

DISAGIO GIOVANILE Il Mosaico Servizi di Lodi capofila della innovativa rete Young Project

Ansia, dolore, ritiro sociale, aggressività: dai nostri ragazzi arriva un grido di aiuto

Nuove strategie di presa in carico e prevenzione nel progetto finanziato da Fondazione Cariplo per adolescenti in difficoltà

di **Aldo Papagni**

LODI

Progettare, accompagnare, crescere. È questo il mantra che accompagna le azioni di *Young Project*, rete territoriale di accoglienza, supporto e partecipazione per adolescenti e famiglie in situazioni di fragilità e sofferenza. Il progetto, sostenuto da Fondazione Cariplo, ha per capofila il Mosaico Servizi di Lodi che ha promosso la costituzione di un ampio coordinamento territoriale, coinvolgendo Ufficio di Piano, Asst, Centro per la Famiglia, Consultorio La Famiglia Ucipem, Cooperativa Emanuele e Famiglia Nuova. «L'esigenza di un intervento strutturato nell'ambito del disagio giovanile è maturato sin dalle prime settimane del lockdown 2020 -



L'acutizzarsi di disturbi psicologici nei giovanissimi si è rivelato sin dai primi giorni del lockdown: accessi a pronto soccorso e ricoveri sono aumentati dell'84%

spiega la psicologa e psicoterapeuta **Laura Madonini**, quando si è evidenziato un acutizzarsi dei disturbi tra i giovani che avevamo già in carico nei nostri servizi. Se già qualche segnale si poteva cogliere anche prima, ritiro sociale, ansia, disturbi alimentari o comportamentali, aggressività, autolesionismo, relazioni familiari conflittuali o addirittura violente, persino ideazioni suicidarie si sono aggravate nel periodo post Covid in maniera allarmante».

Lo confermano i dati statistici: secondo la Società Italiana di Pediatria, tra il 2019 e il 2021 gli accessi degli adolescenti ai servizi pubblici di pronto soccorso, ambulatori e ricoveri sono aumentati dell'84%, i soli ricoveri del 39,5%. Una progres-

sione avvertita come un'emergenza anche in provincia di Lodi. «La fascia più colpita è quella che va dagli 11 ai 18 anni - continua Madonini -, il momento in cui i ragazzi esplorano gli orizzonti della loro autonomia. Il disagio porta poi in molti casi ad un incremento nell'uso di cannabinoidi o sedativi, mix di psicofarmaci ed eccitanti assunti come vera e propria forma di automedicazione rispetto alla sofferenza psicologica provata».

Per far fronte al diffondersi di queste situazioni complesse, *Young Project* ha definito nuove strategie di prevenzione e tempistiche del processo di presa in carico. Un'équipe multidisciplinare si occupa di valutare le singole situazioni di disa-

giò, accompagnando i ragazzi e le loro famiglie in percorsi personalizzati. «La strategia - sottolinea ancora Madonini - è quella di lavorare in sintonia con i soggetti interessati, per superare insieme gli ostacoli, mettendo in rete tutte le risorse disponibili, private, pubbliche, sanitarie e sociali. Anche attraverso azioni dirette, come spazi occupazionali o attività di gruppo quali l'arte-terapia. *Young* insomma propone un metodo partecipativo e multidisciplinare per migliorare gli step di presa in carico, mettendo al centro la persona e favorendo la valutazione del contesto, che è sempre differente per ciascun soggetto».

Sul fronte della prevenzione c'è poi il tema della formazione delle "antenne", quei soggetti cioè che per primi si trovano ad intercettare i segnali del disagio adolescenziale. «Non parliamo solo dei medici di base, che pure possono essere supportati nell'individuare le risorse di cura disponibili sul territorio, ma anche degli insegnanti o degli allenatori e dirigenti sportivi che hanno con i ragazzi contatti quotidiani e che possono, con gli adeguati strumenti, cogliere per primi gli elementi di criticità». Da qui gli incontri che hanno coinvolto 250 docenti del territorio e 70 tecnici del Csi lodigiano. *Young* si rivolge però anche agli stessi adolescenti, perché imparino a riconoscere in se stessi i sintomi di un disagio che potrebbe cronizzarsi. «Per questo - conclude Silvia



Il fenomeno del disagio giovanile è esploso in maniera evidente dopo la pandemia; a sinistra Laura Madonini, psicologa de Il Mosaico Servizi

Cella Rancati, responsabile comunicazione de Il Mosaico Servizi - abbiamo pensato a strumenti digitali attraverso i quali dare voce a testimonianze di resilienza, racconti di storie che facciano capire come da ogni "buco nero" si può uscire e che non si è mai completamente soli di fronte alle difficoltà».



La fascia più coinvolta va dagli 11 ai 18 anni: con i ragazzi lavoriamo in sintonia, con insegnanti, educatori e dirigenti sportivi lavoriamo perché sappiano cogliere i segnali

LA TESTIMONIANZA Un racconto di resilienza

La storia di Karin: «Sono uscita dal buio, ai ragazzi dico... c'è sempre speranza»

Diciassettenne, un passato difficile, è rinata grazie ad un percorso terapeutico, un'esperienza che ha voluto condividere

LODI

Andare avanti, nonostante gli ostacoli. È la storia di **Karin**, 17 anni, un passato difficile, tanto difficile che non si può raccontare. La sua testimonianza di resilienza, coraggio e speranza è diventata un videomessaggio, rivolto a tutti quei ragazzi e ragazze che stanno valutando se intraprendere un percorso di supporto psicologico. Lei - giovanissima - è andata avanti, a modo suo, grazie all'aiuto di un progetto studiato su misura da Centro Come Te del Mosaico Servizi, il polo multidisciplinare a disposizione di *Young Project*.

«In questi anni di lavoro in psicoterapia - rivela Karin - ho imparato ad essere ragionevole, nel senso di ragionare su quello che sta accadendo e non fare le cose d'istinto. Ho imparato ad essere attenta rispetto alle persone che mi stanno attorno, cerco di fidarmi in modo ponderato delle persone, di non dare subito piena fiducia. Ho imparato anche a rispettare i miei limiti e a rispettare quelli altrui. Sono diventata molto più coraggiosa di prima e ho imparato a dare coraggio anche agli altri: sono brava ad incoraggiare le mie amiche».

Il passo più prezioso è stato l'acquisizione di una nuova consapevolezza di sé che si esprime anche in un più sereno rapporto con le persone e l'ambiente esterno. «Riesco ad esprimere maggiorante ciò che penso - continua Karin -, sempre cercando di non ferire l'altro. Ho imparato a fare le cose che mi piacciono, che prima non facevo. A volte sono ferma e seria sulle mie decisioni, come una che ha voce in campo, mentre prima non mi esprimevo mai. Ho imparato a conoscere me stessa e a dare voce a tutte le parti di me, provando soddisfazione per quello che mi piace e che riesco a fare. Prima avevo paura delle persone esterne e sulla mia testa spuntavano come delle antenne che si alzavano ad ogni minima cosa: adesso anche quelle antenne hanno imparato a loro volta a valutare in quale situazione alzarsi».

Un percorso non semplice,

quello di Karin, soprattutto per le scorie di un'esperienza di vita fin lì disturbante che ha imparato però a gestire. «Soprattutto una cosa ho imparato dal mio passato - dice -: avere più consapevolezza di me stessa senza rimanere nel mondo delle nuvole o essere troppo impulsiva, rimanere con i piedi per terra, insomma. Ho imparato a non mollare, a non perdere la speranza: anche se a volte è piccola, bisogna sempre averla. C'è sempre la possibilità che una persona possa migliorare e dare di più».

Un'acquisizione di fiducia che per Karin è arrivata grazie al percorso sviluppato con gli specialisti del Mosaico. «Il percorso terapeutico è stato fondamentale - conferma -, perché innanzitutto mi ha dato una mano a conoscere me stessa, mi ha insegnato a gestire le mie emozioni e le mie parti. Tutto quanto. È stato anche molto simpatico. Ed è stato conveniente anche coinvolgere i genitori affidatari e le persone che mi circondano perché mi ha aiutato a non toccare tasti troppo dolenti e a capirsi meglio. Tutta questa sicurezza mi è servita molto».

Karin ha voluto condividere il proprio percorso e le emozioni provate nel superare gli ostacoli che la vita le ha proposto perché possa essere d'aiuto ai coetanei alle prese con situazioni di disagio che richiedono un sostegno psicologico. «All'inizio del percorso non mi fidavo granché - confessa -. Dopo un po' di tempo però bisogna provare ad aprirsi perché è uno sforzo che si fa per il proprio bene, per stare bene con se stessi e per adattarsi al mondo. Ad un ragazzo o una ragazza nuova direi di stare tranquilli. All'inizio si è sempre un po' ansiosi o scettici. Non stai imboccando un vicolo cieco, ma una strada che si dirama in tante piccole vie, belle o brutte, ma c'è sempre una speranza per il futuro. Direi loro di andare avanti nonostante gli ostacoli».



Ho acquisito consapevolezza di me stessa, ho imparato a non mollare mai, a rispettare i miei limiti e quelli degli altri, ad andare oltre gli ostacoli

"ANTENNE" In un video raccontano la loro esperienza con ragazzi "difficili"

In "prima linea" tra i banchi di scuola: quattro insegnanti si confessano

LODI

Frustrazione, ansia, persino sconforto e, insieme, la consapevolezza di svolgere un ruolo socialmente rilevante, decisivo per la formazione delle nuove generazioni, una consapevolezza che induce a raccogliere la sfida e a progredire nell'assunzione di competenze che aiutino a svolgere il proprio lavoro per il meglio.

Quattro insegnanti, partecipanti al webinar dedicato promosso nell'ambito dello *Young Project* del Mosaico Servizi, hanno condiviso le loro esperienze e le loro emozioni in un video destinato in primo luogo a colleghi e colleghe, spesso in prima linea nell'intercettare situazioni di sofferenza e fragilità negli studenti loro affidati.

Quando succede, l'insegnante è spesso sola e la consapevolezza della situazione, coniugata con l'assenza di strumenti adeguati, di frequente induce un senso di impotenza. «Il primo pensiero - rivela **Camilla**, insegnante in una scuola secondaria di primo grado - è sempre quello di voler intervenire, per alleviare le sofferenze, cercare un modo per migliorare la situa-

zione. Spesso però provo impotenza perché si arriva ad un punto in cui ci si trova con "le mani legate", un punto in cui i fili non sono più nelle tue mani e ti accorgi che non riesci ad operare».

Una sensazione condivisa da **Luisella**, anche lei "prof" in una scuola media. «Quando mi trovo davanti a classi con soggetti difficili, la mia reazione muta nel corso dell'anno scolastico - confessa -. All'inizio mi sento soprattutto stimolata all'idea di poter dare un aiuto concreto ai ragazzi che, per un motivo o per l'altro, manifestano la loro difficoltà con un comportamento negativo verso se stessi o verso il gruppo. Tuttavia, con il passare dei mesi, la mia motivazione iniziale tende a vacillare, difficilmente sono riuscita ad



ottenere il cambiamento sperato. Subentrano sentimenti di frustrazione e spesso di ansia alla sola idea di entrare in quella particolare classe».

Ilaria è docente in una scuola

superiore. I ragazzi hanno qualche anno in più, ma i problemi sono gli stessi. Anzi rischiano di essere amplificati dal complesso percorso verso la maturità. **Ilaria** on ha certo perso la passione, ma a volte

La scuola è il luogo dove i ragazzi passano molto del loro tempo, manifestando anche il loro disagio

si sente nel suo lavoro come se fosse divisa in due nel rapporto con i suoi studenti. «Alcune situazioni - spiega - mi attivano positivamente e penso di essere un valido supporto per la loro formazione nonché un punto di riferimento educativo; mi sento una docente valida, capace, che cresce insieme a loro. In altre situazioni, invece, mi sento impotente e di conseguenza anche il mio atteggiamento in classe cambia. Ora che ci penso, tendo a stare sulla difensiva, cercando di tenere più sotto controllo la situazione in modo che, diciamo, non possa succedere nulla e così facendo entro meno in relazione con la classe».

Quello che tutte le testimonianze sottolineano è il senso di isolamento con cui i docenti si trovano a confrontarsi, come chiaramente espresso da **Cecilia**, che opera in una scuola secondaria di secondo grado. «Noi insegnanti - dice - siamo sole in classe, non abbiamo momenti in cui parlare e poterci confrontare tra colleghe

rispetto ai ragazzi e alle ragazze che stanno male e verso cui abbiamo una preoccupazione. Ci vorrebbero dei momenti dedicati, con la dovuta calma. Alcuni dei miei studenti stanno male, alcuni di loro dimostrano la loro sofferenza in maniera prepotente. Altri invece tendono a comportarsi come dei fantasmi, non li si nota nemmeno. Spesso mi sento impotente, arrabbiata e triste».

È qui - come ricordano le insegnanti nel video - che può e deve venire in soccorso la rete. Confrontarsi aiuta a capire e ad agire per il meglio. Perché al centro ci sono loro, i ragazzi e le ragazze della classe, il "carburante" dell'impegno educativo. «Creare un rapporto con loro - conclude **Camilla** - è fondamentale, l'empatia è la base su cui costruisco lo stare in classe. Ciò non rende il lavoro meno complesso, ma può generare un circolo virtuoso per cui i ragazzi sanno di essere in un luogo in cui si è ascoltati e visti».