

IL RAPPORTO

Hanno l'ansia, ma non chiedono aiuto «Solo 4 adolescenti su 10 sono felici»

ALESSIA GUERRIERI

Telefono Azzurro fotografa il malessere della “generazione fragile”: il 20% è preoccupato, uno su tre prova vergogna nel domandare un sostegno. Cresce la dipendenza da smartphone e social Roma Hannopaura. Soffrono profondamente pervasi da un gran senso di solitudine, dall'incertezza per il futuro; sensazioni acuitizzate dalla guerra, dalla pandemia insieme a un bisogno di ascolto spesso nonsoddisfatto dagli adulti che porta i ragazzi a rifugiarsi nella rete per cercare risposte. Inoltre, più di 1 ragazzo su 5 prova ansia ma chiedere aiuto a un esperto di salute mentale è percepito come motivo di vergogna da 1 giovane su 3. È uno spaccato di una generazione confusa quello che emerge dall'indagine di Telefono Azzurro realizzata con il supporto di Bva Doxa su 800 ragazzi tra i 12 e i 18 anni, presentata ieri al Cnel in previsione della Giornata internazionale dell'Infanzia edell'adolescenza del 20 novembre. E ciò che emerge è una classe d'età in crisi di autostima. Nelle ultime due settimane, infatti, solo il 41% dei ragazzi si è sentito felice. Il 21% ha dichiarato di sentirsi in ansia o preoccupato (20%), il 6% triste. Tra le principali sofferenze che gli adolescenti riscontrano nei loro coetanei al primo posto c'è la dipendenza da internet e dai social network (52%), seguita dalla mancanza di autostima (41%) e dalle difficoltà relazionali con gli adulti (40%). Per il 41%, inoltre, sarebbe utile insegnare ai genitori come essere vicini ai figli che stanno male, mentre il 39% auspica che a scuola si parli di più di salute mentale. Soltanto il 39% parla nella vita di tutti i giorni di benessere mentale e la rete affettiva rimane il riferimento in caso di malessere psicologico. Il 74% dei ragazzi ritiene la famiglia un punto fermo, seguita da amici (38%), dallo psicologo (26%) e dalla scuola (11%). La linea di ascolto 19696 nel 2022 ha raccolto 1459 segnalazioni relative a problemi di salute mentale - ovvero 4 casi al giorno - e quelle gestite dal numero Emergenza Infanzia 114 nel 2022 sono state 347. Dall'indagine emerge come la solitudine di fronte all'accesa crescita porti sempre più ragazzi a rifugiarsi online. In media i giovanissimi passano almeno tre ore al giorno sui social, chattando. Il 92% sa bene che potrebbero causare dipendenza, ma il 31% li usa per combattere solitudine e noia. Pensare di non utilizzare più i social per il 22% dei ragazzi è motivo di ansia e agitazione, per l'11% si sentirebbe più solo, mentre il 23% si sentirebbe addirittura “perso”. «Diventa così fondamentale e prioritario non lasciare i più giovani da soli all'interno dei mondi digitali colmando le lacune di reti familiari sempre più fragili – dice il presidente del Telefono Azzurro Ernesto Caffo – dobbiamo scrivere percorsi nuovi per tutelare e emettere al primo posto la salute mentale di bambini e adolescenti». Secondo Caffo il bonus psicologico da solo non basta, ma occorre «ridare ai ragazzi la forza di affrontare la vita e l'incertezza del domani, creando una cultura dell'ascolto nelle scuole, in parrocchia e nella



Avvenire

comunità».

I nativi digitali difatti, paradossalmente, pur mostrando una certa disinvoltura nell'uso delle nuove tecnologie - sottolinea il presidente della Camera Lorenzo Fontana in un messaggio «mostrano con sempre maggior frequenza disturbi comportamentali legati a un uso improprio di questi strumenti». Lacruda realtà è perciò che le incessanti evoluzioni tecnologiche colpiscono in particolar modo la vulnerabilità dei ragazzi, che «spesso si trovano a gestire da soli situazioni di disagio - sottolinea il viceministro al Lavoro e Politiche sociali Maria Teresa Bellucci - Educare i ragazzi a conoscere e vivere le proprie emozioni può certamente rappresentare una strategia da mettere in campo per insegnare loro a non avere timore delle proprie emozioni, nemmeno di quelle più negative che possono sembrare insormontabili ». Invita infine a lavorare insieme su «alcune misure concrete» il padrone di casa, il presidente del Cnel Renato Brunetta, visto che l'organo che dirige «può porsi come catalizzatore di reti svolgendo un'opera di sensibilizzazione, motivando tutte queste reti a un impegno comune sul fronte del disagio giovanile, stimolandole a intraprendere percorsi condivisi per l'offerta di servizi di qualità». Anche eventi drammatici, come ad esempio la guerra in Medio Oriente, influenzano i sentimenti e il vissuto dei ragazzi. Più di un giovane su due così, secondo il report del Telefono Azzurro, è rimasto impressionato di fronte alle notizie e alle immagini dolorose del conflitto, mentre il 35% ritiene di aver avuto una reazione all'inizio, ma ora si sente abituato. Il 49% dei ragazzi inoltre sottolinea di provare molto spesso rabbia, il 59% tristezza, il 39% angoscia. In più un ragazzo su 5 molto spesso fa incubi sugli attacchi. «L'ansia e la preoccupazione che ci raccontano i ragazzi - spiega Patrizia Corrada, responsabile della linea di ascolto del Telefono Azzurro - non è legata tanto alle interrogazioni, ma al contesto più ampio di incertezza generale in cui sono immersi, la guerra, i cambiamenti più grandi di loro. E in questo quadro noi adulti non riusciamo a dargli sicurezza e prospettive, i giovani insomma non vedono la luce in fondo al tunnel». RIPRODUZIONE RISERVATA Ernesto Caffo: torniamo alla cultura dell'ascolto, nelle scuole come in parrocchia. Il viceministro Bellucci: educare i ragazzi a non avere paura delle proprie emozioni La socialità per i ragazzi d'oggi rappresenta sempre di più un problema.