

**IL RAPPORTO**

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

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

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

**ALESSIA GUERRIERI**  
Roma

**H**anno paura. Soffrono profondamente pervasi da un gran senso di solitudine, dall'incertezza per il futuro; sensazioni acutizzate dalla guerra, dalla pandemia insieme a un bisogno di ascolto spesso non soddisfatto 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 e dell'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 alla crescita

porti sempre più ragazzi a rifugiarsi online. In media i giovanissimi passano almeno tre ore al giorno sui social, chattando. Il



La socialità per i ragazzi d'oggi rappresenta sempre di più un problema



La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

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 mettere 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 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». La cruda 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'ope-

ra 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