

## Nucleo Psicologico Emergenza

Il Nucleo Psicologico per l'Emergenza (N.P.E.) è un servizio dell'A.U.S.L. Valle D'Aosta, attivo h24 su tutto il territorio regionale.

Gli obiettivi che il Nucleo si prefigge sono:

- Offrire un supporto emotivo-relazionale alle persone coinvolte in un evento critico;
- Valutare le situazioni ad elevato rischio psicologico;
- Prevenire manifestazioni di disturbo post-traumatico, attivando la rete dei servizi e/o indirizzando, eventualmente, le persone alle strutture sanitarie competenti;
- Continuare il supporto per un breve periodo, se necessario, nei giorni successivi all'evento.
- Gestione Ambulatorio Urgenze Psicologiche entro le 72h dalla richiesta (Cod. U).



**Azienda USL Valle d'Aosta**

**Struttura Semplice Dipartimentale  
di Psicologia**

**mail: [segreteria psicologia@ausl.vda.it](mailto:segreteria psicologia@ausl.vda.it)**

**Tel: 0165 54 62 19**

**Resp. : Dott.ssa Meri MADEO**

**Team S.S.D. Psicologia**

**Dott. Perrone Davide**

**Dott.ssa Bérard Cristina**

**Dott.ssa Petit Pierre Susi**

**Dott.ssa Bresolin Sabrina**

**Dott.ssa Cassetto Doris**

**Dott. Albarello Jacopo**

**Dott.ssa Arcara Laura**

**Dott.ssa Cappello Valentina**

**Dott.ssa Donati Alessia**

**Dott.ssa Quartuccio Tania**

**Dott. Raia Roberto**



**Come parlare  
della guerra ai  
bambini e agli  
adolescenti**



## Introduzione

Tutti gli adulti che si occupano di bambini, e adolescenti come genitori, educatori e insegnanti di ogni ordine e grado hanno il compito di educare e sostenere nella crescita. In circostanze



dolorose come quelle attuali, caratterizzate da sentimenti di incertezza e di instabilità è fondamentale un'azione di prevenzione al fine di

promuovere per la salute psicologica e mentale dei minori. Per fare questo è necessario mediare tra il loro universo cognitivo, emotivo e affettivo e la crudele realtà attuale attraverso le “parole adatte”, ma è anche importante riconoscere quei chiari segnali di malessere che i bambini e i ragazzi possono manifestare in seguito ad eventi efferati come la guerra in corso.

Sarà importante quindi assicurare ai bambini una presenza tranquilla e rassicurante e una vicinanza fisica adeguata: se piange lo abbraccio, se è nervoso mi avvicino o resto nei paraggi. Gli interventi dovranno essere adeguati all'età e coerenti. Di seguito alcuni suggerimenti per orientare l'intervento di prevenzione da parte degli adulti.

## Osservare

E' compito delle famiglie e degli educatori osservare in questo periodo il comportamento, l'espressione affettiva e la performance cognitiva dei bambini durante le attività di gioco, di socializzazione e della didattica al fine di evidenziare cambiamenti negli atteggiamenti e nelle espressioni emotive di ciascuno. E' opportuno individuare per tempo gli studenti che evidenziano sentimenti di ansia o paura e informare i genitori.

- In caso di ragazzi in età prescolare non ci deve essere esposizione ad immagini e notizie mediatiche sull'argomento. Si può mettere in parola ciò che sta avvenendo in modo semplice e breve.
- In caso di bambini in età scolare i genitori devono monitorare o ridurre la visione delle immagini dell'evento ponendosi comunque a fianco dei figli.

## Rassicurare

In queste situazioni sia gli adulti che i bambini subiscono un forte impatto affettivo che non può essere nascosto o dissimulato. E' importante che gli adulti mantengano la calma e il controllo in quanto **mediatori emotivi**. Ai bambini va comunicato con parole semplici che gli adulti, a scuola e a casa, sono loro vicini, li proteggono e vogliono loro bene: “...noi ci siamo e vi proteggiamo”. In casi di eventi violenti come la guerra occorre ricordare che ci sono persone che si stanno occupando di risolvere le conseguenze degli eventi e di garantire la sicurezza. Dopo averne parlato, riportare sempre al qui ed ora: “siamo qui insieme, siamo a scuola/casa e adesso abbiamo una serie di cose di cui occuparci...”. Svolgere attività positive con i bambini per aiutarli a pensare anche ad altre cose. La routine e le normali priorità dei ragazzi rappresentano dei punti di riferimento fondamentali per ricostruire i loro “luoghi sicuri” di appartenenza.

## Rimanere disponibili

La dinamicità degli eventi cruenti e il susseguirsi dei fatti non ci permette di chiudere definitivamente il discorso; “...ne possiamo parlare ancora”, “...se c'è qualcosa che non capite noi possiamo spiegarvelo”.

Costruire un rapporto di fiducia in cui il bambino non si senta giudicato negli affetti o nelle reazioni: se piange e ci si avvicina non dirgli “no, non piangere!”; se fa domande bizzarre non ridere

né sgridare ma riportare a contenuti e modalità adeguate. Trasmettere l'idea che ciò che vi sta portando è importante e degno di considerazione.

## Permettere le domande

Trovare un luogo e un momento per parlare senza interruzioni, aiutare i bambini a chiedere ciò che vogliono sapere: “mi vuoi fare delle domande?”. Non dimentichiamoci di farci raccontare ciò che già sanno, le fonti e le loro idee personali sugli eventi. Se non riescono a spiegare i loro sentimenti dire: “mi sembra che tu sia preoccupato/spaventato/triste...”. Chiedere se ci sono dei momenti in cui pensano di più alla guerra.

## Spiegare

- Fare ordine tra le informazioni già in loro possesso evitando notizie troppo allarmanti. Dire sempre la verità in modo chiaro ed in rapporto all'età e alla capacità di comprensione del bambino\ragazzo.
- Con i **ragazzi di scuola media** la conversazione si fa più interattiva. L'adulto funge da facilitatore del confronto in gruppo e da mediatore. Ricordare di puntualizzare il bisogno di informazione attraverso domande orientate a definire “cosa vuoi esattamente sapere?”, “qual è la tua opinione personale sulla questione?”, “cosa suggeriresti di fare?”.
- Con gli **adolescenti** è più funzionale un atteggiamento di ascolto delle loro riflessioni e delle loro ragioni. Sarà utile lasciare uno spazio a quelli che sono i loro pensieri, sistemi di valori e il loro stato d'animo.