

L'intervento

Virus, la capacità della famiglia di rigenerare i legami

Camillo Regalia*

La famiglia al tempo del Covid è sospesa tra stress e opportunità di cambiamento. Una ricerca del Centro di Ateneo Studi e Ricerche sulla Famiglia dell'Università Cattolica evidenzia bene questi aspetti. Oltre il 60% delle famiglie risulta fortemente stressato su più fronti, sia sul versante dell'organizzazione familiare che in relazione alle preoccupazioni lavorative ed economiche. Al contempo si evidenzia la capacità rigenerativa dei legami familiari, dal momento che il 72% delle famiglie dichiara di riportare cambiamenti positivi nella quotidianità familiare.

Da quasi due mesi a questa parte le famiglie italiane hanno fatto i conti con una vera e propria rivoluzione con un repentino passaggio dalla dimensione del "fuori" a quella del "dentro". Un cambiamento totale senza una previa preparazione che colloca tutti in un tempo sospeso.

Come hanno reagito le famiglie? Qual è il costo per le relazioni familiari di questa pandemia e quali i livelli di stress? A quali cambiamenti hanno dato vita creativamente? Dove si trovano le risorse per fronteggiare questa sfida? Quanto le politiche, e soprattutto le decisioni governative, sono state percepite come un sostegno? Sono come sempre le relazioni familiari la fonte da cui attingere?

A questi e ad altri interrogativi prova a rispondere la ricerca "La Famiglia al tempo del COVID19", condotta da un gruppo di ricercatori psico-sociali del Centro di Ateneo Studi e Ricerche sulla Famiglia dell'Università Cattolica, insieme alla società Human Highway. È una ricerca svolta in due fasi: la prima si è appena conclusa, la seconda verrà effettuata dopo la fine del periodo del lockdown, quando le attività sociali ed economiche cominceranno a riprendere.

La ricerca ha coinvolto 3000 persone in Italia di età compresa tra i 18 e i 85 anni, rappresentative della fascia di popolazione che ha accesso a internet almeno una volta alla settimana (circa 40 milioni di persone). Gli intervistati hanno risposto a un questionario on line tra il 30 marzo e il 7 aprile, periodo in cui la pandemia in Italia era al suo massimo in termini di diffusione del contagio.

Dai primi dati elaborati emerge chiaramente il profilo di una famiglia sospesa tra stress e opportunità, che deve fronteggiare diverse difficoltà che rischiano di sopraffarla, ma che allo stesso tempo mostra una capacità di attivare risorse al proprio interno per orientare e trasformare in senso positivo i cambiamenti affrontati.

Le famiglie sono sottoposte a molteplici stress, in particolare se hanno figli

Nella valutazione dello stress familiare sono emersi in modo diffuso la preoccupazione per la salute propria e dei propri familiari, la conciliazione famiglia lavoro, le preoccupazioni economiche (il

45% del campione si attende una diminuzione delle proprie entrate), la limitazione della vita sociale.

In particolare la tensione è maggiore per le famiglie che hanno figli conviventi al proprio interno. Chi ha figli in casa riporta livelli di stress in generale più elevati e livelli più bassi di benessere psicologico rispetto alle coppie senza figli, alle famiglie con figli fuori casa e ai single. Se si suddivide il campione in funzione degli stress sperimentati, il 61% delle famiglie con figli in casa e il 51% delle famiglie con figli fuori casa dichiara di vivere una molteplicità di stress, il 58% delle famiglie monocomponenti e il 51% delle coppie senza figli dichiara di sperimentare al massimo un solo stress. Fra coloro che dichiarano di avere l'attività lavorativa sospesa, oltre due su tre, il 69%, vive in una famiglia con figli conviventi.

All'interno delle famiglie con figli lo stress è più pesante per le famiglie con figli piccoli e adolescenti rispetto a chi ha figli giovani adulti.

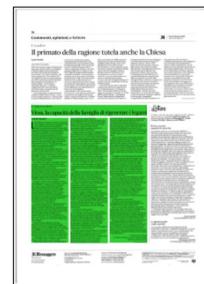
Il supporto dei parenti o di figure esterne riguarda meno del 10% del campione, il 36% afferma che uno o entrambi i genitori lavorano da casa in smart working e si occupano contemporaneamente dei figli.

Vivere in famiglia in un contesto ampio di restrizioni non è certo facile. Il 58% dei rispondenti afferma di sentirsi maggiormente in gabbia rispetto a prima. È anche relativamente aumentata l'insofferenza nei confronti dei propri familiari, maggiore (36%) per le famiglie in cui ci sono figli in casa, più contenuta per chi ha figli non in casa (29%) e decisamente minore per chi vive in coppia o da solo (19% e il 12%). L'aumento della conflittualità vera e propria rispetto alla vita pre-Covid riguarda una quota importante, ma comunque minoritaria di persone, circa il 15% degli intervistati.

La capacità rigenerativa

Nonostante le evidenti criticità, i dati ci dicono anche di una capacità rigenerativa e di una vitalità per certi versi inattesa. I membri della famiglia fanno squadra e riscoprono i valori dello stare insieme, in particolare la coesione, più accentuata proprio per le famiglie che hanno figli, quelle più sottoposte a stress, e più contenuta nel caso delle coppie o a maggior ragione per chi vive da solo.

La dimensione in particolare più toccata attiene alla sfera emotiva e della coesione. Ben il 61% dei rispondenti avverte un incremento della coesione tra i componenti della famiglia, pur con dei distinguo abbastanza chiari in funzione della struttura familiare. La coesione è particolarmente accentuata per le famiglie che hanno figli lontano da casa (71%) che compensano la separazione con un incremento di intimità a distanza, mentre è più contenuta per chi vive da solo (51%), che avverte probabilmente in maniera più evidente la solitudine. È anche un periodo di riscoperta di valori, maggiore per chi ha figli



- il 50% rispetto a chi non li ha o vive da solo (30%).

Una correlazione interessante messa in evidenza dallo studio è che quanto più le famiglie riescono a cogliere delle opportunità in questo tempo difficile, tanto più i singoli componenti mostrano maggiore stima in se stessi e risultano più ottimisti e fiduciosi nei confronti del futuro sia per quanto riguarda la situazione lavorativa, sia rispetto alla salute personale e dei propri cari.

L'impatto del distanziamento sulla coppia

Una delle preoccupazioni legata alla convivenza familiare ai tempi del Covid riguarda la tenuta dei legami di coppia. Molti preconizzano un aumento delle separazioni e dei divorzi. Non possiamo sapere oggi come sarà la situazione nel prossimo futuro, ma i risultati di questa prima fase della ricerca ci dicono che la dimensione della coppia può essere una risorsa importante.

Chi vive con un partner dichiara di avere forti preoccupazioni per la diffusione del virus e per la situazione finanziaria, ma complessivamente esprime minori livelli di stress nei vari ambiti di vita, maggiore soddisfazione per la propria vita, e nei confronti di se stesso, e maggiore speranza verso il futuro. Essere in coppia sembra rappresentare un fattore protettivo, soprattutto se i partner riescono a comunicare e a gestire in modo congiunto le difficoltà.

La famiglia e le istituzioni

Un ultimo aspetto da sottolineare è l'atteggiamento critico delle famiglie nei confronti dello stato e del governo

Solo un terzo delle famiglie si è sentita supportata dalle istituzioni nell'affrontare questa fase critica: il sovraccarico di responsabilizzazione per il gran numero di attività ricadute all'interno della famiglia si è tramutato spesso in una delega a trovare soluzioni alla gestione della complessità.

Di fronte a questo scenario la richiesta di responsabilità da parte delle istituzioni diventa quanto mai necessaria esattamente quanto appare imprescindibile che la task force per la seconda fase di uscita da casa abbia anche una competenza necessaria per fronteggiare l'impatto familiare dei progetti di ricostruzione.

** Direttore del Centro
di Ateneo "Studi e ricerche sulla famiglia"
dell'Università Cattolica*

© RIPRODUZIONE RISERVATA