
Scuola: Gulino (Psicologi Toscana), "ansia e depressione in crescita tra i banchi. Psicologo diventi componente strutturale"

“Anche in Toscana il disagio giovanile che nasce tra i banchi di scuola rappresenta una dinamica in preoccupante crescita. Ansia e mood depressivi sono sempre dietro l’angolo e si presentano con cadenze più accentuate rispetto al recente passato. La fine dell’anno scolastico è il momento giusto per provare a tarare l’impatto di questi fenomeni, da governare ricorrendo sempre di più alla figura dello psicologo interno”. A dirlo è Maria Antonietta Gulino, presidente dell’Ordine degli psicologi della Toscana. L’occasione viene fornita, appunto, dal termine delle lezioni. “La questione – commenta Gulino – preoccupa trasversalmente genitori, insegnanti, dirigenti, psicologi e istituzioni. È un problema globale, che in Toscana mostra traiettorie di rapida ascesa. L’ansia da prestazione scolastica, unita a quella per il proprio futuro, genera nei più giovani uno stress continuativo. La nostra società punta tutto sul risultato, dimenticandosi troppo spesso del dialogo. Dobbiamo trasmettere agli adolescenti gli strumenti per comprendere che da un fallimento, come un brutto voto o una bocciatura, si possono trarre lezioni costruttive per il futuro”. Muoversi in chiave preventiva per arginare il fenomeno resta fondamentale: “Intervenire sui temi del successo e della sconfitta – prosegue la presidente – fin dai primi anni, sia a casa che a scuola, consente di accrescere la consapevolezza emotiva degli studenti. L’ansia e le molteplici emozioni di un giovane possono definirsi sane sotto una certa soglia d’attenzione: dobbiamo porle al centro di un percorso di ascolto e crescita. In questo senso l’auspicio è che la figura dello psicologo scolastico diventi componente strutturale nei nostri istituti, perché accompagna adolescenti, genitori e insegnanti in questo viaggio fatto di interiorità e relazioni con gli altri, dalla scuola alla famiglia, dagli amici allo sport”. Nel frattempo, il consiglio degli psicologi è quello di cogliere la lunga pausa estiva come occasione per respirare e riflettere. “Adesso – conclude Gulino – è il momento di godersi la nuova stagione, evitando di trattenere il respiro e di tenersi ancora dentro l’eventuale malessere accumulato durante l’anno. È un periodo in cui invitiamo i ragazzi a riflettere su sé stessi e sulle proprie emozioni, per imparare a gestire i sentimenti di precarietà e ansia, invece di restarne sopraffatti. La curva del disagio si inverte soltanto attraverso la comprensione e l’ascolto”.

Giovanna Pasqualin Traversa