

# L'esperta: brutti sogni e paure Aiutiamo i bambini a superarli

La psicoterapeuta Iezzi spiega le vulnerabilità dei più piccoli costretti a un lungo isolamento in casa  
«All'inizio l'hanno presa come una vacanza, ora no. Anche i loro disegni ci servono a capire molto»

di **Giammarco Giardini**  
PESCARA

Nel disegno della piccola Marta è racchiusa la paura che attanaglia tanti bambini in questo momento delicato dovuto all'emergenza coronavirus e allo stare rinchiusi in casa. Si vede un'ombra nera a forma di mano che minaccia un albero, simbolo della famiglia. È uno dei tanti ritratti attraverso i quali i bambini manifestano le loro paure. «All'inizio la mancanza è stata vissuta difensivamente come fosse una vacanza, niente scuola, niente compiti, poche regole», spiega la pescarese **Margherita Iezzi**, psicoterapeuta psicoanalitica per bambini adolescenti e famiglie, docente all'università d'Annunzio Chieti-Pescara. «Poi i sentimenti sono cambiati ed è subentrata l'angoscia. I racconti e i disegni si sono animati di elementi che rappresentavano ombre nere e oscure». La dottoressa Iezzi spiega gli effetti della pandemia sulla mente dei bambini e dà consigli su come aiutarli.

**Dottoressa Iezzi, come hanno reagito i bambini alla paura?**

«Si sono trovati, da un giorno all'altro, in un luogo non conosciuto, un posto diverso dove anche il linguaggio è cambiata, nuove situazioni e nuove regole sono diventate la cornice del nostro attuale quotidiano. Sono entrati in un mondo straniero, arrivato improvvisamente, contrassegnato da nette separazioni da tutto il quotidiano che costituiva la cornice rassicurante di ogni giorno, come scuola, maestre, amici, sport. Hanno visto cambiamenti nella vita loro e dei genitori, hanno sentito parole il cui senso riportava alla malattia, alla paura, alla morte. È così che il virus è entrato nelle loro giovani vite portando reazioni emotive diverse, ma senz'altro ricche di significati su cui riflettere».

**Come ha reagito la mente infantile al vuoto e all'assenza?**

«All'inizio è stata vista come una sorta di eccitazione di fronte alla novità. Con il passare dei giorni, però, questi sentimenti sono gradualmente cambiati per dare posto a vissuti sempre più vicini all'angoscia che i bambini hanno provato di fronte a questa nuova esperienza. I racconti e i disegni si sono animati di elementi che rappresentavano figure minacciose che da fuori cercavano di entrare dentro le case, schiere di dottori in fila rincorrevano il virus che saltando da una parte all'altra sembrava non temere nulla. Contemporaneamente sono comparsi elementi di speranza, come un albero, un

**CHI È**

**Margherita Iezzi, di Pescara, è una psicoterapeuta psicoanalitica per bambini adolescenti e famiglie. È docente all'università d'Annunzio Chieti-Pescara e presidente dell'associazione "Divenire" che aiuta i bambini con disabilità psichica. È anche membro della società Aippi Roma, associazione italiana psicoterapia psicoanalitica infanzia adolescenza e famiglia. In questi mesi di pandemia, la dottoressa Margherita Iezzi, dall'alto della sua esperienza clinica con i bambini, ha analizzato le loro paure e le loro fragilità. Il suo intervento è rivolto anche ai genitori, chiamati ad aiutare i loro figli e a sostenerli in un momento così delicato e, a tratti, surreale.**

sole, un fiore, elementi che riportano alla vita».

**Quali sono gli altri segnali di paura?**

«Mi ha colpito molto anche la manifestazione fobica in diversi bambini, osservata attraverso paure di insetti e di animali che da fuori potevano arrivare e mettere in pericolo le loro vite e quelle dei familiari. Dal racconto dei genitori, poi, anche il sonno dei bambini è spesso diventato meno tranquillo, con risvegli caratterizzati da smarrimento e pianto. Molti bambini chiedono la storia del virus e di quando andrà via, altri non vogliono nemmeno sentirlo nominare».

Realizzano figure spesso con ombre nere perché hanno sentito troppe volte le parole morte e malattia. È un mondo sconosciuto che si elabora col dialogo

È utile non esporre i bimbi alle immagini drammatiche della tv. Devono fare le stesse cose che facevano prima: sveglia, compiti, svago e attività collettive

**Cosa possono fare i genitori per aiutarli a gestire queste paure?**

«È indispensabile mantenere quella funzione di aiuto e di ascolto fondamentale per rafforzare la fiducia di base del bambino. È molto importante informare di quanto sta accadendo, con un linguaggio semplice e comprensibile, ma è utile non esporre i bambini ad immagini televisive drammatiche che potrebbero saturare la loro mente ancora poco strutturata e orientata a comprendere il mondo soprattutto in modo concreto.

Sarebbe opportuno non condividere davanti ai bambini dati allarmanti e messaggi carichi di preoccupazione, pur dovendo, nei modi proporzionati alla loro



Margherita Iezzi e a destra un disegno realizzato da un bambina

età, informarli per comprendere la nuova realtà».

**Che tipo di linguaggio va usato allora?**

«Bisogna usare parole semplici che raccontino quello che è successo e perché. È bene porre attenzione alle norme igieniche, alle distanze, alle frequentazioni che prima erano la norma. Non è utile addentrarsi in spiegazioni scientifiche troppo dettagliate e complesse che invece di rassicurare potrebbero suscitare ulteriore ansia, ma comunicare il senso di qual è il problema».

**Quali possono essere gli altri consigli pratici affinché i genitori possano con-**

**tinuare ad accompagnare nella crescita il proprio figlio in uno scenario così diverso?**

«Bisogna ampliare la propria capacità di ascolto e attenzione, dedicare tempo di fronte ai segnali di disagio che se trovano accoglienza possono essere alleggeriti e diventare più tollerabili.

È utile avere degli spazi di gioco, poi il racconto e il disegno, anche solo in una piccola parte della giornata, possono permettere al bambino di esprimere le proprie emozioni e paure e poterle raccontare nel modo più semplice e consono all'età. È molto importante in que-

La figura nera è triste ora che si è l'albero, è la n

sto momento, inoltre, mantenere l'organizzazione quotidiana che possa permettere una scansione ordinata della giornata: sveglia, compiti, momenti di svago, attività da svolgere insieme in modo da poter avere una cornice prevedibile del tempo in questa fase così incerta.

Una situazione nuova e inizialmente spaventosa può, se condivisa e pensata insieme, creare dei nuovi significati e delle nuove esperienze anche positive tra il nostro mondo e quello dei bambini per superare l'isolamento».

CRIPRODUZIONE RISERVATA

## Ortodontisti, si riparte Ma ci sono regole da seguire

di **Pietro Guida**

Ortodontisti pronti a ripartire. Pur essendo una delle categorie di lavoratori più a rischio per quanto riguarda il coronavirus, soprattutto per la vicinanza fisica fra paziente e specialista, gli ortodontisti invitano i pazienti che hanno bisogno di assistenza a contattarli per fissare nuove visite e controlli. Il coronavirus è ancora in circolazione e sta causando molti problemi al sistema sanitario, «ma possiamo garantire, di nuovo, un buon livello di assistenza ai nostri piccoli e grandi pazienti che hanno un apparecchio ortodontico», affermano dalla società italiana di ortodonzia (Sido). «Con la fase 2 della pandemia possono riprendere le nostre attività dopo che queste sono state parzialmente sospese in seguito all'esplosione di contagi», sostiene **Giuliano Maino**, pre-

sidente nazionale della Sido, «tuttavia i carichi di lavoro che possiamo gestire saranno per forza ridotti proprio per garantire a tutti la migliore sicurezza possibile».

Saranno tra poco pubblicate le indicazioni comportamentali scritte dal Ministero della Salute e dalla Cao (Commissione albo odontoiatri della Federazione nazionale degli ordini dei medici chirurghi e degli odontoiatri) alla cui redazione ha partecipato anche la Sido. «Grazie a queste nuove norme, bambini e adulti potranno tornare senza problemi nei nostri studi», prosegue Maino, «tutti gli operatori sanitari devono dotarsi di dispositivi di sicurezza adeguati come mascherine ad alta protezione, occhiali e camici monouso. Prima dell'ingresso nello studio va eseguito un triage telefonico di controllo. Nella sala d'attesa bisogna far sosta-

**Anche gli ortodontisti sono pronti a riprendere la loro attività ma dovranno rispettare un rigido protocollo di sicurezza**



re al massimo due persone alla volta. Va perciò ridotto il flusso di pazienti scaglionando gli accessi allo studio». Sarà necessario aerare regolarmente le stanze operative tra un controllo e l'altro. Si tratta di norme di sicurezza adottate anche a Wuhan in Cina, luogo dell'inizio della pandemia.

Sempre in relazione alla fase 2, arriva dalla Sido un appello a tutti gli italiani. «Anche se in questi giorni molti dei nostri studi hanno ripreso a funzionare non siamo ancora in una situazione normale», precisa il presidente Sido, «gli spostamenti vanno comunque limitati il più possibile».

## NUMERI UTILI

- » NUMERO UNICO NAZIONALE  
**1500** 24 ORE SU 24
- » NUMERO UNICO REGIONALE  
**800 59 54 59**
- » ASL N°1 AVEZZANO-SULMONA L'AQUILA  
**800 169 326**
- » ASL N°2 LANCIANO-VASTO-CHIETI  
**800 860 146**
- » ASL N°3 PESCARA  
**800 556 600**
- » ASL N°4 TERAMO  
**800 090 147**