

Le pillole di MBB

Bambini in età pre-scolare con un genitore che soffre di un disturbo psichico

- La relazione genitore-figlio fornisce le basi per lo sviluppo sociale ed emotivo del bambino.
- Il disturbo psichico del genitore potrebbe avere un impatto sulla relazione con il proprio figlio e ostacolare un attaccamento sicuro.
- Anche se i bambini in età prescolare non sono in grado di descrivere ciò che vivono, sono consapevoli dello star male del proprio genitore ed è importante che sappiano che non è colpa loro.
- Possono essere di supporto interventi psicoeducativi con i genitori, con i figli o attivare la rete formale e informale della famiglia.



Lo sviluppo del bambino in età prescolare

Durante gli anni della scuola materna (2-5 anni) i bambini iniziano a sviluppare piccole aree di autonomia. Diventano più autosufficienti, propositivi e iniziano ad avere un ruolo più attivo aprendosi ad altre relazioni fuori dal nucleo familiare, come con le maestre e i compagni. Iniziano a sperimentare le loro competenze sociali ed emotive, pur essendo ancora deboli e incerte. E' proprio la loro relazione con i loro genitori a fornire le basi per il loro sviluppo sociale ed emotivo al di fuori della famiglia.

Cosa può accadere quando un genitore soffre a causa di un disturbo psichico?

La capacità dei genitori di fornire cure e stimoli adeguati può essere messa in discussione dalla sofferenza psichica. Il sintomo sperimentato dal genitore e/o gli eventuali effetti dei farmaci possono influire direttamente sulla qualità delle loro interazioni con il figlio e sul tipo di attaccamento.

Quando un genitore non sta bene può essere difficile far fronte alla cura quotidiana del proprio figlio, alla sua routine o gestire attività ricreative o occasioni per favorire la socialità.

Laddove il bambino sperimenta l'isolamento sociale, le



Se un genitore arriva a stare molto male e non è momentaneamente in grado di occuparsi dei bisogni del proprio figlio è importante che i bambini vengano anche rassicurati sul fatto che c'è qualcuno che lo farà fino a quando i loro genitori non torneranno a stare abbastanza bene.

In queste situazioni stilare dei Piani di assistenza familiare può essere un modo pratico per mostrare ai bambini che gli adulti li tengono a mente e si prendono cura di loro mentre, altri professionisti aiutano la mamma o il papà a stare meglio.

myBlueBox
INFORMAZIONE E CONSULENZA PER I FIGLI
 DI GENITORI AFFETTI DA DISTURBO PSICHICO



opportunità di interagire e apprendere da altri genitori e figli sono ridotte.

Aiutare i bambini in età prescolare a comprendere ciò che sta succedendo

I bambini più piccoli potrebbero non avere le competenze linguistiche per descrivere le loro osservazioni e percezioni, ma sono consapevoli della malattia del genitore. Vedono alcuni comportamenti, sintomi o stati d'animo ma magari non fanno domande e non ricevono quindi spiegazioni adeguate. Questo può generare nei bambini delle fantasie su ciò che sta accadendo in casa insieme a stati d'animo di preoccupazione, paura e colpa. Per questo motivo è importante che vengano informati su ciò che sta accadendo, usando un linguaggio appropriato all'età, anche solo sentirsi dire "La mamma sta prendendo una medicina che la aiuta a stare meglio", rappresenta un aiuto concreto e fornisce rassicurazione. È importante far sapere ai bambini che non è colpa loro se un genitore non sta bene dando le giuste informazioni che riducano la preoccupazione e i sentimenti di impotenza.

Possibili interventi

Quando un membro della famiglia non sta bene può risentirne l'intero sistema familiare, è importante osservare i bambini per cogliere eventuali cambiamenti che possono essere segni di sofferenza. Comportamenti diversi dal solito come ritiro, isolamento, abbattimento, rabbia, o risposte inappropriate in occasione della separazione dal proprio genitore o di eccessiva familiarità con estranei oppure l'incapacità di trovare conforto e consolazione anche se fornito dai propri genitori.

Se da un'attenta osservazione emerge che il bambino ha bisogno di aiuto è importante rivolgersi ad un professionista. Esistono anche degli interventi preventivi condotti da professionisti, che possono essere rivolti a tutte le famiglie in cui un genitore soffre a causa di un disturbo psichico:

- Interventi psicoeducativi con la famiglia, che possono prevedere anche colloqui individuali con il bambino. Permettono di aumentare la consapevolezza del genitore su come i figli vivono e reagiscono alla sofferenza psichica presente in famiglia e come poterne parlare insieme.



Nell'ambito degli interventi psicoeducativi con le famiglie, gli incontri individuali con i bambini possono essere utili dal momento che essi fanno fatica ad esprimere le proprie emozioni, domande o pensieri di fronte al genitore.

Spesso temono di ferirli portando alla luce un tema troppo doloroso.

Rinforzano i genitori sull'importanza di incoraggiare i loro figli a parlare dei loro sentimenti, in questo modo i bambini imparano che con i loro genitori si può parlare anche delle cose difficili e che loro sono lì per aiutarli, capire e gestire le emozioni.

- Gruppi psicoeducativi con i genitori. Servono a supportarli nelle loro competenze genitoriali, a migliorare la loro capacità riflessiva, la sintonizzazione con gli stati emotivi del proprio bambino e la consapevolezza che informare i figli su ciò che accade in famiglia significa proteggerli.
- Assistenza attraverso programmi che possono includere l'home visiting, Il professionista attraverso un'osservazione diretta della relazione genitore-figlio può supportare l'adulto nel fornire una cura adeguata alle esigenze di sviluppo del proprio bambino, all'interno di un ambiente idoneo e accogliente.