

TANTA PAURA DELLA VACCINAZIONE

Articolo pubblicato su “ Il Padova” in data 15.01.10 e su “Il Mattino di Padova” il 18.01.10

Abbiamo notato un cambiamento nel nostro bambino di 5 anni dal giorno in cui lo abbiamo portato al vaccino; si è arrabbiato tantissimo, forse perché non lo avevamo avvisato? Per il richiamo allora lo abbiamo preparato... ma è stato lo stesso un disastro!

Le visite mediche possono essere situazioni critiche che un bambino deve affrontare nella sua crescita. L'età dei 5 anni è inoltre un passaggio delicato, perché il bambino sta facendo nuove conquiste (essere più autonomo, prepararsi alla scuola primaria, ecc.), che lo attraggono e lo rendono orgoglioso, ma che anche lo costringono a lasciare sicurezze familiari. Può succedere così che situazioni che erano state affrontate senza particolari difficoltà dai bambini quando erano più piccoli, in questo periodo scatenino paure e resistenze, tante volte incomprensibili agli adulti. Il bambino, crescendo, è però sempre più capace di capire ed immaginare le esperienze che vive, prevedendo i limiti e le risorse su cui potrà contare. Anticipare con precisione e sincerità (“la puntura ti farà male, ma durerà solo un attimo”) al figlio quanto lo aspetta lo aiuta a ridimensionare i motivi di preoccupazione, ad avere maggior controllo sulla realtà, ma non è sufficiente a volte ad eliminare il desiderio di fuga del bambino da quanto gli crea ansia.

D'altra parte la paura non è un'emozione solo negativa, perché, se non supera una certa intensità, è utile per riconoscere i pericoli per la nostra sicurezza fisica e psicologica e quindi per proteggerci. Come altri sentimenti “difficili”, anche i timori diventano più leggeri se i bambini se hanno la possibilità di esprimerli senza il rischio di essere giudicati “capricciosi” o “fifoni”. E' infatti mettendo parole su queste paure, che i bambini potranno sentirsi meno sopraffatti da esse e cercare strategie alternative all'evitamento. E' importante perciò che gli adulti trovino il tempo in cui ascoltarli e guidarli a trasformare in parole quanto li ha tanto preoccupati: “Avevi tanta paura... eri spaventato... che la puntura ti facesse male, vero? Lo so, l'ho provato anch'io... ora sai che sei capace di affrontare le punture”. Anche la lettura aiuta i bambini a capire che molti coetanei sono alle prese con le piccole-grandi prove dell'infanzia, scoprendo in questo modo che le paure possono essere comprese, nominate e superate. Ai genitori si segnalano, tra i tanti libri, “Sempre capricci!?” e “Brrr...che bello spavento!!”.

Paola Milani, professore associato Dipartimento di Scienze dell'Educazione, Università di Padova.
Con la collaborazione di Ombretta Zanon, psicopedagogista, Facoltà di Scienze della Formazione, Università di Padova

Inviare domande a: lascuoladeigenitori@comune.padova.it