

BIMBI, CANI e Covid



In piena pandemia il miglior amico dell'uomo ha aiutato tanti bimbi a superare l'isolamento sociale. E continua a farlo ancora oggi, tra tensioni, rischi di contagi e di didattica a distanza. Guida alla scelta responsabile di un nuovo peloso in famiglia

In piena pandemia in tantissimi hanno deciso di allargare la famiglia adottando un amico a quattro zampe. Tutti quei bimbi che hanno avuto la fortuna di godere della compagnia del nuovo amico peloso sono riusciti a superare meglio i momenti di maggior isolamento sociale. I nostri figli in questi ultimi anni pandemici hanno sofferto un periodo di forte impatto emotivo tra chiusura improvvisa delle scuole, impossibilità di salutare compagni e insegnanti, drastica interruzione delle lezioni in presenza a favore della didattica a distanza online, senza più ricreazioni, né compiti di gruppo nel post-scuola, niente sport, né feste o ritrovi... tutte rinunce, tutto saltato da un giorno all'altro.

La presenza del cane in casa li ha aiutati a superare questo dramma sociale. Anche se dallo scorso agosto il boom della corsa all'adozione è finito, l'esplosione dei nuovi cagnolini in tempo di Covid è ancora efficace, perché quei pet sono sempre nelle case con gli stessi bimbi e continuano a portare loro tanti benefici. Ma quali sono le conseguenze subite dai nostri figli in seguito a tutte queste limitazioni? Come la presenza di un cane è riuscita a responsabilizzarli, aiutandoli da un punto di vista emotivo? Vediamo i vari casi nel dettaglio.

FORTE IMPATTO EMOTIVO E CONSEGUENZE

La paura (trasmessa inconsapevolmente) del contagio da parte dei media, il timore dei genitori, l'isolamento



FEDERICA SGARBOSSA educatore e istruttore cinofilo, coadiutore del cane in pet therapy – [Instagram](#) La Mamma Cinofila Federica S. [Facebook](#) La Mamma Cinofila
COBIANCHI DESIRÈE psicoterapeuta sistemico relazionale, mediatrice familiare – [Facebook](#) Dott.ssa Cobianchi Desirèe - Psicologa
Psicoterapeuta www.cobianchidesiree.com



sociale, sia familiare che dagli amici, hanno causato diversi sintomi da parte dei bambini:

- **DISTURBI DEL SONNO** comuni a tutte le età, dai più piccoli agli adolescenti, caratterizzati da agitazione notturna, difficoltà a prendere sonno, più incubi e bisogno della presenza rassicurante dei genitori durante la notte, specie nei più piccoli
- **AGGRESSIVITÀ** intesa come scatti d'ira, atteggiamenti aggressivi verso familiari o compagni, talvolta verso oggetti, indice di frustrazione e incapacità di esprimere le emozioni provate
- **PAURA DEL PROSSIMO** diffidenza verso i contatti sociali fra coetanei, specie da parte di soggetti già emotivamente e psicologicamente fragili o con patologie croniche che, di norma, sono isolati dai compagni della loro età: il rischio del Covid ha accentuato il loro isolamento
- **APATIA** che si delinea in comportamenti di isolamento sociale, maggiori di quelli imposti, permanenza per molte ore davanti a tablet, smartphone, tv o pc e, per i più grandi, alle console; assenza di desiderio di svolgere qualsiasi attività
- **REGRESSIONE** tipico dei bambini tra i 4 e i 6 anni, ossia ritorno a una fase precedente dove le tappe di autonomia acquisite sembrano dimenticate, come il vestirsi da soli, il controllo sfinterico (incontinenza notturna), l'organizzazione dei giochi, il bisogno costante della presenza dell'adulto, lamentele e capricci
- **DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE** fissazione solo su al-

cuni tipi di cibi, sovra-alimentazione (mangiano più del dovuto) o sotto-alimentazione (mangiano molto meno del solito)

- **TIC E BALBUZIE** magari precedentemente già esistenti, che in questo periodo sono aumentati, o emersi per la prima volta

DIFFICOLTÀ A ESPRIMERE LE PROPRIE EMOZIONI

Tutti questi sintomi hanno in comune la difficoltà a esprimere le proprie emozioni, a gestire l'ansia, i cambiamenti, la rabbia, la frustrazione. Appena ci si accorge di certi comportamenti nel bambino, che perdurano nel tempo, sarebbe opportuno rivolgersi a esperti per cercare di capire da dove nasca la fonte di disagio per il benessere del bimbo e di tutta la famiglia. Quando non si tratta di disturbi specifici dello sviluppo, di apprendimento o deficit cognitivi, la terapia più idonea è senza dubbio quella familiare, in quanto il sintomo che il bambino manifesta è rappresentativo di qualche cosa che non ha funzionato nel sistema familiare. La terapia familiare aiuta questi bambini a non sentirsi "sbagliati" e a inserire i loro malesseri in un quadro più ampio. È una modalità terapeutica molto importante perché coinvolge tutti i membri del nucleo familiare, andando a lavorare sulle dinamiche relazionali tra genitori/figli, fratelli e coppia genitoriale: il bambino è solo il portatore di un sintomo, non certo la causa del problema.

In questa pagina

Cosa fare se si decide di prendere un cane per il proprio figlio? Bisogna essere preparati e farsi aiutare da professionisti, ma soprattutto informarsi anche con consulenze pre-adozione con educatori o veterinari esperti per analizzare le motivazioni che ci portano a volere un cane.

PERCHÉ PARLIAMO DI "MALESSERE DEL SISTEMA"?

Proviamo a pensare al periodo che abbiamo vissuto e, in parte, continuiamo a vivere: pandemia, restrizioni, privazioni sociali sono realtà che nella maggior parte delle famiglie hanno portato ansia, frustrazione, paure... pensiamo a quei nuclei che a causa del Covid hanno perso i propri cari, genitori che hanno perduto il lavoro... è innegabile che questo quadro abbia creato un clima più teso e ansioso che inevitabilmente si è ripercosso sui bambini i quali, a modo loro, cercano di dare un senso a quello che stanno vivendo. Il malessere del bimbo che va in terapia perché manifesta insonnia, tic e stato d'ansia non può certo essere visto indipendentemente del clima di tensione vissuto in casa, magari perché il padre ha perso il lavoro e non sa come mantenere la famiglia. All'interno della terapia familiare tali dinamiche vengono evidenziate e affrontate per far sì che ogni membro abbia informazioni e strumenti adeguati al proprio ruolo ed età.

UN ANIMALE DOMESTICO COME AIUTO EMOTIVO

Talvolta, prima di arrivare a far ricorso a dei professionisti, capita che, quando i genitori percepiscono un malessere, una mancanza, o solo un desiderio dei propri figli, decidano di inserire all'interno della famiglia un animale domestico come aiuto emotivo, compagnia e fonte di gioia. La scelta più frequente, di solito, ricade sul cane, il migliore amico dell'uomo, animale sociale per eccellenza proprio come lo è l'uomo, per questo sono così simili e si piacciono così tanto. Infatti, durante questo Covid-periodo le adozioni dai canili, specie del Sud, sono incrementate sensibilmente. Ma il cane non può e non deve essere visto come la soluzione ai problemi dei nostri figli, o meglio, la scelta va ponderata e, soprattutto, va intrapreso un percorso "ad hoc" affinché non accadano spiacevoli episodi che diventerebbero ancora più controproducenti per i bambini che sono sottoposti a una rielaborazione emotiva della pandemia e a un lento ritorno alla normalità.

In questa pagina

Scegliere di adottare un cane è un atto di responsabilità e non va preso in modo superficiale: deve essere una decisione per la vita perché il nuovo arrivato a quattro zampe dovrà condividere il menage familiare.





PRENDERE UN CANE NON È UN'AZIONE TRANSITORIA

I motivi che hanno spinto, durante la pandemia, i genitori a far entrare nella loro quotidianità un animale sono diversi: chi ha figli unici ha pensato che il cane potesse essere un compagno di gioco durante l'isolamento; chi, invece, ha più figli e non ha potuto far praticare loro le normali attività ha pensato che il cane potesse aiutarli a trascorrere meglio la pandemia. Ma prendere un quattro zampe significa assumersi un impegno per molti anni e, come tale, la scelta non può essere superficiale. Il cane non deve essere visto come "oggetto transizionale" per superare i blocchi e le difficoltà emotive del bambino causate dal Covid o da altri fattori cognitivi, relazionali e ambientali; certo, può essere un valido aiuto, perché può diventare l'amico speciale del bambino, spronandolo ad affrontare le sue insicurezze, ma non è la soluzione a tutti i problemi.

IMPEGNI MULTIPLI PER BIMBI E PET

Bisogna essere consapevoli della scelta di far coesistere cani e bambini: ognuno di loro è un essere vivente con le proprie esigenze. Pertanto, bisogna fare delle considerazioni a priori, specie se si accoglie il cane in una casa dove ci sono dei bimbi piccoli. In tal caso vi sarà un aggravamento del carico di lavoro per i genitori. Avere un cane con neonati o bimbi dagli zero mesi ai tre anni significa dover fare attenzione a mille cose, rischiare che entrambi si facciano del male, svegliarsi la notte per cambiare il bambino e magari portare fuori il

cane, non trascurare il pet che ha anche bisogno di giocare o essere portato fuori mentre il bambino fa il riposino, e via dicendo. Cosa succederebbe se il bimbo, irruente per età o carattere, facesse inavvertitamente del male al cane e quest'ultimo reagisse? Paura del bambino, rabbia dei genitori e frustrazione del cane.

SCEGLIERE IL CANE IDEALE IN BASE ALLA FAMIGLIA

Cosa fare se si decide di prendere un cane per il proprio figlio? Bisogna essere preparati e farsi aiutare da esperti, ma soprattutto informarsi anche con consulenze pre-adozione con educatori o veterinari esperti per analizzare le motivazioni che ci portano a volere un cane, in base al nostro stile di vita, al tipo di famiglia, e così via. Queste figure professionali aiutano le persone a scegliere la razza e il tipo di cane più adatto a ogni singolo nucleo familiare in base a ritmi, abitudini e spazi.

SE IL BIMBO HA RITARDI COGNITIVI O MOTORI...

Nel caso di bambini con autismo, ritardi cognitivi o motori, oppure con traumi emotivi anche dovuti alla pandemia, qual è il cane giusto? Qual è, per esempio, quello ideale per un bimbo con un disturbo d'ansia sociale? Di certo un cane molto socializzato, ma anche proveniente da un rifugio, previo colloquio con i volontari che il più delle volte conoscono bene i loro ospiti, anzi, spesso hanno anche delle dettagliate schede comportamentali per ciascun pet, cosa molto importante nel nostro



CONSAPEVOLEZZA

I corsi di educazione - pre e post adozione di cani - aiutano realmente le famiglie in questa esperienza, con consigli, strategie, esercizi e giochi mirati a creare una relazione sana tra il nuovo arrivato e i figli, e a trarne positività sarà tutta la famiglia. La presenza di un cane in casa determina nei bambini i seguenti benefici:

- **amore:** i bambini sperimentano un amore puro e incondizionato perché al cane non importa se sono stati bravi o no a scuola o in casa, se hanno o meno difficoltà cognitive o motorie: un cane sarà sempre felice di averli vicino e lo dimostrerà in modo contagioso con il suo ormone dell'amore
- **rispetto e responsabilità:** il cane insegna ai bambini il rispetto per gli altri, a non dare nulla per scontato, a capire le conseguenze delle proprie azioni, a prendersi la responsabilità di nutrirlo, lavarlo, giocarci, portarlo a spasso: in sostanza, li responsabilizza
- **la calma:** il cane aiuta i bimbi a essere più equilibrati, a rispettare tempi e modi, e li aiuta a gestire l'aggressività (un cane che vede un bambino troppo agitato sarà a disagio e lo dimostrerà)
- **l'amicizia:** il legame tra cane e bambini è una relazione meravigliosa perché questi ultimi non si sentiranno mai soli e avranno sempre qualcuno che li consolerà. Di recente, durante dei laboratori scolastici sulle emozioni, nel chiedere ai bambini le strategie che mettono in atto quando sono tristi o arrabbiati, mi sono stupita della loro risposta più comune: "vado ad abbracciare il mio cane"
- **prendersi cura dell'altro,** capire che ogni individuo va rispettato come tale con tutto ciò che rappresenta, che ci piaccia o no

PRENDERSI CURA DI UN CANE È UN ATTO D'AMORE

In conclusione, per aiutare i nostri figli e noi stessi a superare serenamente questo periodo post Covid ci sono molti modi. Ogni scelta va pensata e coltivata nel tempo, soprattutto quella di prendere un cucciolo o un cane adulto. Daremo, così, l'esempio ai nostri figli che prendersi cura di un altro essere vivente è un atto d'amore che si costruisce ogni giorno con impegno, chiedendosi sempre, prima di tutto, il motivo che ci spinge a fare questa scelta e se saremo in grado di portarla avanti, perché il cane è un essere senziente unico che dona fiducia e fedeltà incondizionata e noi, nel nostro piccolo, dobbiamo impegnarci a prendercene cura. Un cane dona tutto sé stesso e scegliere di accoglierlo in casa è per sempre.

caso specifico. L'importante, prima della scelta, è conoscere bene il carattere del pet che deve essere equilibrato. Ci sono anche cani di razza selezionati appositamente per le attività assistite in grado di aiutare i bambini speciali nell'interazione e le loro mamme nella gestione. Una valida alternativa è affidarsi a esperti del settore cinofilo per valutare insieme la scelta ideale. Il cane non può certo diventare un problema in più per i genitori, già abbastanza impegnati a risolvere le lacune del loro figlio: per questo bisogna evitare in tutti i modi il rischio che l'animale venga "bocciato" e quindi "rispedito" al mittente o, peggio, abbandonato.