

Le famiglie al tempo del Covid

Che impatto ha avuto il lockdown sulle famiglie italiane? A quali risorse hanno attinto?

Le famiglie che di solito sono tutte protese fuori tutt'a un tratto si sono trovate con le porte chiuse dovendo trovare la risposta a tutte le molteplici e variegate necessità al proprio interno.

Chi risente maggiormente di questa situazione? Sono innegabilmente le famiglie con figli che rilevano un impatto maggiormente negativo sulla propria vita vuoi familiare vuoi lavorativa, preoccupazioni finanziarie, livelli di stress in generale più elevati, una visione del futuro più negativa e più bassi livelli di benessere psicologico rispetto alle coppie senza figli e alla famiglia con figli fuori casa e ai single.

Una famiglia su tre (il 36%) ha uno o entrambi i genitori che lavorano da casa in smartworking e contemporaneamente si occupano dei figli. Fra quanti dichiarano di avere l'attività lavorativa sospesa, il 69% vive in una famiglia con figli conviventi. Il 45% del campione si attende una diminuzione delle entrate. Le famiglie che basavano il proprio non facile equilibrio giostrandosi tra mille impegni ma potendo in genere usufruire di tutta una serie di aiuti familiari e sociali, nel periodo del lockdown si sono trovate improvvisamente a dover far fronte alle mille esigenze potendo attingere solo a risorse interne: infatti meno del 10% ha potuto contare sul supporto di parenti o di figure esterne, con le famiglie con figli piccoli o adolescenti che ancora meno delle altre hanno avuto supporto di parenti o amici.

Lo stress è più pesante per le famiglie con figli piccoli e adolescenti rispetto a chi ha figli giovani adulti. I fattori di stress maggiormente segnalati dalle famiglie con figli sono innanzitutto la paura di ammalarsi o che un familiare si possa ammalare, ma nella gerarchia immediatamente dopo viene la paura di non avere soldi per far fronte ad una emergenza e di perdere il lavoro. Quest'ultima preoccupazione è particolarmente forte nelle famiglie con figli piccoli, così come la paura di doversi indebitare e lo stress dovuto alla conciliazione tra famiglia e lavoro. La gestione della vita familiare è una fonte di stress che accomuna le famiglie con figli piccoli e con figli adolescenti, ma queste ultime tra le principali fonti di stress annoverano le limitazioni alla vita sociale in misura maggiore rispetto alle altre.

Il dato sicuramente più preoccupante è che il benessere psicologico è più basso tra coloro che hanno figli piccoli o adolescenti: evidentemente il pile-up di eventi stressanti che sono andati a cumularsi in questo periodo pesa in modo significativo su queste famiglie. Al tempo stesso sono famiglie che litigano di più rispetto a chi ha figli adolescenti, ma sono quelle che più di tutte sono riuscite a vedere questa situazione anche come opportunità: proprio le famiglie con figli piccoli, più di quelle con figli adolescenti, dicono di "aver scoperto o riscoperto nuovi valori" (58,1% contro 49,7%) o che "passiamo più tempo divertente insieme" (60,7% di chi ha bambini piccoli contro il 49,8% di chi ha figli adolescenti). Chi ha figli adolescenti inoltre si "sente in gabbia" in misura maggiore rispetto a chi figli più piccoli (61,4% contro il 56,3%), in quanto risente dei limiti imposti alla socializzazione e riesce a cogliere meno opportunità.

Le famiglie hanno mostrato in generale una notevole capacità di adattamento e hanno dovuto con creatività trovare nuovi strumenti e nuove modalità di passare il tempo insieme: cucinando, giocando, riscoprendo giochi lasciati per lungo tempo nel cassetto... Anche la didattica a distanza, che sicuramente da un lato è un carico per i genitori, rappresenta la possibilità di condividere, di entrare nel mondo scolastico del figlio, un mondo in cui di solito i genitori restano ai confini.

Con i figli adolescenti, invece, l'impatto dell'accudimento è inferiore, i ragazzi hanno una maggiore autonomia anche nella didattica a distanza e tuttavia la situazione delle famiglie con figli adolescenti sembra maggiormente critica: perché? Forse perché i figli adolescenti si sono rintanati nei social per sopperire alla mancanza di contatti diretti, in quel mondo virtuale con cui hanno già una elevata familiarità e che lascia fuori il mondo degli adulti e forse perché i genitori stessi sembrano avere fatto più fatica a trovare e proporre nuove opportunità e modalità di condivisione e di gestione del nuovo e inatteso tempo insieme.

In generale poi sono le madri che appaiono complessivamente maggiormente stressate e più timorose rispetto al futuro rispetto ai padri che riportano invece punteggi più elevati benessere psicologico e una maggiore attitudine a dare significato al mondo e agli eventi (definito in psicologia "senso di coerenza"). Sono le madri a percepire livelli più alti di supporto da parte dei familiari, mentre non vi sono differenze significative per quanto concerne il supporto percepito da parte degli amici e del governo. Infine, non sono state riscontrate differenze significative in funzione del genere per quanto riguarda la percezione di ottimismo e la soddisfazione familiare.

Dunque, se le donne sono meno colpite dalla malattia rispetto agli uomini, i dati invece mostrano come da un punto di vista psicologico risultano più vulnerabili e meno equipaggiate a gestire lo stress derivante da questa situazione emergenziale, forse perché oltremodo sovraccaricate di responsabilità.

Però, se ci focalizziamo sulle dinamiche familiari, sono le donne a percepire più cambiamenti positivi familiari rispetto agli uomini. Più nello specifico le madri riportano di fare più attività insieme, di passare più tempo divertente insieme e di essere maggiormente flessibili nella gestione della vita familiare.

I padri, diversamente, sembrano vivere con maggior fatica la vita *in casa*, essendo generalmente più orientati alla vita *fuori casa*.

Dobbiamo comunque chiederci quali saranno i costi di tutto ciò. Vivere a lungo in situazioni così altamente stressanti che impatto avrà sul benessere psicologico dei diversi membri della famiglia e soprattutto sui figli più piccoli e sugli adolescenti?