

Cronisti in classe QN LA NAZIONE 2023



LA REDAZIONE

Ecco i cronisti in classe della II D



STUDENTI

Alessandro Baglioni, Chiara Caneschi, Benito Crisi, Ettore Detti, Samuele Doddi, Edoardo Giammarusto, Simona Lettera, Margherita Maffucci, Ambra Martin Chaparro, Filippo Marzielli, Edoardo Mattesini, Niccolò Minghi, Matilde Mori, Mohosin Mughal, Aleksandru Gigi Musgociu, Pierazzuoli Mattia, Mario Polizzi, Denise Ruozzi, Gregory Russo, Cosmin Andrei Solomon, Carlotta Trovato, Viola Valentini, Matteo Valli, Lianny Vargas Perez, Marco Wang, Paola Yu

INSEGNANTE

Lucia Facchielli

PRESIDE

Marinella Verrazzani

SCUOLA MEDIA «GIORGIO VASARI» - AREZZO

Ragazzi, uscite dal vostro guscio!

I problemi di una generazione di giovani raccontati da un'esperta: la psicologa Valentina Francini

Quali sono i problemi maggiori che ritrova oggi nelle persone?

«Il lavoro dello psicologo – risponde Valentina Francini – è diverso a seconda della fascia d'età in cui è specializzato. Nel mio caso, infanzia e adolescenza, ci sono diverse "strutture" di problemi che possono essere tristezza, ansia e paura».

Quanti giovani vengono da lei?

«E' aumentato il numero di giovani che hanno bisogno dello psicologo, forse per il Covid e per la consapevolezza che lo psicologo non si occupa solo di matti, ma cerca di aiutare tutti».

Come un genitore può aiutare il proprio figlio?

I ragazzi rispondono meglio alle emozioni che ai lunghi discorsi. Bisogna capire che emozione si trova dietro ai comportamenti.

Nel corso delle sedute che fa con i ragazzi, nota qualche cambiamento?

L'INTERVISTA

«Vorrei che quanti sono in crisi domani riescano a risolvere le loro difficoltà»



«Ragazza triste» di Paola Yu, sotto «Una stretta di mano» di Alessandro Baglioni. E a fianco l'abbraccio dei cronisti della II D

«Fortunatamente sì. Nei primi incontri provo a capire dov'è il problema, parlo con la famiglia e con la scuola per cercare di aiutare e trovare delle soluzioni alle difficoltà».

Come fa a far sentire le persone a loro agio quando parla con loro?

«Ci sono delle strategie. Il primo colloquio è fondamentale,

adoperiamo specifiche modalità di accoglienza, verbali e non verbali. Verbali per esempio è fare domande aperte (come mai sei qui?) e usare una gradevole tonalità di voce. Non verbali sono, per esempio, la stanza chiusa, cioè non incontrarsi in un bar; il guardarsi in faccia mentre si parla e comportarsi educatamente e apertamente nei con-

fronti del paziente.

Come reagire al bullismo e al cyberbullismo?

«Tutti e due cominciano piano piano, "in silenzio" crescono fino a diventare un grosso problema. Il caso del cyberbullismo è peggiore del bullismo, perché non c'è un rapporto diretto fra il bullo e la vittima, ed aumentano anche i danni successivi. Il bullo deve capire i sentimenti della vittima e comprendere perché è sbagliato il suo comportamento. Da parte della vittima, bisogna fornire sostegno per aiutarla ad uscire dalla situazione e dagli effetti del bullismo».

Come riconoscere quando c'è un rapporto di questo tipo fra due o più persone?

«Te lo dice la pancia. E' una cosa naturale, della quale uno si rende conto quando sente che c'è qualcosa che non va».

Che soluzioni propone?

«Lo psicologo non propone soluzioni, fornisce un sostegno, far vedere le cose in un'altra prospettiva. La prima cosa che facciamo è condividere con chi aiutiamo le difficoltà, per prenderne consapevolezza e raccontarle. Le difficoltà vanno affrontate perché, se si evitano, dopo un certo periodo saranno un problema più grande».

Il disagio giovanile: la risposta è anche nelle piccole cose

La prima cura per la solitudine? Uscire di casa L'obiettivo è coltivare legami durevoli ed autentici

Contro l'isolamento dei ragazzi: relazioni vere e amicizie sincere

I ragazzi al giorno d'oggi hanno diversi problemi e quelli principali sono la solitudine e l'asocialità. Non sono malattie ma bisogna cercare di non trascurarle. Infatti, come ci sono molti disagi del genere, ci sono anche varie soluzioni.

Ad esempio imparare a prendere iniziative, fare attività in compagnia, creare legami significativi con i coetanei praticando sport o scoutismo. Un'altra co-

sa che si può fare è quella di seguire i propri interessi, come parlare con gli altri di cose che possiamo avere in comune, ascoltare musica, seguire hobbies.

La creazione di legami durevoli ha bisogno di tempo e di impegno, ma questo è un percorso che non è poi così complicato come si pensa. Anche se all'inizio può sembrare una forzatura, cercare di frequentare gli altri a lungo andare si trasformerà in un piacere.

Un'altra soluzione possibile è quella di allontanarsi dall'uso della tecnologia e provare a comunicare dapprima con persone più vicine, per poi riuscire a



comunicare con persone estranee, per fare nuove amicizie.

In questo lungo percorso troviamo molti "aiutanti": genitori, professori, i compagni di classe più sensibili e affini. Ricordate che insieme possiamo superare l'isolamento.

Disagio giovanile: focus

Hikikomori: trovarsi isolati dal mondo

La solitudine adolescenziale non è un problema solo del Giappone ma di tutto il mondo

L'Hikikomori è un fenomeno psicologico nato in Giappone negli anni '80, significa stare in disparte. Le cause di questa situazione possono essere il bullismo, o magari problemi familiari o sociali. Anche il senso di inadeguatezza o il sentirsi diversi ed estranei dal gruppo possono favorire il nascere del fenomeno. **Alcuni studi ne hanno ipo-**

tizzato tre fasi: nella prima, si scelgono attività solitarie come i videogiochi piuttosto che fare sport e i ragazzi si rifiutano di andare a scuola. Nella seconda fase, i ragazzi cominciano a passare la maggior parte del loro tempo chiusi in una stanza, socializzando il meno possibile.

Nella terza, i ragazzi si abbandonano completamente all'isolamento sociale, chiudono le relazioni, anche quelle create in rete, e smettono di parlare con i genitori. In quest'ultima fase possono aumentare le psicopatologie.

Oggi la sindrome dell'Hikikomori è diffusa in tutto il mondo e in Italia fino a qualche anno fa era molto sottovalutata, anche se i casi registrati erano più di centomila. Per fortuna l'attenzione nei confronti del fenomeno sta aumentando.