



*Mia madre è bipolare: genitori con malattia mentale e possibili effetti sui figli, in «La rivista del lavoro sociale», n. 3 (giugno 2016), p. 4-9.*

Quando i genitori hanno problemi legati alla salute mentale, i figli possono trovarsi ad affrontare situazioni particolarmente delicate e dolorose. Bambini e ragazzi possono vivere mamma o papà come ostili, fuori controllo, imprevedibili, assenti. E quindi sentirsi a loro volta ansiosi, tristi abbandonati se non adeguatamente supportati. La vita di tutti i giorni può diventare fonte di paure e incertezze, soprattutto per i più giovani che talvolta si trovano sovraccaricati da fatiche eccessive per la loro età. Alcuni studi sui figli di genitori con disturbi psichici hanno evidenziato che essi possono essere più inclini a sviluppare disturbi dello spettro bipolare, così come potrebbero avere maggiori probabilità di problemi psicosociali. Inoltre, i figli di genitori con disturbo bipolare mostrano durante il giorno livelli più elevati di cortisolo, un ormone che viene rilasciato durante periodi di stress. La situazione va affrontata impostando una buona prevenzione.

Un'équipe canadese ha avviato un programma rivolto ai bambini tra i 6 e gli 11 anni e i loro genitori. La finalità è quella di favorire la comunicazione all'interno di questi nuclei, allentare lo stress, per evitare che la vita quotidiana degeneri portando a problemi di salute mentale per i figli. È importante sottolineare che i bambini che vivono in queste famiglie sviluppano anche preziose risorse personali, quali: la compassione, la sensibilità, l'intraprendenza, la forza e l'indipendenza. In contesti così delicati, gli operatori sociali giocano un ruolo importante per favorire la prevenzione e utilizzare un approccio orientato alla partecipazione. Spesso il rapporto con i figli è un elemento protettivo per la salute mentale del genitore e i ragazzi desiderano fortemente mantenere il rapporto affettivo con la mamma o il papà. La sfida è trovare il modo di equilibrare e conciliare i diversi bisogni presenti nella famiglia, senza mettere mai in secondo piano la tutela dei bambini o ragazzi.