



## Commissione scientifica di Generazione Famiglia su emergenza Covid-19.

La situazione di emergenza che stiamo vivendo può essere letta rivolgendo lo sguardo ad analoghe situazioni passate per le quali sono state adottate misure simili. Dalla letteratura scientifica che ha analizzato gli effetti di emergenze sanitarie passate come la SARS o l'influenza H1N1 è evidente che ciò che stiamo vivendo oggi avrà delle ripercussioni anche per molto tempo dopo la fine dell'emergenza, oltre ovviamente agli effetti che già da ora stiamo osservando.

Gli studi a disposizione si sono concentrati soprattutto su alcune coorti: personale sanitario, persone contagiate, familiari delle persone contagiate. L'aumento di sofferenza psicologica è un risultato che trova concordi le diverse ricerche.

Altrettanta considerazione non è stata posta alla popolazione più giovane, anch'essa sottoposta a misure di quarantena. C'è quindi un gap importante in tal senso. Alcuni studi comunque ci sono e inoltre è possibile fare alcune ipotesi sui possibili effetti. Ipotesi che si basano sulle informazioni che stiamo raccogliendo quotidianamente come clinici nel nostro lavoro e sulla base di conoscenze già acquisite nel campo della psicologia, della medicina, della neurobiologia ed altre discipline.

### Didattica a distanza

- Disuguaglianze: quando la scuola si trasferisce a casa tutto è amplificato. Non tutti hanno disponibilità di una connessione internet; o di dispositivi per seguire le lezioni; o si fa sentire la mancanza di competenze tecniche. Inoltre, viene a mancare tutto il canale non verbale dell'insegnante e dei compagni che accompagna e completa il passaggio delle informazioni a livello verbale. Tale mancanza la subiscono in particolare quei bambini con difficoltà o che non comprendono la lingua perché stranieri.
- Comunicazione non verbale: gli insegnanti non possono cogliere dal gruppo classe quei segnali utili a parametrare l'andamento della lezione (difficilmente si renderanno conto se la classe lo segue, se sta capendo la spiegazione, se è necessario tornare su alcuni argomenti...)
- Dall'analogico al digitale: è lasciato alla creatività e alle capacità dell'insegnante la possibilità di perdere il meno possibile della prima modalità per trasferirla alla seconda.
- Ambiente classe: il contesto fisico naturalmente aiuta quando è pensato per lo studio, a casa ci sono tanti distrattori rappresentati in alcuni casi anche dagli altri membri della famiglia.

### Utilizzo eccessivo dei dispositivi digitali

Non si può non tener conto del fatto che il tempo trascorso dai ragazzi utilizzando strumenti come computer, tablet e smartphone in questo periodo è aumentato enormemente. Il tempo trascorso a seguire le lezioni online si è aggiunto a quello abituale già abbondante. Il problema di un utilizzo consapevole delle nuove tecnologie è un tema sul quale come psicologi ci confrontiamo ogni giorno: assistiamo pazienti di tutte le età per i quali le difficoltà su tale tema comportano svariate conseguenze.

Riduzione delle ore di sonno e quindi disturbi del sonno associati, depressione, maggiore irritabilità, difficoltà di concentrazione, difficoltà di regolare le emozioni, disturbi d'ansia, dipendenza, isolamento a partire dalle relazioni con i familiari dentro casa, esposizione a contenuti indesiderati e non adatti con la pornografia al primo posto ovviamente.



In tal senso la scuola nella figura degli insegnanti può rivestire una funzione educativa importantissima lavorando con i ragazzi su tale argomento discutendone con loro al fine di renderli maggiormente consapevoli.

La deprivazione di sonno, oltre ad un aumento del rischio di patologie cardiovascolari, sovrappeso e diabete, porta ad un abbassamento delle difese immunitarie, quindi ad un aumento di infezioni e altre malattie. Compreso eventualmente anche il COVID-19. Aumenterebbe quindi il numero di giovani più soggetti ad essere contagiati e, quindi, a contagiare altri.

Al momento i genitori sono ancora per la maggior parte presenti in casa perché ancora non hanno ripreso a lavorare e quindi possono intervenire nel modulare gli orari di utilizzo dei dispositivi. Quando riprenderanno le diverse attività molti bambini e ragazzi dovranno autoregolarsi. Il rischio è che il tempo di esposizione e utilizzo raggiunga livelli altissimi se al contempo non verranno offerte attività alternative.

### **Efficacia della didattica a distanza**

L'idea che ciò che si sta facendo a distanza sia equivalente a ciò che si sarebbe potuto fare in presenza non è fondata e questo ne siamo consapevoli più o meno tutti. L'una non sostituisce l'altra. Ciò non significa negare l'utilità e la necessità che fino ad oggi c'è stata nel dover affrontare secondo questa modalità il momento di emergenza attuale. Dobbiamo tuttavia essere consapevoli del fatto che non si stanno raggiungendo gli stessi risultati in termini di apprendimento e che aumenteranno differenze preesistenti tra studenti.

Diverse ricerche dimostrano come in rete si dimentica più che nella realtà:

- Non si ottiene lo stesso risultato studiando dei contenuti in un gruppo che si confronta personalmente in modo diretto, oppure con persone che si consultano virtualmente tramite internet. Il contatto diretto produce maggior quantità di materiale da elaborare e *stimola un'elaborazione più emotiva e quindi più profonda* rispetto ad un contatto impoverito e ridotto come quello tramite la rete.

Nonostante ci siano molti insegnanti che hanno dimostrato grande capacità di adattamento alla situazione mettendo in campo molte risorse, spesso arrivano testimonianze di una grande difficoltà nel co-costruire una lezione insieme. Spesso il tempo di connessione tra alunni e insegnante si limita ad un monologo. Oppure si verifica un invio anche copioso di materiale (schede, video da vedere su youtube...) senza riuscire troppo a calibrare i tempi necessari per l'esecuzione del compito che si richiede.

Se spostiamo il focus su alunni e famiglie si avverte grande fatica da parte dei genitori nel riuscire a seguire gli impegni dei figli rispetto alla didattica motivandoli allo studio. Tanti bambini e ragazzi si connettono semplicemente ma non sono effettivamente presenti alla lezione. Oppure capita che la seguano sdraiati sul letto o in pigiama o mentre fanno altro allo stesso tempo. O non attivano la webcam e il microfono.

Il tornare a scuola non significa semplicemente ritornare ad occupare quegli spazi vuoti ormai da due mesi, ma coincide con un **andare** a scuola con tutto ciò che comporta tale atto: svegliarsi di buon'ora; uscire di casa mettendosi in movimento; sfruttare il tempo del viaggio per realizzare una consapevolezza di ciò che si sta andando a fare, di ciò che più o meno potremo aspettarci dalla giornata. La didattica a distanza è una parentesi on/off che non contempla tempi utili per un sedimentare dell'informazione appresa e dell'esperienza vissuta.



### Effetti sulla salute mentale durante la chiusura scolastica<sup>1</sup>

Per i bambini e i ragazzi con problemi di salute mentale questa chiusura delle scuole ha comportato un impedimento nell'utilizzo delle risorse alle quali solitamente possono far riferimento.

In un sondaggio al quale hanno partecipato più di 2000 ragazzi con una storia di disagio psichico fino ai 25 anni di età negli UK, l'83% ha affermato che le proprie condizioni sono peggiorate nel periodo della quarantena. I più deboli sono i più colpiti.

Le routine scolastiche rappresentano dei meccanismi di *coping*, ossia delle strategie adattive, particolarmente importanti per i giovani in generale ma soprattutto per coloro che soffrono di qualche disturbo. Una scuola chiusa significa la perdita di un'ancora di sicurezza.

Per alcuni andare a scuola è sicuramente uno sforzo, ma allo stesso tempo rappresenta il motivo per il quale si alzano la mattina e danno inizio ad una giornata scandita in un certo modo.

Dal momento in cui in Cina sono state chiuse le scuole, sono aumentati i casi di coloro che si sono **rinchiusi nelle loro camere** rifiutandosi di prendersi cura di sé a partire dall'igiene quotidiana, di mangiare o alzarsi dal letto.

Ci saranno sicuramente molte difficoltà per molti ragazzi nel tornare a scuola dopo un periodo di assenza così prolungato.

Alcune situazioni, come il caso di bambini e ragazzi con disturbi dello **spettro autistico**, l'interruzione delle routine giornaliere porta ad enormi difficoltà di riorganizzazione. Difficoltà che comportano notevole stress per loro ma anche per chi se ne prende cura.

Ci sono poi coloro che vivono in **situazioni a rischio**, in **situazioni di abuso**.

È una situazione nuova anche da un punto di vista della ricerca. Mentre ci sono studi che hanno esaminato gli effetti di altri fenomeni di pandemia come la SARS, è scarsa la documentazione nei bambini e negli adolescenti. Quello che sappiamo lo stiamo osservando mentre si sta verificando.

### **COVID-19, school closures, and child poverty: a social crisis in the making<sup>2</sup>**

Conseguenze negative per i bambini che vivono in **povertà**. Queste conseguenze possono verificarsi attraverso due meccanismi:

- La scuola garantisce **pasti sani** che si è visto essere correlati con un miglioramento dei risultati scolastici.
- L'assenza da scuola è uno dei maggiori fattori che contribuiscono alle differenze che si osservano nelle capacità di apprendimento. I maggiori gap tra studenti di estrazione sociale diversa nelle materie si verificano dopo le vacanze estive.

---

<sup>1</sup> *Joyce Lee* - Published online April 14, 2020 [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30109-7](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30109-7)

<sup>2</sup> *Wim Van Lancker, Zachary Parolin*, Centre for Sociological Research, University of Leuven, B-3000 Leuven, Belgium (WVL); and Center on Poverty and Social Policy, Columbia University, New York, NY, USA (ZP) Published online April 7, 2020



La chiusura delle scuole è plausibile ipotizzare che aumenterà le differenze di apprendimento tra studenti a seconda che vengano da situazioni svantaggiate o meno. I bambini che vivono in condizioni di povertà o trascuratezza hanno maggiori difficoltà nello studio da casa, magari non hanno computer o connessione internet.

Questa pandemia porterà inoltre a una recessione a livello economico. In passato in occasione di situazioni analoghe si è poi verificato un peggioramento delle condizioni di salute, benessere e risultati scolastici<sup>3</sup>.

Campione di 584 studenti:

- 40% incline a difficoltà psicologiche
- 14% sintomi da PTSD

#### **Adverse consequences of school closures - UNESCO<sup>4</sup>**

- Aumento disuguaglianze
- Senza alternative, i genitori che torneranno a lavoro lasceranno i figli da soli a casa con un aumento di comportamenti a rischio.
- Aumento di abbandono scolastico al rientro
- Isolamento sociale

PER CONCLUDERE.

In questa fase di emergenza e di incertezza rispetto agli effetti che questa produrrà a breve e lungo termine, risulta auspicabile ristabilire quanto prima le condizioni necessarie affinché gli studenti possano tornare a vivere relazioni reali e non *tecnomediate* sia con i propri compagni che con gli insegnanti. Tornare quindi a vivere in un contesto nel quale possano essere riconosciute, condivise ed elaborate le proprie emozioni e quelle degli altri. Un contesto che è parte integrante dei processi di costruzione dell'identità. Ciò è particolarmente vero, come abbiamo visto, per quei bambini e ragazzi che vivono una condizione di difficoltà e svantaggio. La nostra attenzione deve rivolgersi sempre al più debole.

---

<sup>3</sup> Songli Mei, The Effect of COVID-19 on Youth Mental Health, 21 april 2020

<sup>4</sup> <https://en.unesco.org/covid19/educationresponse/consequences>