

Cronisti in classe **QV il Resto del Carlino** 2022 **20^a edizione**



CONFCOMMERCIO
IMPRESE PER L'ITALIA | PROVINCIA DI RAVENNA



FONDAZIONE CASSA DI RISPARMIO DI RAVENNA

Covid, la cicatrice lasciata dall'isolamento

I ragazzi della scuola media 'Mattei' di Marina analizzano le conseguenze della quarantena forzata a causa dell'epidemia

Il primo aprile è terminato lo stato di emergenza sanitaria da Covid-19. Tuttavia vorremmo approfondire, attraverso una ricerca online, come questa pandemia abbia rivoluzionato la vita di bimbi e adolescenti, costretti a variare abitudini e ritmi. La permanenza forzata in casa di migliaia di ragazzi e ragazze ha provocato ripercussioni ancora difficilmente quantificabili.

Che impatto ha avuto, e quali sono le conseguenze dell'isolamento dei bambini sullo sviluppo psicologico infantile?

Uno studio cinese, effettuato nei primi quattro mesi del 2020 a Wuhan, ha rilevato l'aumento di sintomi depressivi nel 22% e di sintomi ansiosi nel 18,9% di studenti di scuola primaria e secondaria, evidenziando la "potenza traumatica" di una emergenza sanitaria. Un altro studio effettuato negli Stati Uniti ha messo in risalto l'impatto della pandemia sul benessere familiare, dimostrando che il 27% dei genitori dichiara un peggioramento delle proprie condizioni di salute mentale; inoltre, il 14% dei genitori afferma un aggrava-



Un ragazzo in crisi dopo l'isolamento durante la pandemia da Covid-19

mento di problemi comportamentali dei figli. Altri studi mostrano come la maggior parte dei ragazzi tra i 6 e i 24 anni presenti un aumento di pensieri e sentimenti negativi, problemi di sonno o concentrazione e sintomi di solitudine e depressione.

La situazione italiana

Dal Rapporto dell'Istituto superiore di sanità, si deduce l'esistenza di un rischio per la salute fisica e mentale di bambini e adolescenti, dovuto a fattori

quali l'isolamento in ambiente domestico, la chiusura prolungata della scuola, la mancanza di contatti fisici tra pari. Dall'analisi dei dati relativi alle famiglie italiane con figli minori, pubblicati a giugno 2020, è emerso che: nel 65% e nel 71% dei bambini con età rispettivamente minore e maggiore di 6 anni sono insorte problematiche comportamentali e sintomi di regressione; nei bambini al di sotto dei 6 anni i disturbi più frequenti so-

no stati l'aumento dell'irritabilità, disturbi del sonno e disturbi d'ansia (inquietudine, ansia da separazione); i bambini e gli adolescenti tra i 6 e i 18 anni hanno frequentemente dimostrato disturbi d'ansia e del sonno.

Hikikomori: quando la quarantena non è un problema

Un ulteriore effetto della pandemia è il forte aumento degli "hikikomori", termine giapponese che significa "stare in disparte". Questo fenomeno si verifica in soggetti tra i 14 e i 25 anni ed è caratterizzato dal ritiro sociale volontario e dal rifiuto di ogni forma di relazione; a questo si può aggiungere anche il rifiuto della luce del sole (spesso gli hikikomori coprono le loro finestre con il nastro adesivo). Inoltre, questi ragazzi vivono le loro giornate di notte, quando fuori è buio, mentre durante il giorno utilizzano il cellulare anche fino a 14 ore. Le cause principali di questa reclusione dal mondo esterno sono caratteriali (forti problemi di timidezza o estrema sensibilità), familiari (disagio all'interno del nucleo familiare, o eccessivo attaccamento),

scolastiche (rifiuto della scuola), o sociali (visione negativa della società, da cui tentano di fuggire).

La cura è ancora lontana dall'essere definita, quindi per il momento si agisce caso per caso, cercando di aiutare i ragazzi a riprendere i contatti con il nucleo familiare e, successivamente, con il mondo esterno. Secondo i calcoli della psicologa Chiara Illiano, dell'associazione "Hikikomori Italia": "Attualmente ci sono tra i 120 e i 150 mila casi nel nostro Paese, e i numeri stanno crescendo".

Concludendo, l'emergenza sanitaria è terminata, ma in noi rimarrà per sempre una cicatrice molto profonda, che però sapremo valorizzare rendendola parte di noi, come nell'arte giapponese del "kintsugi", che ripara con l'oro le crepe degli oggetti. In questo modo riusciremo finalmente a tornare alla "normalità" portando con noi tutto ciò che è stato, e avendo speranza per il futuro.

Classe 3^a D, scuola media 'Mattei' di Marina di Ravenna
Prof Laura Corbari

La lettura, momento di svago ma anche di crescita intellettuale

Le riflessioni di un'alunna della 3^a A della 'Mattei' sull'importanza dell'apprendere dai libri

La lettura per me è un momento di svago; leggendo scopro nuovi mondi e mi immedesimo nei personaggi che ne fanno parte, così pagina dopo pagina tutto quello che mi circonda svanisce, non esistono più l'ansia e i pensieri, ci siamo solo io e il mio libro. Staccare la spina e rivolgere la totale attenzione a una storia non ha prezzo.

Leggere è importante anche perché porta molti benefici, come l'empatia: i libri infatti permettono di conoscere sfaccettature e tipi di carattere diversi dal nostro, in questo modo si è più in grado di capire e comprendere gli altri. Altri benefici sono l'arricchimento del lessico

e lo sviluppo della comprensione; uno studio pubblicato nel 2018 su Social science research che riguarda 160 mila adulti da trentuno nazioni evidenzia che i ragazzi che hanno avuto almeno ottanta libri in casa, oggi hanno competenze linguistiche, matematiche e tecnologiche superiori alla media.

Non tutti hanno a disposizione i libri in casa, per fortuna ci sono le biblioteche; tra queste c'è la Holden, una biblioteca per ragazzi dai 11 ai 17 anni in cui si possono trovare libri, fumetti, manga, graphic novel, saggi, audiolibri, ma anche dvd, cd musicali, giochi da tavolo, di ruolo, videogiochi, PlayStation e altre console, postazioni internet, area wi-fi e una sala cinema. Offre anche la possibilità di svolgere laboratori creativi e artistici. Io faccio parte di una classe che ha dedicato molto tempo alla

lettura e ha partecipato a diversi progetti: "Xanadu", un progetto in cui ciascun alunno deve leggere un minimo di tre libri e aggiungere una recensione sull'apposito sito web; "Io leggo perché", un'iniziativa che invita a regalare un libro alla scuola; "Read more", che consiste nel dedicare ogni giorno venti minuti alla lettura libera.

Anche durante il primo lockdown siamo riusciti ad incontrarci a distanza per leggere insieme; alcuni di noi sono riusciti a scambiarsi libri "porta a porta" e abbiamo scoperto le risorse open della biblioteca MIOL, risorse digitali come ebook, audiolibri e giornali. Leggere durante la quarantena mi ha aiutato molto, sia a trascorrere il tempo che sembrava non finire mai, sia a distrarmi per non pensare alla triste situazione che coinvolgeva e coinvolge tutt'ora il mon-



Per i ragazzi che non hanno a disposizione libri in casa ci sono le biblioteche, tra cui la Holden dove si possono trovare anche fumetti, dvd, cd e giochi

do intero. A parer mio i progetti sulla lettura sono fondamentali per la crescita intellettuale di ciascuno, per allargare le vedute e dare a tutti la possibilità di conoscere universi paralleli. Quando si legge l'atmosfera diventa tranquilla, priva di tensio-

ni, ognuno può finalmente addeentrarsi nella sua storia e imparare cose di cui anche solo il giorno prima non era a conoscenza.

Cristal Leoni, classe 3^a A
Scuola media 'Mattei' di Marina di Ravenna