perché aveva costruito delle mascherine che bastavano per tutti. (Testo Annamaria Voci 2020)

*“Invece in un'altra occasione, abbiamo fatto i pesciolini e dopo un po' si è messo a gridare perché desiderava andare al mare! Io gli dicevo che non si può uscire perché c'è il virus e lui continuava imperterrito con lo stesso tono di voce ad urlare che vuole andare al mare! Questo, qualche settimana fa! Dopo qualche giorno, invece parlando gli ho detto se vuole andare al mare e mi ha detto: “non si può andare al mare perché c'è il virus e i carabinieri ci fermano quando usciamo di casa! Evidentemente ci avrà sentito parlare con anche il papà ed ha elaborato! Perché a pranzo abbiamo parlato del mare di come sarà la situazione quest'estate e lui ha capito.” Ho notato in questo periodo che vuole essere imboccato, mentre prima mangiava da solo.*

**Gattino salterello**



**Fattoria di cartone...**



**Pesciolini del mare...**



**Farfalla...**



**“Faccio i biscotti con la mamma...”**

“



**con il rotolo della pellicola... sparo al lupo e dico allo stesso: “Lupo fai il bravo! Lupo fai il bravo!”**





**“mamma, le mani vanno lavate bene bene, per cacciare il virus”**



**preparo con la mamma il lavoretto per Pasqua**



## V. disegna il coronavirus



## E ora disegno e pittura...



**I capolavori della quarantena di V.  
(le cassette con la mamma, la pittura da solo...)**



**E poi sto un po' all'aria aperta...**



## G., 5 anni e mezzo

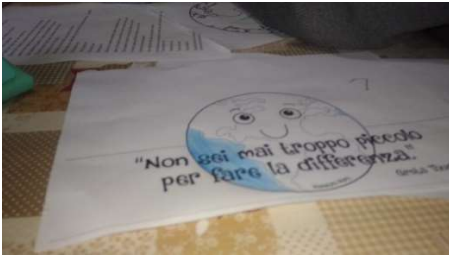
### **Direttamente dal WhatsApp della zia M.R**

*“G. fino a qualche mese fa, normalmente attorno alle 7.30 del mattino si recava alla scuola dell’infanzia per rimanerci fino alle 16.00. Al rientro consumava la sua merenda, poi il pomeriggio di gioco lo trascorrevva prevalentemente con la mamma. Lui tendenzialmente ama stare a casa a giocare e durante il periodo della quarantena, si è dedicato a varie attività. Spicca in modo particolare la sua dedizione per la costruzione di chiesette con i mattoncini lego a cui aggiunge altri elementi, come il campanile, e personaggi che richiamano i Santini da condurre in processione, lui inventa gli inni e decide cosa cantare e quali preghiere in particolare usare. Mi racconta la Zia che questo è diventato il suo mantra “anticoronavirus”. G. in questo periodo, alterna momenti di rabbia, ad altri in cui si sente annoiato, o stanco, a volte esclama “sto stupido di coronavirus..!”. Durante la notte gli è capitato di svegliarsi e di sognare, poi al mattino non ricorda cosa, ma la mamma lo ha sentito gridare: “sto stupido, sto stupido.-“. La sua insegnante della scuola dell’infanzia gli ha mandato un video, ma sembrava piuttosto nervoso nell’ascoltare, si è dedicato a varie attività, come fare esperimenti con i vulcani, imparare le lettere, disegnare, fare biscotti...a volte salta sul divano, non sta fermo un secondo...ha chiesto ai genitori un kit del medico, ha fatto un salto nella crescita, dormendo da solo in cameretta, prima dormiva con i genitori in un lettino a fianco...il papà a volte gli chiede se desidera uscire, ma lui dice di no...ha disegnato il coronavirus dicendo che è un batterio molto pericoloso...”*

### **Costruisco la chiesetta e colleziono i Santini...**



**G. si dedica al lavoro sulla terra nella giornata dedicata e afferma che la terra l'abbiamo inquinata. Con il papà colora e attacca sopra una croce come a ricordare agli esseri umani che è necessario l'intervento di Dio...**



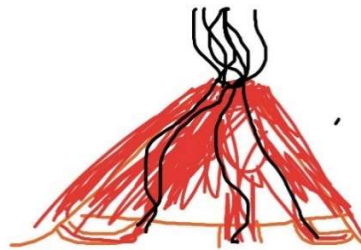
**G. si prepara all'entrata nella scuola primaria e insieme al papà impara le lettere e forma le parole...**



**“Faccio i biscotti con la mamma...”**



**G. gioca a fare il medico, al Tablet crea l'Etna che erutta... e disegna il coronavirus**



***“Noi bimbi tante volte abbiamo dei pensieri, che vivono in silenzio, in angoli un po' neri. E per avere luce, soltanto il vostro aiuto a galla li conduce...”***