



## Come essere adolescenti durante il Covid?

### *L'impatto della pandemia e delle restrizioni sulla scuola e sul benessere adolescenziale*

Il giorno 9 febbraio 2021 si è tenuto un webinar intitolato “Come essere adolescenti durante il Covid? L'impatto della pandemia e delle restrizioni sulla scuola e sul benessere adolescenziale”, moderato dal Prof. Luca Milani e con l'intervento delle Professoressa Chiara Ionio ed Emanuela Confalonieri. Si è cercato di capire come i ragazzi stiano vivendo questo periodo storico, tra lockdown, DAD e incertezze da ogni lato. Si tratta di un tema estremamente delicato e che ha spinto numerosi istituti di ricerca negli ultimi mesi ad approfondire quanto la pandemia abbia impattato sulla vita degli adolescenti, dentro e fuori dal contesto scolastico.

Come esposto dalla Professoressa Ionio, secondo i dati forniti da una struttura ospedaliera monzese, i ricoveri nel reparto di psichiatria infantile siano aumentati del **120%** rispetto agli anni precedenti. In particolare, la sintomatologia comportamentale che ha interessato e sta interessando la fascia d'età adolescenziale può essere riassunta nella terna “**RID**”, ossia “rabbia, isolamento e depressione”. L'incidenza di tali problematiche sembra essere stata ancora più significativa in questo secondo lockdown, in cui i ragazzi sono stati spesso gli unici a dover svolgere le loro attività quotidiane da casa, mentre i genitori si recavano al posto di lavoro, lasciandoli soli.

La **rabbia** si è spesso espressa sia in forma di gesti eterodiretti, come scoppi di aggressività verbale e non verso i familiari, sia di gesti autodiretti, come nel caso del **cutting**, la cui diffusione in questa fascia d'età è pesantemente aumentata. Si consideri che, sempre nell'ospedale di Monza, i casi di tentato suicidio rappresentano il 14% degli adolescenti ricoverati.

**L'isolamento**, invece, in questo periodo si è configurato come pericolosa collusione tra la tendenza tipica all'isolamento dell'adolescente e la necessità di restare chiusi in casa. A lungo andare, la mancanza di stimoli a uscire induce la formazione di una “bolla” che di fatto priva i ragazzi di quelle occasioni di confronto e stimolo che normalmente costituirebbero un incentivo importante per la crescita e per il passaggio al mondo adulto. Inoltre, queste “bolle” sono dotate di una serie di dispositivi che danno l'impressione di avere il mondo a portata di mano ma che allo stesso tempo possono anche incrementare il disagio. Come testimonia la Professoressa, parlando anche di un ragazzo da lei seguito in terapia, le webcam hanno finito per essere uno specchio perennemente posto di fronte allo sguardo dei ragazzi, i quali spesso e volentieri smettono di accenderla proprio perché infastiditi dal doversi vedere per un tempo molto più prolungato di quanto accadeva con la didattica in presenza. Bisogna ricordare, infatti, che la costruzione dell'immagine corporea rappresenta uno dei compiti evolutivi fondamentali dell'adolescente. Non deve perciò stupire come, complice anche l'aumentata sedentarietà, quest'esasperata visione di sé stessi allo

“specchio” sia stata associata all’aumento di disturbi del comportamento alimentare riscontrato in questi mesi.

Per quanto riguarda la **depressione**, infine, la pandemia ha avuto tra i suoi effetti quello di rendere ulteriormente difficile lo stare in relazione con l’altro e l’usufruire di stimoli esterni ed interni utili alla crescita emotiva e relazionale, messa in crisi dalla prevalenza delle interazioni online rispetto a quelle offline.

La Professoressa Confalonieri si è concentrata sulla vita scolastica degli adolescenti e ha introdotto il suo intervento con la proiezione di un video realizzato dal Corriere della Sera, nel quale è stato mostrato come oggi il 12% degli studenti italiani non abbia a disposizione un PC e il 40% si trovi nella condizione di dover condividere il dispositivo utilizzato per la didattica online con fratelli o sorelle.

I dati di una ricerca condotta da **Ipsos** per **Save the Children** hanno dipinto la seguente situazione:

- Molti studenti si sentono più **impreparati**, sentono che avranno da recuperare più materie rispetto agli anni passati e riescono a studiare in modo meno efficace
- Molti segnalano stati d’animo di **malessere**, possibile manifestazione del fatto che stanno perdendo anche competenze extra-didattiche, più legate alla loro crescita e alle dimensioni personali che derivavano dal vivere con gli altri e dal mettersi in gioco in classe
- 1/4 degli studenti reputa negativa l’esperienza della **DAD**, a causa di alcuni problemi come: la fatica a concentrarsi riscontrata, problemi di connessione, il fatto che sia più noiosa, la minore percezione di apprendimento di cose nuove, la mancanza di socializzazione coi pari
- 1/3 riporta come gli **insegnanti** abbiano continuato a fare lezione come se fossero in presenza, mentre i restanti segnalano l’utilizzo anche di modalità differenti che essendo più interattive diminuiscono il senso di passivizzazione e aumentano la motivazione.

Dati simili sono stati riportati anche da una ricerca del CNOP su scala nazionale.

L’esperienza della didattica a distanza pare essere tanto disprezzata che diversi comitati studenteschi hanno trovato nuovi e fantasiosi significati per la sigla DAD: **Distruzione A Distanza**, o ancora **Depressione A Distanza**. Questo può essere considerato un chiaro segno di come siano pervasive le sensazioni di estraniamento e di distacco esperite in questi mesi. Bisogna inoltre considerare come, col parziale ritorno in aula per le scuole secondarie di secondo grado con l’inizio del nuovo anno, anche i pochi giorni mensili in presenza siano stati denaturati, in quanto dedicati quasi interamente a verifiche e interrogazioni, facendo sì che l’apprendimento vero e proprio sia stato ancora una volta relegato quasi interamente alla modalità online.

Un ulteriore elemento che è stato segnalato come saliente dalla Prof.ssa Confalonieri è rappresentato dal **setting**. Gli adolescenti, infatti, spessissimo in questi mesi hanno dovuto svolgere tutte le loro attività quotidiane, dalla scuola, al contatto con gli amici e ai momenti di relax, nello stesso spazio. Questo mancato cambiamento di setting può avere effetti negativi in termini di difficoltà nella focalizzazione dell’attenzione e delle energie cognitive con conseguente

intorpidimento, oltre che di attivazione di processi di depersonalizzazione, per cui la realtà sembra scorrere come se fosse una pellicola interpretata da altri.

Infine, è stato sottolineato come la pandemia porti con sé il rischio di amplificazione della **disuguaglianza delle opportunità educative**, con l'aumento dei ragazzi che si trovano in condizioni di povertà educativa. Si tratta di un fenomeno di primaria importanza, nel quale spesso sono coinvolti soprattutto gli studenti che presentano fragilità nell'apprendimento o nelle condizioni socioeconomiche. Questa inedita interruzione del sistema educativo porta con sé diverse conseguenze, non solo a breve, ma anche a lungo termine, che si manifestano non solo in termini di preparazione accademica ma anche di modifica degli atteggiamenti verso la scuola e di carenze nello sviluppo emotivo-relazionale delle nuove generazioni.

Letizia Aquilino  
Letizia.aquilino01@icatt.it