

Il rapporto genitori figli al tempo del Covid-19: fattori di rischio e risorse di resilienza. primo report di una ricerca sul campo¹

MARIO BECCIU² - ANNA RITA COLASANTI³

Introduzione

L'Italia è uno dei primi paesi in Europa ad essere stato duramente colpito dal Covid-19 e ad aver vissuto un lungo periodo di isolamento sociale che, accanto al già presente stress da pandemia, sospeso, subacuto, persistente (Biondi, Iannitelli, 2020), ha comportato un vero e proprio sconvolgimento nelle abitudini di vita, costringendo le persone, nel giro di poco tempo a riadattare ritmi, spazi, rapporti, attività per far fronte alle non facili condizioni psicosociali poste dall'emergenza sanitaria.

Tra gli ambiti nei quali si sono registrati importanti e drastici cambiamenti nelle abitudini di vita figura quello familiare.

Come sappiamo molti genitori sono stati chiamati a riorganizzare le loro giornate cercando di conciliare le esigenze lavorative, spesso in modalità smart-working, con l'impegno richiesto dalla gestione dei propri figli in uno spazio confinato che ha posto non poche difficoltà; in particolare le restrizioni imposte dal lockdown oltre a sconvolgere le normali routine, hanno dato vita ad una temporanea condizione di privazione, ambientale, fisica e psicosociale, le cui conseguenze sul piano emotivo e comportamentale hanno richiesto da parte dei genitori l'attivazione di nuove e molteplici risorse (Sansavini et al., 2020). Inoltre, i genitori hanno affrontato questa prolungata situazione di emergenza senza l'aiuto della rete di relazioni educative di cui sono stati temporaneamente privati.

D'altra parte il fatto di essere stati costretti dalle circostanze a stare consistentemente insieme nello spazio e nel tempo, ha offerto a genitori e figli occasioni di interazione e comunicazione inimmaginabili fino a poche settimane

¹ Hanno collaborato alla ricerca Antonella Sinagoga, Massimiliano Fratocchi, Ilaria Mucci, Lina Gelyana, Sana Zuhir Hanna Rofo.

² Facoltà di Scienze dell'Educazione dell'Università Pontificia Salesiana di Roma.

³ Facoltà di Scienze dell'Educazione dell'Università Pontificia Salesiana di Roma.

prima, restituendo quella percezione di famiglia spesso poco tangibile nello scorrere frenetico dei ritmi quotidiani a cui tutti, in misura diversa, siamo ormai abituati.

La presente ricerca nasce pertanto con l'obiettivo di indagare in quale misura la condizione di lockdown legata al rischio Covid-19 abbia influito sulla qualità della vita di relazione all'interno delle famiglie e se sia stata vissuta prevalentemente come una minaccia oppure come una opportunità.

Si sono pertanto volute esplorare in primo luogo la prevalenza dell'una e dell'altra percezione, mettendone a fuoco i relativi indicatori, in secondo luogo le risorse e i fattori di rischio che hanno contribuito rispettivamente a rendere tale condizione un'opportunità per accrescere il senso del legame oppure un pericolo per l'inasprimento dei rapporti.

Un ulteriore scopo della ricerca è stato anche quello di individuare coloro che avrebbero gradito giovare di un aiuto anche breve, per incrementare le loro risorse come genitori, attraverso programmi gratuiti che sfruttassero le nuove tecnologie.

1. Quadro teorico di riferimento

Il modello teorico che ha ispirato l'impostazione della ricerca è quello dell'*adattamento attivo e del superamento dello stress* teorizzato da Burr (1973).

La teoria dell'adattamento attivo, inizialmente formulata da Hill (1949) si focalizza sui processi di superamento dello stress. Secondo tale teoria, più nota come modello ABCX, la funzionalità di una famiglia può essere valutata in base alla capacità che essa ha di reagire agli eventi stressanti. Lo sviluppo del modello ABCX è stato influenzato dall'emergere di concetti come "resilienza familiare", che suggerisce che le famiglie possano uscire meglio dalla crisi, dopo aver affrontato con successo le difficoltà (Rosino, 2016). Il modello utilizza la teoria dei sistemi sociali e approfondimenti dalla ricerca sociologica familiare. In questo modello, il nucleo familiare è visto come un sistema che deve mantenere l'equilibrio per funzionare e fornire risposte e risorse emotive adeguate ai suoi membri (Lavee *et al.*, 1985).

Nel modello, A rappresenta l'evento stressante, B le risorse che di fronte allo stress si mobilitano, C la percezione dell'evento da parte delle famiglie, X la crisi. Quest'ultima comporta un periodo di disorganizzazione cui fa seguito una fase di riaggiustamento ed, infine, una nuova riorganizzazione.

L'intensità della crisi è direttamente proporzionale alla vulnerabilità del sistema familiare e inversamente proporzionale alla sua capacità rigenerativa.

La vulnerabilità dipende dalla percezione che la famiglia ha della gravità della

situazione e dei cambiamenti richiesti (attribuzione di significato) e dalla contemporanea presenza di più eventi stressanti.

La capacità rigenerativa è legata alle strategie di adattamento attivo tramite le quali la famiglia mantiene il controllo sugli eventi stressanti, prevedibili e non, che possono verificarsi lungo il ciclo vitale. Tali strategie rafforzano le risorse protettive del sistema, riducono le difficoltà derivanti dalle situazioni nocive, influenzano positivamente l'ambiente. Risulta pertanto cruciale la loro individuazione al fine di aiutare la famiglia a mobilitare nei momenti di crisi quelle energie proattive che consentono da un lato di ripristinare l'equilibrio, dall'altro di promuovere l'organizzazione collettiva e la crescita individuale.

Riprendendo la formula ABCX abbiamo ipotizzato che i nuovi adattamenti richiesti dal Covid-19 rappresentino A, le risorse attivate o meno in presenza di esso B, la percezione della situazione come pericolo o opportunità C e gli eventuali effetti destabilizzanti X.

L'idea sottostante è che l'esperienza Covid-19 si sia rivelata per alcuni un agente di resilienza, per altri un detonatore di difficoltà pregresse e presenti.

2. Il questionario

Il questionario diffuso on line attraverso una rete di condivisione è stato compilato in forma assolutamente anonima.

Esso si compone di quattro parti: la prima concerne le *informazioni anagrafiche* (sesso, età, stato civile, numero di anni di convivenza o matrimonio, composizione del nucleo familiare, età dei figli, titolo di studio, posizione lavorativa); la seconda riguarda il *livello di stress percepito* sia globalmente sia in riferimento a specifiche dimensioni (relazione di coppia, relazione con i figli, sfera sessuale, relazione con altri famigliari, situazione finanziaria, occupazione, educazione dei figli, svago/tempo libero, vita sociale, sfera religiosa, gestione del tempo, salute); la terza parte *la percezione della qualità della vita di coppia e della relazione con i propri figli* (se migliorata o peggiorata dal periodo di convivenza forzata, nel primo caso grazie a quali risorse e nel secondo caso a motivo di quali difficoltà); la quarta parte analizza – indipendentemente dalla percezione di miglioramento o peggioramento – alcune *dimensioni della vita di coppia* (comunicazione, conflitto e affettività/sessualità). Infine, gli ultimi due item del questionario sondano il desiderio o meno da parte dei rispondenti di prendere parte ad un programma per migliorare la qualità della relazione di coppia e/o per il potenziamento delle competenze genitoriali.

Nel presente contributo ci limitiamo a riportare i dati che fanno unicamente riferimento al rapporto genitori-figli.

3. Ipotesi

Oltre agli obiettivi esplicitati nell'introduzione, la ricerca ha voluto verificare in che misura lo stress percepito impatti negativamente sul clima relazionale familiare e se esso si correla alla presenza di problemi economici divenuti più pressanti nel periodo di pandemia. Pertanto, si è ipotizzato che:

Hp.1 - Coloro che dichiarano di aver avuto problemi economici presentano un livello di stress percepito maggiore rispetto a coloro che dichiarano di non averne avuti.

Hp.2 - Coloro che hanno registrato un peggioramento del rapporto con i propri figli, a seguito dell'evento Covid-19, presentano un maggiore livello di stress percepito rispetto a coloro che dichiarano che l'evento non abbia inciso o abbia inciso positivamente.

4. Analisi dei dati

Per analizzare le variabili demografiche del campione dei rispondenti, sono state utilizzate statistiche descrittive: frequenze medie e deviazioni standard. Per esaminare la differenza presente tra i gruppi riguardo le variabili continue, sono stati utilizzati il t-test e l'analisi della varianza ANOVA.

4.1. Descrizione del campione: composizione e andamento rispetto alle variabili oggetto di studio

Hanno risposto al questionario on line oltre 800 persone, ma tra i rispondenti coloro che avevano figli sono risultati essere 601 di cui 128 uomini (21.29%) e 473 donne (78.70%).

Circa l'età dei rispondenti, le frequenze maggiori si registrano nella fascia 30-60.

Circa lo stato civile, 14 soggetti, pari al 2.32%, sono celibi o nubili; 483, pari al 80.36%, sono coniugati; 40 pari al 6.65% sono divorziati o separati; 62, pari al 10.31%, sono conviventi; 2, pari allo 0.33%, sono vedovi/e. Pertanto i coniugati e i conviventi costituiscono complessivamente il 90.67% dei rispondenti.

In riferimento alle diverse variabili oggetto del questionario, i dati emersi sembrano delineare la seguente situazione.

Per quanto concerne la *scala dello stress* che andava a rilevare lo stress percepito (in un gradiente da 1 a 7) relativamente a 12 dimensioni precedentemente menzionate, la media globale è stata del 3.10 con una DS di 1.15. Il che ci

porta a ritenere che complessivamente i livelli di stress non sono stati avvertiti dalla maggior parte dei rispondenti come particolarmente elevati. Le dimensioni rispetto alle quali si sono registrati punteggi più elevati sono state: vita sociale (M= 3.68, DS= 1.92); svago/tempo libero (M= 3.64, DS= 1.87); occupazione (M= 3.30, DS= 1.99); gestione del tempo (M= 3.38, DS= 1.87); educazione dei figli (M= 3.30, DS= 1.86); relazione con i figli (M= 3.15, DS= 1.76). Va tuttavia osservato che un 7.45% dei rispondenti registra stress elevato (5/6) in tutte le dimensioni.

Per quanto riguarda *l'impatto della coabitazione forzata sulla qualità del rapporto con i figli*, il 15.97% risponde che non ha inciso; il 70.71% risponde che ha inciso positivamente; il 13.31% risponde che ha inciso negativamente.

Coloro che ne stimano l'impatto positivo attribuiscono il miglioramento nella qualità del rapporto con i propri figli ad alcune risorse, riportate in Figura 1: la pazienza, il prendersi cura, l'umorismo, la disponibilità al dialogo, l'accettazione della realtà.

Coloro che ne stimano l'impatto negativo attribuiscono invece il peggioramento della relazione ad alcune criticità, riportate in Figura 2: non tollerare i loro tempi di risposta, alzare la voce con facilità, la poca pazienza, l'insofferenza.

Fig. 1: Risorse che hanno contribuito positivamente alla relazione genitori-figli.

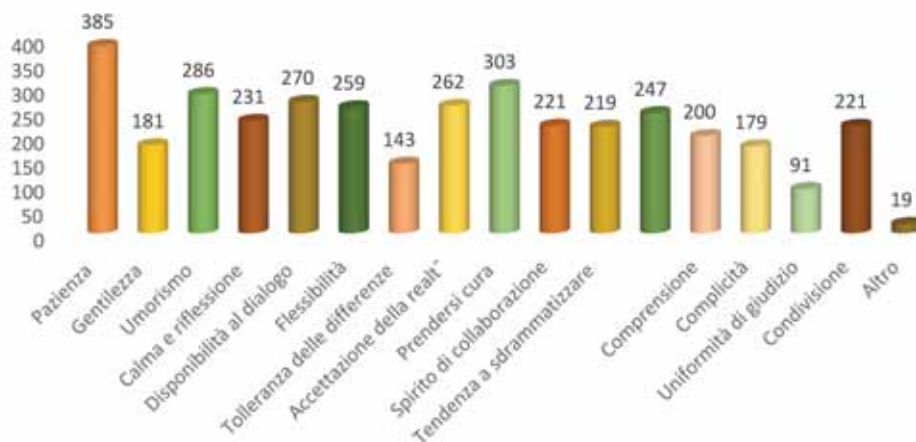
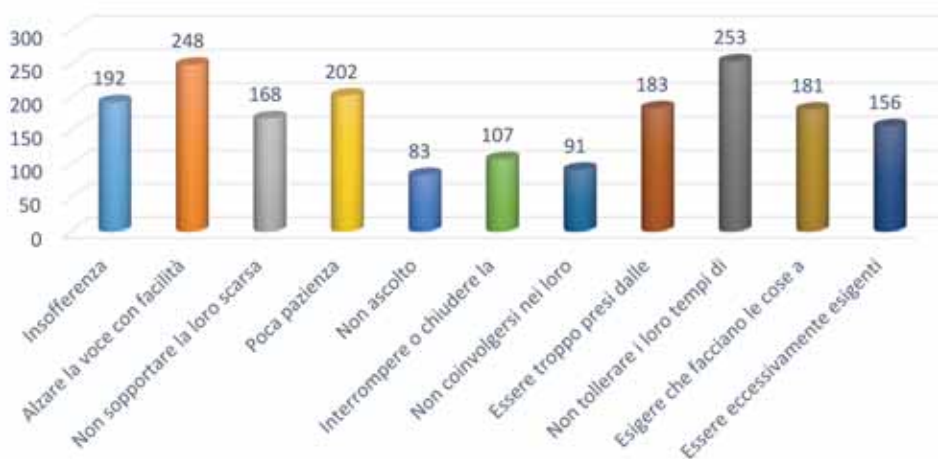


Fig. 2: Criticità che hanno inciso negativamente sulla relazione genitori-figli



Sempre in riferimento alla relazione con i propri figli è stato chiesto di riportare quali indicatori consentissero di stimare il percepito miglioramento o il percepito peggioramento e le percentuali di risposta sono riportate nelle Figure 3 e 4. Tra gli indicatori di miglioramento figurano: si passa più tempo insieme anche per giocare, si fanno più cose che coinvolgono l'intero nucleo familiare, si comunica di più; tra quelli di peggioramento figurano: si perde molto più spesso la pazienza, è aumentata la difficoltà a far rispettare vecchie e nuove regole, si reagisce con più insofferenza ai capricci, non si riesce a gestire la loro irrequietezza.

Fig. 3: Indicatori di miglioramento della relazione genitori-figli

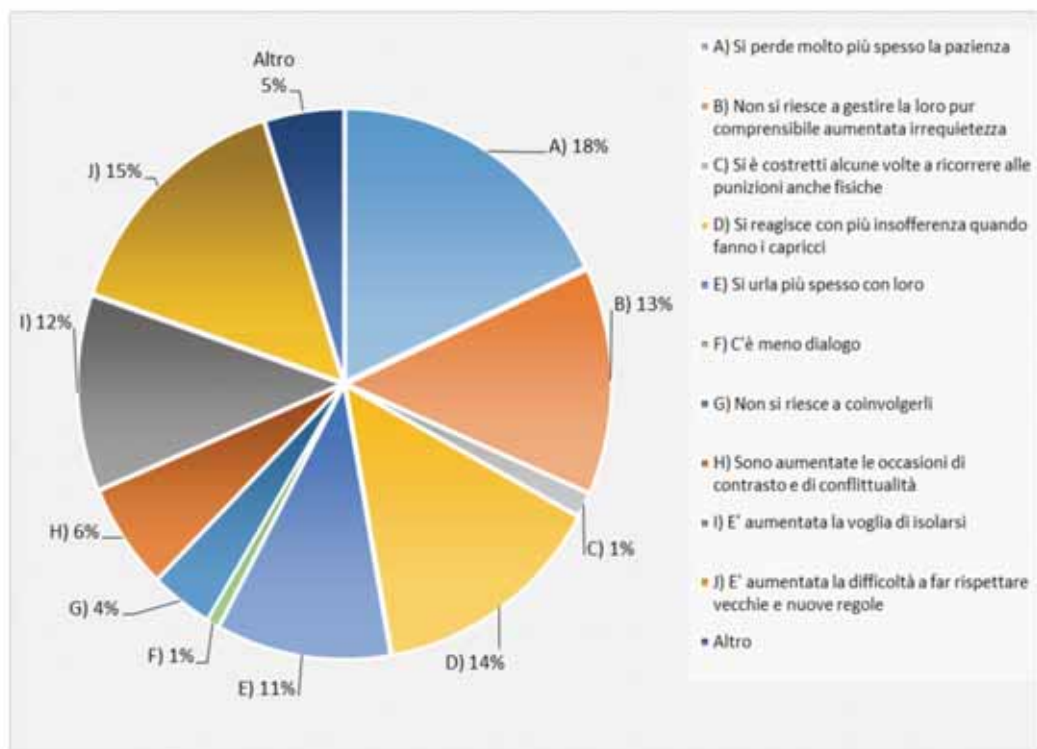
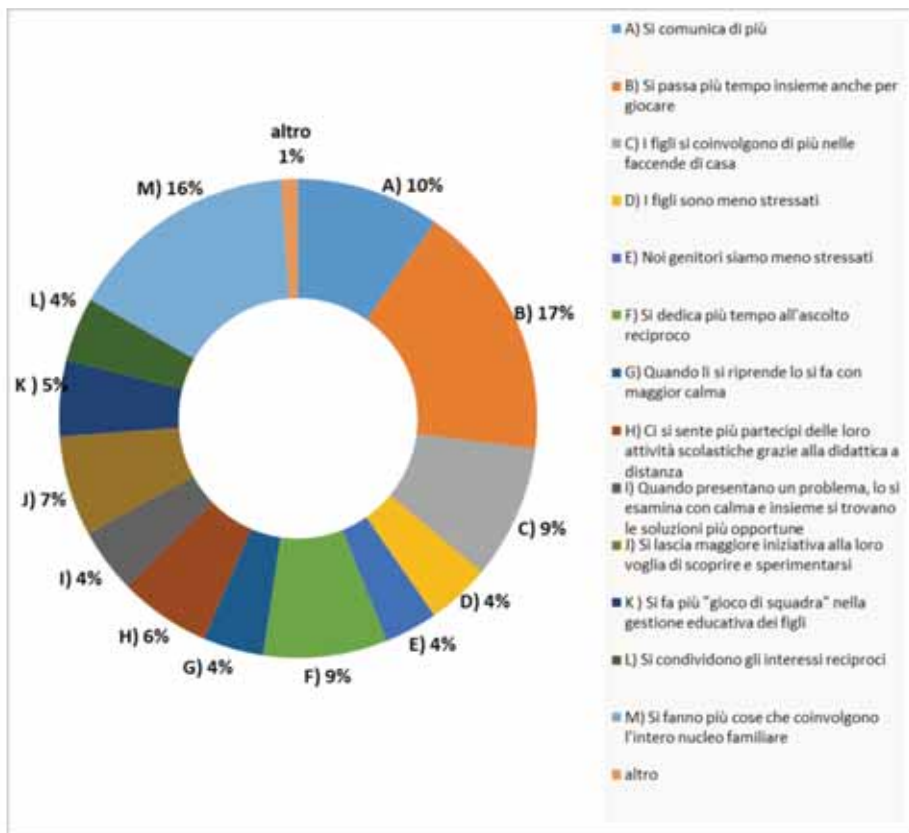


Fig. 4: Indicatori di peggioramento della relazione genitori-figli



In merito infine alla domanda indirizzata a sondare il desiderio di partecipare a percorsi formativi *on line*, il grafico riportato in Figura 5 sintetizza la posizione di rispondenti.

Fig. 5: Desiderio di partecipazione ad un programma *on line*



4.2. Verifica delle ipotesi

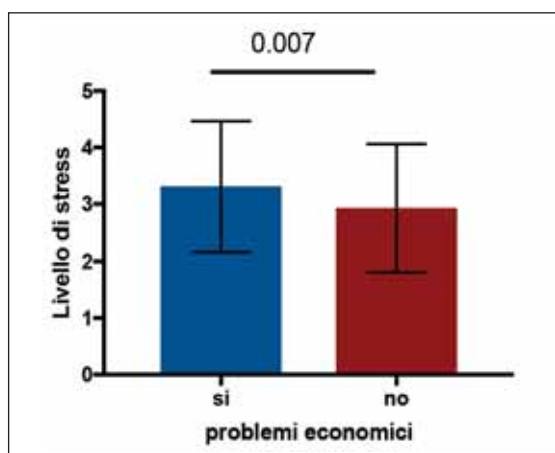
Hp. 1 Coloro che dichiarano di aver avuto problemi economici presentano un livello di stress percepito maggiore rispetto a coloro che dichiarano di non averne avuti.

Per valutare la relazione esistente tra la presenza di problemi economici durante la pandemia e livelli di stress è stato condotto un t-test per campioni indipendenti.

L'analisi ha mostrato la presenza di una differenza statisticamente significativa tra i due gruppi nel livello di stress ($t(598) = -2.72$, $p = 0.007$, $d \text{ Cohen's} = -0.24$).

Il gruppo di soggetti che presenta problemi economici ($M = 3.31$, $DS = 1.12$) mostra livelli superiori di stress rispetto al gruppo di soggetti che non ne presenta ($M = 3.03$, $DS = 1.15$).

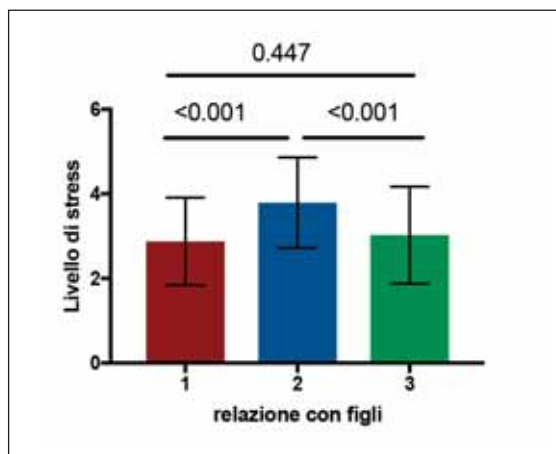
Fig. 6: Correlazione tra problemi economici e stress



Hp.2 Coloro che hanno registrato un peggioramento del rapporto con i propri figli a seguito dell'evento Covid-19 presentano un maggiore livello di stress percepito rispetto a coloro che dichiarano che l'evento non ha inciso o ha inciso positivamente.

Per effettuare un confronto tra le diverse percezioni circa l'impatto della coabitazione sulla relazione con i propri figli (1: non ha inciso, 2: ha inciso negativamente, 3: ha inciso positivamente) rispetto alla variabile stress, è stata condotta un'ANOVA che ha mostrato un effetto significativo $F(2,597) = 17.8$, $P < .001$, $\eta^2 = 0.056$.

Fig. 7: Effetto dello stress sulla percezione del rapporto con i figli



Infatti il gruppo 2: *ha inciso negativamente* mostra livelli di stress significativamente differenti rispetto agli altri gruppi (Tab. 1).

Tab. 1 Post Hoc Tests

| Post Hoc Comparisons – Ha inciso sulla qualità del rapporto con i figli | | | | | | |
|---|-----------------|-------|-------|------|-------|-----------|
| 95% CI for Mean Difference | | | | | | |
| | Mean Difference | Lower | Upper | SE | T | P tukey |
| 1 2 | -0.91 | -1.31 | -0.51 | 0.17 | -5.36 | < .001*** |
| 3 | -0.15 | -0.45 | 0.14 | 0.12 | -1.21 | 0.44 |
| 2 3 | 0.76 | 0.43 | 1.08 | 0.13 | 5.55 | < .001*** |

*** p < .001

Discussione

Dall'analisi dei dati, un primo elemento che emerge è che l'evento Covid-19, al di là dei molteplici aspetti negativi ad esso connessi, in primo luogo in termini di salute pubblica, è stato vissuto dalla maggior parte dei rispondenti come un'esperienza che ha fatto riscoprire il senso dell'unità e del sostegno familiari, probabilmente per aver concesso – seppure per cause di forza maggiore – di vivere più appieno la modalità dell'essere fatta di condivisione e intimità, una modalità alla quale non sempre si riesce ad accordare lo spazio dovuto (L'Abate, Cusinato, 1995).

Non a caso, tra gli indicatori di positività nella relazione con i figli figurano: *si passa più tempo insieme anche per giocare, si fanno più cose che coinvolgono l'intero nucleo familiare, si comunica di più.*

Questo porta a riflettere sul fatto che, nella routine di ogni giorno, in cui la vita spinge un po' tutti a trascorrere molto tempo fuori dalle mura domestiche, presi come si è dagli impegni contingenti, si rischia di trascurare anche senza volerlo aspetti che invece sono qualificanti la positività delle relazioni, antepo- nendo le urgenze del quotidiano a quello che dovrebbe costituire una priorità.

La percentuale di coloro che hanno, invece, stimato come negativo l'impatto del lockdown sulla vita familiare, è decisamente minore, ma non per questo trascurabile. Per questi ultimi, si potrebbe affermare che l'evento Covid-19, con le sue conseguenze, abbia funzionato come detonatore di tensioni in qualche modo preesistenti che si sono esacerbate nel periodo di convivenza forzata, non da ultimo anche per preoccupazioni di tipo economico che hanno aumentato i livelli di stress. La tendenza ad alzare la voce, la poca pazienza, l'insofferenza, la suscettibilità segnalate come fattori di criticità sembrano essere più evidenti in coloro che manifestano un maggiore livello di stress.

Così se da una parte risorse come la pazienza, il prendersi cura, l'umorismo, la disponibilità al dialogo, l'accettazione della realtà hanno mitigato l'impatto dell'evento offrendo persino la possibilità di viverlo positivamente, dall'altra lo stress e le preoccupazioni di tipo economico ad esso connesse hanno messo fuori gioco molte di queste risorse, sebbene tale dato riguardi una percentuale decisamente minore dei rispondenti (13.31%).

Ne consegue che un intervento di sostegno alla genitorialità, al quale circa un terzo dei partecipanti alla ricerca sarebbe interessato a prendere parte, dovrebbe essere orientato alla promozione di alcuni atteggiamenti e qualità relazionali che vanno nella direzione dell'autoregolazione, ma soprattutto alla gestione del distress. Quest'ultimo, infatti, può compromettere la capacità riflessiva anche di un buon genitore, aumentandone l'insofferenza, l'irritabilità e l'impulsività nell'agire (Pally, 2017).

■ Limiti

Il presente studio non è esente da limiti. Un primo limite è rappresentato dalla composizione del campione rappresentato in misura prevalente da donne. Se da una parte questo ci dà la misura del diverso modo di rispondere a iniziative di questo genere da parte dei due sessi, dall'altra rende non rappresentativo per genere il campione dei rispondenti. Un secondo limite è connesso al fatto che l'invio via mail o via *WhatsApp* del questionario, ha riguardato soprattutto

la rete di contatti del team di ricerca che inevitabilmente ha introdotto un elemento di selezione in partenza. Non è un caso, ad esempio, che il 41.1% dei rispondenti disponga di un titolo di laurea e il 23.9% di un titolo post lauream. Questo è un limite che non consente evidentemente una generalizzazione dei risultati.

Ciononostante, almeno per una fascia della popolazione, la ricerca offre uno spaccato di come l'evento abbia impattato sul rapporto genitori figli offrendo una serie di spunti interessanti sui quali riflettere e dai quali partire per l'implementazione di iniziative formative ed educative.

Bibliografia

- Biondi M. e A. Iannitelli, CoViD-19 and stress in the pandemic: sanity is not statistical, «Rivista di psichiatria», 55 (3), 2020, pp. 1-6.
- Burr W.R., *Theory construction and the sociology of the family*, John Wiley & Sons, 1973.
- Burr W.R., Hill R., Reiss I. L., Nye F.I., *Contemporary theories about the family* (Vol 1), The Free Press, 1979.
- Cusinato M., L'Abate L., A spiral model of intimacy, in S.M. Johnson e Greenberg (a cura di), *The heart of the matter: Perspectives on emotion in marital therapy*, Brunner/Mazel, 1995, pp. 108-123
- Hill R., *Families under Stress*. Westport, CT: Greenwood Press, 1949.
- Lavee Y. et al., The Double ABCX Model of Family Stress and Adaptation: An Empirical Test by Analysis of Structural Equations with Latent Variables, «Journal of Marriage and the Family» 42(4), pp. 811-25.
- Rosino M., ABC X Model of Family Stress and Coping, «Encyclopedia of family studies», pp. 1-6.
- Sansavini A., Trombini E., Guarini A., Genitori e bambini 0-6 anni durante l'emergenza Covid-19: problematiche, nuove sfide e iniziative di supporto psico-educativo, «Psicologia clinica dello sviluppo» 24(2), pp. 195-200.