

Su un campione di quasi 37 mila studenti con un'età media di 17 anni, il 2 per cento ha riferito di essersi isolato volontariamente per almeno sei mesi

Cogliere e accogliere il disagio

SERVIZIO DI

Filippo Maragotto

Fatti di cronaca sempre più frequenti e talvolta drammatici – come quello accaduto in una scuola media di un paese in provincia di Bergamo, dove un tredicenne ha accoltellato una professoressa filmando e divulgando l'azione in diretta internet – riempiono le pagine dei giornali.

Le scuole di ogni ordine organizzano incontri di formazione per genitori e ragazzi, diverse parrocchie e alcune società sportive sensibilizzano adulti e adolescenti. Alle difficoltà che i giovani e giovanissimi manifestano in età sempre più precoce e in numero crescente si cerca di rispondere con strategie sempre nuove e mirate. Due nuove proposte nel territorio padovano – il servizio educativo AltaMarea e la guida *Oltre lo schermo* – ampliano i tentativi di prevenire problematiche legate all'uso non corretto degli *smartphone* e recuperare ragazzi che il disagio lo hanno già manifestato.

«Di fronte al disagio crescente di ragazze e ragazzi ci si sta muovendo ma non è ancora sufficiente quello che si fa – sostiene **Elena Nobile**, pedagoga e responsabile dell'area educativa di Train de Vie, cooperativa attiva a Padova dal 2013 in diversi ambiti del benessere di comunità – La difficoltà generale è palese e c'è anche il rischio dell'eccessiva medicalizzazione degli interventi. Bisogna essere bravi a distinguere il livello di gravità delle difficoltà attraversate dai giovani. Ci sono momenti di crisi, che chiamano in causa una società troppo richiestiva e altre situazioni che invece afferiscono alla neuropsichiatria».

Secondo lo studio "Non esco più" pubblicato su *Epidemiologia & Prevenzione*, che ha interessato tra il 2021 e il 2023, su un campione di 36.968 studenti con un'età media di 17 anni, il 2 per cento ha riferito di essersi isolato volontariamente per almeno sei mesi nel corso della vita, con una prevalenza leggermente maggiore tra le ragazze. Una scelta, quella del ritiro, in netta crescita

rispetto agli anni precedenti e spesso associato a uso di psicofarmaci, fumo di sigaretta e all'aver subito *cyberbullismo*, sensazione di esclusione, insoddisfazione nei rapporti amicali, comportamenti a rischio relativi a uso di internet e videogiochi.

Proprio per intercettare precocemente certi segnali ed evitare che difficoltà portino al ritiro sociale, la cooperativa Train de Vie propone AltaMarea, un nuovo spazio educativo. Il servizio è pensato per ragazze e ragazzi dagli 11 ai 14 anni che manifestano ansia scolastica che impatta sulla regolarità della frequenza e che arriva al rifiuto o progressivo isolamento dai coetanei. «AltaMarea nasce come una casa, uno spazio rivolto a ragazze e ragazzi delle scuole medie dove insieme ai ragazzi cerchiamo di evitare che certi comportamenti divengano sintomi – spiega Elena Nobile – A Train de Vie da anni proponiamo lo spazio "Le vele" per ragazzi delle superiori, dai 15 ai 21 anni, ma sentivamo il bisogno di anticipare gli interventi a ragazzi più piccoli. AltaMarea potrà accogliere fino a dieci ragazzi seguiti da un'equipe multidisciplinare».

Dopo alcuni incontri conoscitivi, viene definito un progetto educativo personalizzato, condiviso con famiglia, scuola ed eventuali professionisti coinvolti per intervenire prima che l'isolamento diventi stabile e accorciare la distanza dalla scuola e dalle relazioni.

Arriva, invece, dal Dipartimento di psicologia generale dell'Università di Padova una guida per genitori e inse-



Peso: 10-69%, 11-27%

gnanti chiamati ad accompagnare bambini e ragazzi nel percorso di educazione digitale. *Oltre lo schermo*, questo il nome della guida scaricabile gratuitamente (<https://unipd.link/OltreLoSchermo>) per aiutare all'uso sano e consapevole di *smartphone* e tablet. «La guida nasce da un'esperienza di ricerca sull'impatto sul neurosviluppo di alcune abitudini nell'uso dei dispositivi. In particolare lo *scrolling* ha effetti molto negativi sulle funzioni cerebrali, altera la capacità di mantenere la concentrazione, non solo nelle attività scolastiche come leggere un testo, ma anche nella vita di tutti i giorni. Il passare da un video all'altro in continuazione, come accade su piattaforme come Tik Tok o Instagram, fa provare al nostro cervello l'effetto delle palline del flipper e produce dopamina, la sostanza che è coinvolta in tutte le situazioni di dipendenza favorendo comportamenti disregolati – chiarisce il prof. **Giovanni Mento** che, assieme alla dott.ssa Lisa Toffoli, coordina il gruppo

di ricerca NeuroDev che propone il *va-demecum* in collaborazione con il centro La Nostra Famiglia di Padova – Senza demonizzare gli strumenti, la guida *Oltre lo schermo* fornisce suggerimenti come un elenco di app da utilizzare insieme, adulti e minori, per sfatare l'idea che l'unica soluzione sia togliere gli strumenti. «Negli anni è aumentata tra gli adulti la consapevolezza dei rischi legati all'uso dei cellulari, i genitori sanno che troppo fa male – sottolinea Mento – ma troppo spesso ci si concentra sul "cosa" i ragazzi vedono. Noi invece sottolineiamo che anche video apparentemente innocui come quelli dei balletti su Tik tok fanno danni ai circuiti dell'attenzione. Speriamo di informare i genitori senza far loro paura, ma facendo crescere la consapevolezza. In attesa che anche da noi si arrivi a scelte già fatte da altri Paesi, come la Francia, che hanno vietato l'uso dei *social media* ai minori di 15 anni».

«L'esposizione eccessiva ai dispositivi

digitali ha conseguenze negative soprattutto sullo sviluppo cognitivo, comunicativo e relazionale dei bambini a sviluppo atipico, come per esempio disabilità intellettiva o disturbi comunicativi o del neurosviluppo in generale: l'accessibilità agli strumenti digitali – sostiene **Ketty Giacchetto**, referente del progetto per il centro clinico La Nostra Famiglia di Padova – può rappresentare una risorsa importante ma va gestita con attenzione e richiede un accompagnamento attento da parte degli adulti così da creare un equilibrio tra tecnologia, gioco e relazioni. Informare le famiglie è prendersene cura».

ALTAMAREA
L'iniziativa rientra nel progetto "Legature d'espressione", selezionato da Con i Bambini nell'ambito del Fondo per il contrasto della povertà educativa minorile. Sarà attivo il martedì e il giovedì dalle 14.30 alle 17 presso gli spazi della cooperativa in via del Torresino 2 (per informazioni elena.nobile@traindevie.it).



ELENA NOBILE
Pedagogista e responsabile dell'area educativa di Train de Vie.

Adolescenti, istruzioni per l'uso
Nel Padovano, due nuovi progetti – Il servizio educativo AltaMarea e la guida *Oltre lo schermo* – tentano di prevenire problematiche legate all'uso non corretto degli *smartphone* e recuperare ragazzi che si ritirano

Bisogna essere bravi a distinguere il livello di gravità delle difficoltà attraversate dai giovani. Ci sono momenti di crisi, che chiamano in causa una società troppo richiestiva e altre situazioni che afferiscono alla neuropsichiatria





GIOVANNI MENTO
Docente dell'Università di Padova, coordina il gruppo di ricerca NeuroDev.



KETTY GIACCHETTO
Referente del progetto per il centro clinico La Nostra Famiglia di Padova.



Peso:10-69%,11-27%