





*Autorità Garante
per l'Infanzia e l'Adolescenza*



Salute mentale:
come stanno i ragazzi



*Risultati della consultazione pubblica promossa
dall'Autorità garante per l'infanzia e l'adolescenza*



*Autorità Garante
per l'Infanzia e l'Adolescenza*

Salute mentale: come stanno i ragazzi

*Risultati della consultazione pubblica promossa dall'Autorità
garante per l'infanzia e l'adolescenza*

Salute mentale: come stanno i ragazzi

Risultati della consultazione pubblica promossa
dall'Autorità garante per l'infanzia e l'adolescenza
Roma, ottobre 2024

Si ringraziano tutti i ragazzi e le ragazze che hanno accettato di aderire a questa consultazione, i componenti del Comitato scientifico e il Ministero dell'istruzione e del merito che hanno contribuito alla buona riuscita della consultazione.

INDICE

INTRODUZIONE	5
RISULTATI DELLA CONSULTAZIONE	6
Chi ha partecipato	6
Lo stato d’animo dei ragazzi e il ricordo della pandemia	7
Sensazioni e scuola	9
Rapporti con la famiglia	10
Amici	10
Abitudini	11
CONCLUSIONI	15



INTRODUZIONE

L'Autorità garante per l'infanzia e l'adolescenza tutela e promuove i diritti delle persone di minore età, proclamati dalla Convenzione Onu sui diritti dell'infanzia e dell'adolescenza.

Al fine di tutelare il diritto alla salute dei bambini e dei ragazzi, raccogliendo i numerosi segnali d'allarme provenienti dalle neuropsichiatrie infantili e dai servizi territoriali, l'Autorità garante ha voluto ascoltare i ragazzi dai 16 anni ai 20 anni per capire come si sentano e come si siano sentiti durante la pandemia, per comprendere i loro bisogni, cosa sia mancato loro e di cosa abbiano bisogno oggi per poter stare meglio.

Il questionario, a risposta multipla, è stato elaborato con il supporto di un Comitato scientifico nominato dall'Autorità garante e composto da autorevoli esperti e qualificati rappresentanti del mondo scientifico e accademico e delle professioni psico-sociali che lavorano a contatto con i bambini e i ragazzi.

L'attività di ascolto è stata realizzata con il lancio di una consultazione pubblica sul portale dell'Agia <https://iopartecipo.garanteinfanzia.org/>. La consultazione è stata aperta ad aprile 2023 e si è conclusa a febbraio 2024. I dati sono stati raccolti in maniera anonima.

La consultazione è stata veicolata attraverso campagne di comunicazione sui canali social dell'Autorità garante e sul portale Skuola.net. Inoltre, la preziosa collaborazione del Ministero dell'istruzione e del merito ha consentito un'ampia diffusione dell'iniziativa nelle scuole.

I ragazzi che hanno risposto al questionario sono 7.470; va ricordato che si tratta di ragazzi che hanno tre anni in più rispetto alla prima ondata pandemica e che hanno vissuto passaggi di crescita importanti. Per questi motivi il ricordo della pandemia in molti casi si è un po' affievolito, soprattutto rispetto ai momenti più difficili e alla valutazione di cosa sia effettivamente cambiato.

I risultati della consultazione saranno utilizzati dall'Autorità garante per formulare proposte al Governo e alle altre istituzioni coinvolte, a tutela della salute mentale dei bambini e dei ragazzi.



RISULTATI DELLA CONSULTAZIONE

Chi ha partecipato

La maggior parte dei partecipanti alla consultazione (Grafico 1) frequenta il liceo (59%). Un altro 26% frequenta un istituto tecnico, il 13% un istituto professionale mentre l'1% la scuola secondaria di primo grado o altro. Fatta eccezione per qualche piccolo squilibrio a favore degli studenti del liceo, la situazione non è tanto lontana da una rappresentazione di tutta la popolazione scolastica. Secondo i dati del Ministero dell'istruzione e il merito riferito all'avvio dell'anno scolastico 2023/2024, infatti, il 51.4% degli studenti di scuola secondaria di secondo grado frequenta un liceo, il 31,7 % un istituto tecnico e il 16,9 % un istituto professionale.

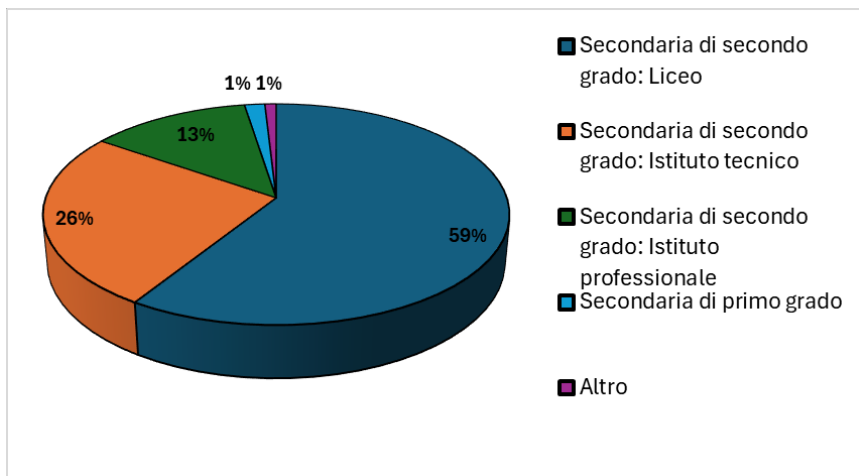


Grafico 1: I rispondenti per tipo di scuola frequentata

In merito all'età (Grafico 2), i sedicenni rappresentano quasi la metà dei partecipanti alla consultazione, mentre i ragazzi di 17 e 18 anni rappresentano rispettivamente il 27% e il 22% e i diciannovesenni solo il 3%, dimostrandosi meno interessati alla consultazione. La bassa partecipazione dei ventenni, poi, è dovuta al fatto che sono molto pochi quelli ancora presenti nel sistema scolastico e quindi sono stati meno intercettati dalle diverse iniziative di diffusione.

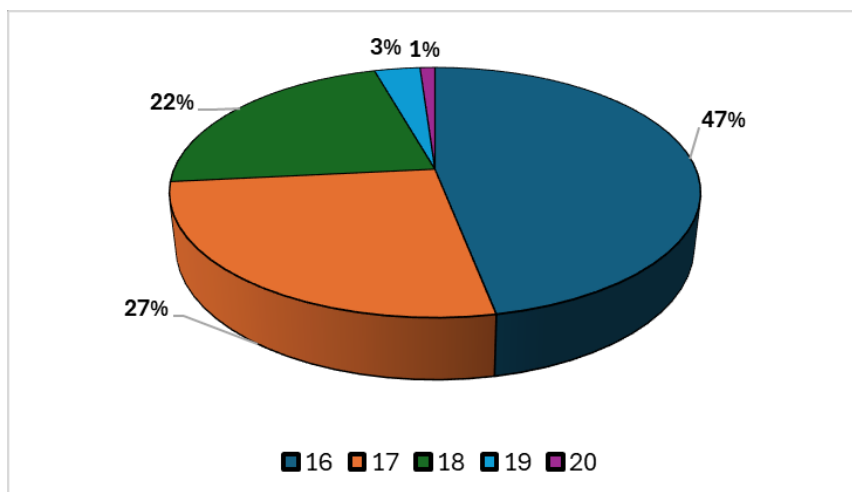


Grafico 2: I rispondenti per età

Lo stato d'animo dei ragazzi e il ricordo della pandemia

Lo stato d'animo attuale dei ragazzi è piuttosto eterogeneo (Grafico 3): il 35% dei partecipanti alla consultazione si definisce sereno, il 24% ansioso e il 16% non sa definire il proprio stato d'animo. Tra le altre opzioni fornite, l'8% si ritiene felice e il 6% si sente solo. Anche se lo stato d'animo "sereno" è stato quello più indicato dai ragazzi, è necessario porre attenzione al fatto che quasi un ragazzo su quattro, dovendo indicare uno stato d'animo preponderante, ha risposto che è ansioso.

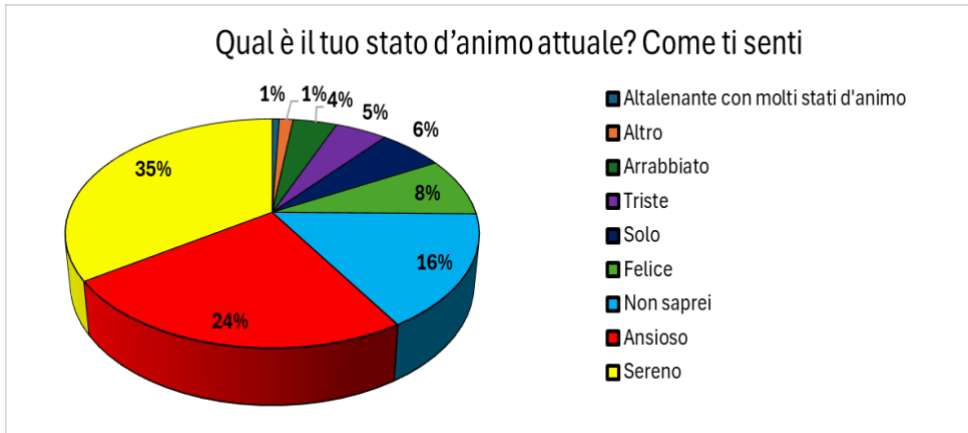


Grafico 3: Lo stato d'animo attuale dei rispondenti

Ai ragazzi è stato chiesto inoltre di ricordare il periodo della pandemia e le esperienze di cui hanno sentito la mancanza a causa delle restrizioni. La cosa che più hanno sofferto è stato il non poter uscire con gli amici (72,4%). Seguono il non poter incontrare i parenti (40,5%) e il non poter praticare sport (35,6%) (Grafico 4).

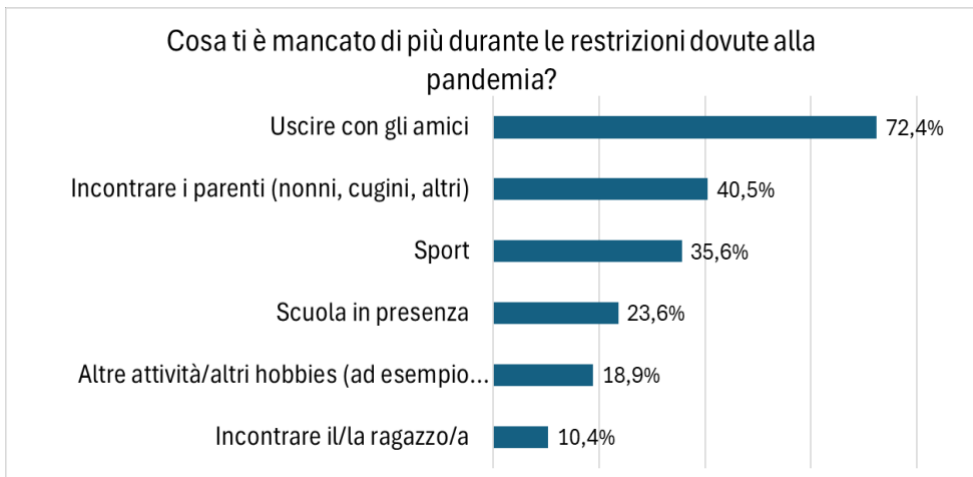


Grafico 4: Le esperienze delle quali i ragazzi hanno sentito la mancanza in fase pandemica



Sensazioni e scuola

Dovendo fare uno sforzo di memoria e valutare le proprie sensazioni di allora (Grafico 5), la maggior parte dei ragazzi ha risposto di essersi sentita peggio durante la pandemia (45,2%) e che questo aspetto ha avuto delle ripercussioni anche sul rendimento scolastico. Infatti, il 40,3% dei ragazzi pensa che oggi il proprio rendimento scolastico sia migliorato rispetto al periodo pandemico (Grafico 6).

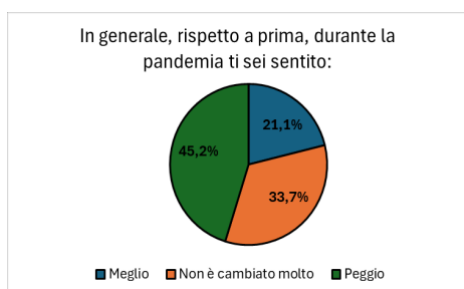


Grafico 5

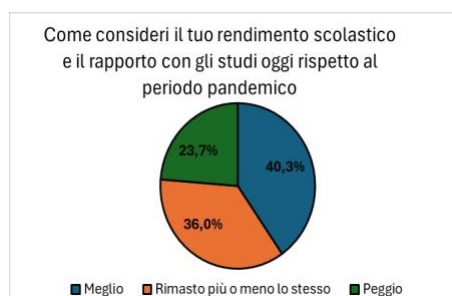


Grafico 6

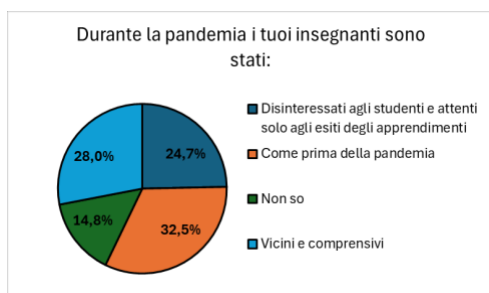


Grafico 7

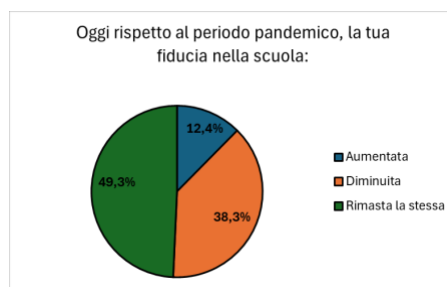


Grafico 8

Riguardo invece al rapporto con gli insegnanti durante la pandemia, è interessante notare (Grafico 7) che sono in numero maggiore i ragazzi che hanno sentito gli insegnanti vicini e comprensivi (28%) rispetto a quelli che li hanno trovati disinteressati verso i problemi degli studenti e attenti solo agli esiti degli apprendimenti (24,7%). Un altro aspetto interessante è la fiducia nella scuola (Grafico 8): per il 49,3% questa è



rimasta la stessa rispetto al periodo pandemico, per il 38,3% è diminuita, mentre per il 12,4% è aumentata.

Rapporti con la famiglia

Le restrizioni dovute alla pandemia hanno portato i ragazzi a passare molto più tempo in famiglia e questo è stato spesso motivo di tensione e di conflitto. Rispetto alla qualità delle relazioni familiari, la maggior parte dei rispondenti riferisce che rispetto al periodo pandemico sia i rapporti con i genitori che il clima complessivo (o generale) sono rimasti invariati o migliorati.

In relazione ai rapporti con i genitori, in particolare, il 30% afferma che sono migliorati e il 55,3% che sono rimasti uguali (Grafico 9). Solo il 14,7% pensa che siano peggiorati dopo la pandemia.

I ragazzi rispondono allo stesso modo anche quando interpellati sul clima familiare: nel 25,2% dei casi questo è migliorato rispetto alla pandemia e nel 56,6% è rimasto invariato, mentre solo nel 18,2% la situazione è peggiorata (Grafico 10).

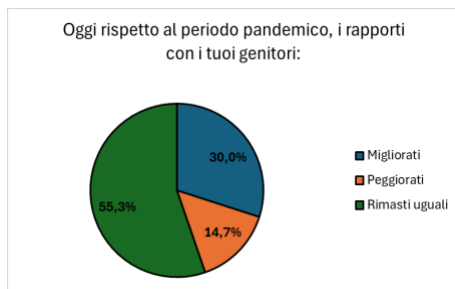


Grafico 9

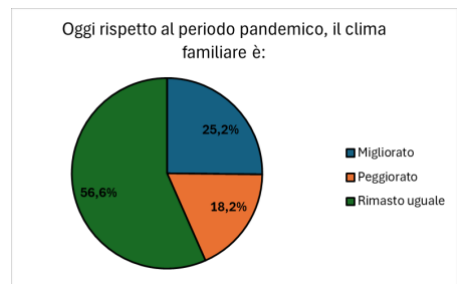


Grafico 10

Amici

Come riportato nel Grafico 4, la conseguenza delle restrizioni che i ragazzi hanno sofferto di più riguarda il fatto di non poter vedere gli amici e l'aumento delle interazioni virtuali.

Rispetto al periodo pandemico il numero di amici importanti è aumentato per il 39,1% dei ragazzi, è diminuito per il 31,8% ed è rimasto più o meno uguale per il 29,1% (Grafico 11).



Il Grafico 12 poi non lascia spazio a dubbi: la maggior parte dei partecipanti (55,9%) preferisce vedere gli amici dal vivo. Le relazioni online sono indicate solo dal 6,9%.

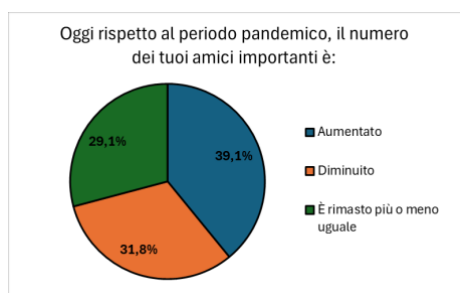


Grafico 11

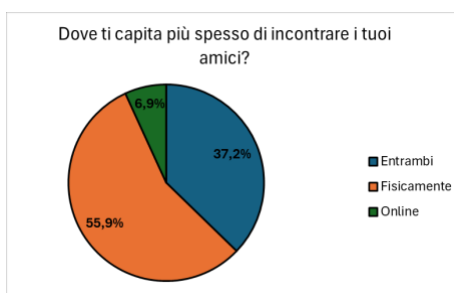


Grafico 12

Abitudini

Le restrizioni dovute alla pandemia hanno spesso comportato un cambio di abitudini e in alcuni casi hanno fatto emergere comportamenti che prima non esistevano.

In merito alle abitudini nell'utilizzo dei dispositivi elettronici, in particolare, quasi la metà dei ragazzi che hanno partecipato alla consultazione risponde che dopo la pandemia ha iniziato a passare più tempo su internet per stare sui social o per giocare (Grafico 13).

Tuttavia, quasi il 56% (55,9%) afferma che è aumentata nell'ultimo anno la voglia di uscire e stare con gli amici. Il 26,4% invece manifesta un disagio verso le relazioni in presenza, segnalando una maggiore fatica e meno voglia di uscire (Grafico 14).

Rispetto alle abitudini e ai comportamenti nuovi emersi durante la pandemia (Grafico 15), poi, il 40,4% dei ragazzi riferisce di studiare meno e in maniera discontinua e il 33,3% segnala che dorme poco. Per un terzo dei rispondenti (31,7%) nel periodo pandemico sono sorti squilibri nelle abitudini alimentari (31,7%) o riduzioni nello svolgimento di attività fisica (31,8%).

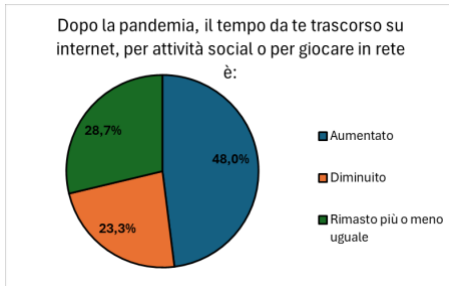


Grafico 13

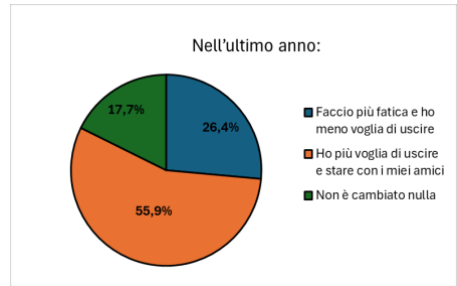


Grafico 14

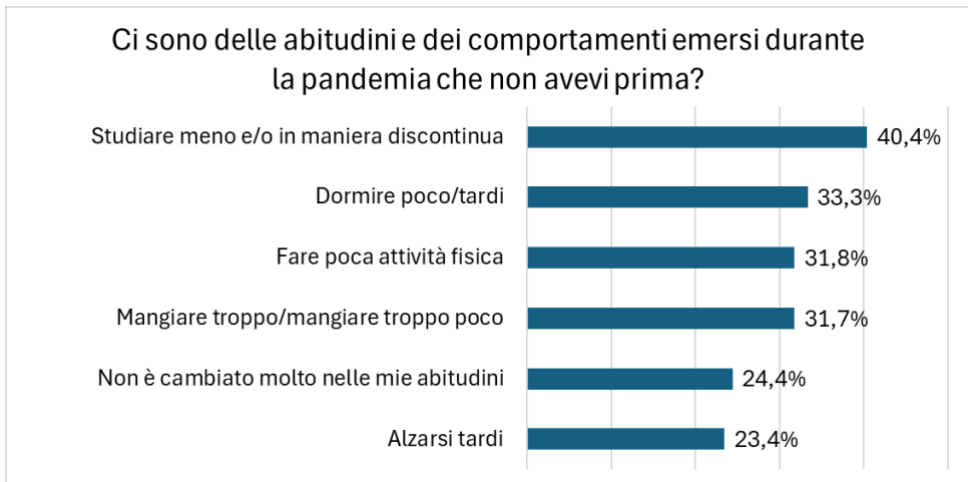


Grafico 15

L'aver acquisito abitudini poco sane durante la pandemia ha portato con sé anche altre problematiche (Grafico 16): più della metà dei ragazzi (51,4%) dichiara di avere stati d'ansia o di tristezza prolungati e quasi la metà (49,8%) ha un'eccessiva stanchezza o è particolarmente nervoso (46,5%). Inoltre, il 44,7% riporta difficoltà di attenzione e il 29% mal di testa. Il 25,4% dice di non dormire bene e solo il 4% non lamenta alcun disturbo ricorrente.

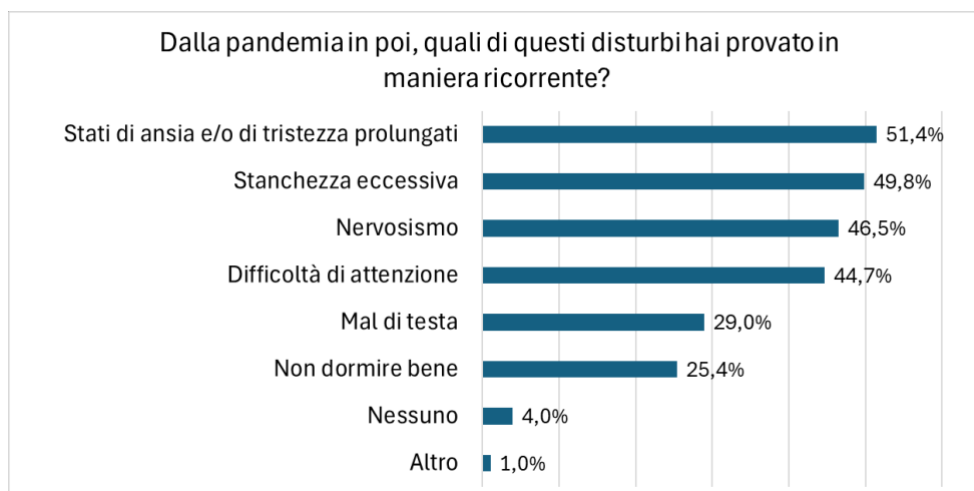


Grafico 16

I ragazzi sono complessivamente coscienti delle problematiche insorte e probabilmente avvertono anche la necessità di doverle in qualche modo gestire, infatti il 62,7% vorrebbe usufruire dei servizi di uno psicologo, il 29,3% vorrebbe avere l'aiuto di un allenatore, il 16% cerca sostegno in un insegnante e il 12,9% vorrebbe potersi rivolgere a un medico. Colpisce il fatto che, anche se è stata data la possibilità di indicare più di un'opzione, quasi due ragazzi su tre vorrebbero poter parlare con uno psicologo (Grafico 17).

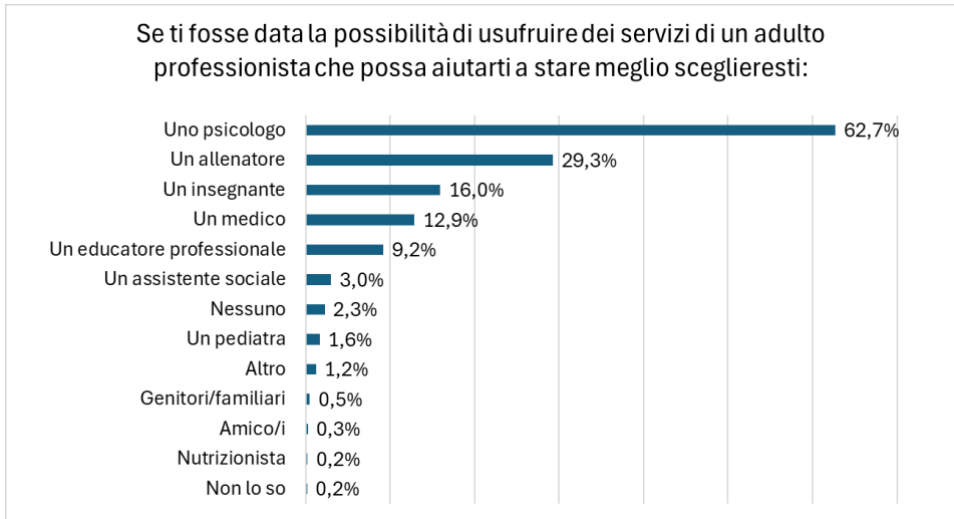


Grafico 17



CONCLUSIONI

La consultazione pubblica promossa dall'Autorità garante per l'infanzia e l'adolescenza ha incontrato una buona partecipazione da parte dei ragazzi che sono stati ascoltati riguardo il loro stato d'animo e le possibili abitudini persistenti dal periodo pandemico.

In merito allo stato d'animo attuale, il 35% dei ragazzi si dice sereno, il 24% ansioso e il 16% non sa definire il proprio stato d'animo. L'8% si ritiene felice e il 6% solo. Anche se lo stato d'animo "sereno" è stato quello più indicato dai ragazzi, è necessario porre attenzione al fatto che quasi un ragazzo su quattro, dovendo indicare uno stato d'animo preponderante, ha risposto che è ansioso

Desti preoccupazione che alcune abitudini emerse durante la pandemia siano state mantenute anche successivamente come lo studiare meno o in maniera discontinua (40,4%), il dormire poco o tardi (33,3%), il fare poca attività fisica (31,8%) e il mangiare troppo o troppo poco (31,7%).

Inoltre, rispetto ai disturbi persistenti dalla pandemia in poi il 51,4% dei ragazzi soffre in modo ricorrente di stati di ansia o tristezza prolungati. Il 49,8% lamenta un eccesso di stanchezza. Il 46,5% dichiara di provare nervosismo. E ancora: il 29% ha frequenti mal di testa e il 25,4% dichiara di non dormire bene.

Il ragazzi sono coscienti delle problematiche insorte e probabilmente avvertono la necessità di doverle in qualche modo gestire, infatti il 62,7% vorrebbe usufruire dei servizi di uno psicologo, il 29,3% vorrebbe avere l'aiuto di un allenatore, il 16% cerca sostegno in un insegnante e il 12,9 % vorrebbe potersi rivolgere a un medico. Colpisce il fatto che, anche se è stata data la possibilità di indicare più di un'opzione, quasi due ragazzi su tre vorrebbero poter parlare con uno psicologo.



*Autorità Garante
per l'Infanzia e l'Adolescenza*

Via di Villa Ruffo, 6
00196 Roma
(+39) 06 6779 6551
segreteria@garanteinfanzia.org
www.garanteinfanzia.org