



# LA FAMIGLIA ADOTTIVA NEI GIORNI DEL COVID-19

Paure, ansie, occasioni, relazioni, ricordi,  
scuola ...  
Come affrontare le 'nuove' sfide quotidiane?

Relatrice della serata:

**Dott.sa Sara OLTOLINI** (Psicologa e psicoterapeuta)



**C**osa sta succedendo?

**O**ccasioni e ricordi

**V**icinanza/relazioni

**I**dentità e nuove sfide  
adolescenziali

**D**AD





# LA REAZIONE DI ALLARME

## EMOZIONI

Ansia, Senso di solitudine, Paura (della malattia, della morte..), Rabbia, Noia, Senso di frustrazione, Mancanza di fiducia, nervosismo, perdita di controllo

## MANIFESTAZIONI COMPORTAMENTALI

Attaccamento, Regressione, Irritabilità, Difficoltà di attenzione e concentrazione, Disturbi del sonno, incubi, Isolamento ed esclusione sociale, Stigma, Anedonia (nulla mi interessa più), Apatia, Irrequietezza, Difficoltà nel guardare al futuro

QUANDO CI DOBBIAMO PREOCCUPARE?

## COSA POSSIAMO FARE?

Accogliamo le loro emozioni e condividiamole noi per primi, accogliamo le regressioni, rassicuriamoli, creiamo dei momenti di condivisione (gioco, attività), progettiamo, importanza delle regole e della routine, far decidere i figli liberamente per una quota del loro tempo

# Occasioni e ricordi

Lockdown come recupero di una dimensione familiare ormai passata



Ricordi “positivi” di quando siamo tornati a casa per la prima volta con i nostri figli, senza però le difficoltà di lingua, di conoscenza che avevamo allora.



Ricordi “negativi” legati all’istituzionalizzazione, all’isolamento, alla solitudine, alla paura, all’incertezza, alla difficoltà di fidarsi..

Come rassicurarli? Io ci sono e non vado da nessuna parte!

# Vicinanza e relazioni

I fattori responsabili di uno sviluppo psicologico armonico sono:

le **ROUTINE**: rappresentano le certezze, la possibilità di sapere già cosa mi aspetta senza dovermene preoccupare.



le **INTERAZIONI SOCIALI**:

1. pensate a tutte le relazioni che avevate normalmente voi ed i vostri figli (pre COVID),
2. Perfetto, ora pensiamo a come poterle mantenere oggi, con tutte le restrizioni che il COVID impone ...
3. Un pensiero anche alle famiglie allargate



le **AMICIZIE**: avere delle amicizie è fondamentale ad ogni età, aiutiamoli a trovare il modo di coltivarle e mantenerle utilizzando in modo positivo le nuove tecnologie.



# Identità e nuove sfide adolescenziali

**Lockdown** negli adolescenti ha prodotto 2 reazioni comportamentali

Apatia e isolamento sociale,  
mancanza di progettualità

Rabbia, ribellione e  
irritabilità

Comportamenti compulsivi: gioco online e su device, alimentazione disfunzionale, shopping compulsivo ....

Durante l' **estate**, quando le misure restrittive si sono allentate ne sono rimasti molto disorientati, quella che prima era stata presentata come una soluzione alla minaccia (chiusura) ora non era più necessaria ma la minaccia continuava ad esistere .... **CONTRADDIZIONE COGNITIVA** che richiede una nuova risposta razionale



Ritiro, isolamento, apatia

Comportamenti compulsivi

Comportamenti pericolosi (niente mascherina, assembramento, “bruciare le tappe” con ribellione alla massima espressione



# DAD

Mantenimento interesse e progettualità

Mantenimento delle relazioni con compagni e docenti

Instaurarsi relazione di fiducia con i docenti (prime classi di ogni ciclo)

Autonomia nella didattica

Le difficoltà di attenzione e concentrazione e le nuove regole anti COVID

Le autonomie a cui i bimbi sono chiamati sono solo fattive!!!! Non sono autonomie emotive!





# Grazie per essere stati con noi!

L'incontro è parte del Progetto «Adozioni in Rete Lombardia» del quale l'Associazione Le Radici e le Ali è Partner Effettivo.



ID Domanda: 2295241

Progetto approvato da Regione Lombardia con decreto n.13148 del 2 novembre 2020

Progetti Enti Associati - Sostegno alle attività di volontariato - Terzo Settore

Bando di Sostegno 2020 di PROGETTI DI RILEVANZA LOCALE promossi da ORGANIZZAZIONI DI VOLONTARIATO o ASSOCIAZIONI DI PROMOZIONE SOCIALE