

Adolescenti “invisibili” e comportamenti a rischio durante la pandemia da SARS- CoV-2 (Covid-19)¹

Francesca Marone², Annamaria Spina³

Università degli Studi di Napoli Federico II

Sinossi: La pandemia da Covid-19 ha colpito drammaticamente la popolazione mondiale nel 2020. Il lockdown e le misure per il contenimento del contagio hanno costretto circa 1,5 miliardi di persone, tra genitori, bambini e adolescenti, a restare a casa. Per gli adolescenti, che attraversano già un difficile compito evolutivo di transizione dal mondo infantile a quello adulto, l’impatto della pandemia in termini psicofisici e sociali è stato notevole. Per questo motivo il nostro gruppo di studio ha proposto un questionario online per valutare le possibili conseguenze della pandemia tra i giovani in termini di reazioni emotive e comportamentali da considerarsi rischiose o disfunzionali. Dai risultati emersi, molti adolescenti hanno sperimentato forte ansia e paura durante la pandemia e sono aumentati, tra le altre difficoltà, la chiusura e l’isolamento sociale. Per questo, si rendono necessari interventi educativi di potenziamento delle strategie di coping e di valorizzazione delle risorse utili ad affrontare situazioni stressogene.

Parole chiave: adolescenti, pandemia, comportamenti a rischio, risorse educative

Abstract: The Covid-19 pandemic has dramatically affected the world population in 2020. The lockdown and measures to contain the infection have forced about 1.5 billion people, including parents, children, and adolescents, to stay at home. For adolescents, who are already going through a difficult evolutionary task of transitioning from the childhood to the adult world, the impact of the pandemic in psychophysical and social terms has been considerable. For this reason, our study group proposed an online questionnaire to evaluate the possible consequences of the pandemic among young people in terms of emotional and risky or dysfunctional behavioural reactions. Results observed suggest that many adolescents experienced severe anxiety and fear during the pandemic and, among other difficulties, closure and social isolation increased. For this reasons, educational interventions are needed to strengthen coping strategies and enhance the resources useful for dealing with stressful situations.

Keywords: Adolescents, pandemic, risky behaviour, educational resources

¹ Le Autrici hanno condiviso l’impostazione complessiva del contributo. Tuttavia, a Francesca Marone si deve attribuire la scrittura dei paragrafi Introduzione, Risultati e Conclusioni; ad Annamaria Spina, i paragrafi Adolescenti, comportamenti a rischio e Covid-19: il contesto della ricerca e Materiali e metodi.

² fmarone@unina.it

³ annamaria.spina84@gmail.com

Introduzione

La pandemia da Covid-19 è stata uno degli eventi più drammatici degli ultimi decenni a livello globale, causando notevoli conseguenze sul piano sanitario, economico e sociale. L'impatto emotivo del lockdown e delle restrizioni che ne sono seguite, anche se con norme diverse a seconda dei Paesi, è stato unico per tutti e sicuramente assolutamente inaspettato. Le misure restrittive per il contenimento dei contagi hanno sconvolto e radicalmente cambiato la routine quotidiana delle persone e, ancora per qualche tempo, le conseguenti modifiche di ritmi e abitudini riguarderanno le nostre vite.

Le misure di protezione sono state una forte fonte di stress per tutti, ma soprattutto per bambini e adolescenti, proprio a causa della repentinità dei cambiamenti avvenuti ma anche del loro perdurare. L'assenza della scuola, l'attivazione della didattica online, l'impossibilità di incontrare i pari hanno inciso notevolmente, come messo in evidenza da diversi studi, sui comportamenti e le abitudini dei giovani (Mancaniello, 2020; 2021).

Già l'adolescenza rappresenta una fase critica della crescita, sia per i cambiamenti corporei, tra cui l'accelerazione della velocità di crescita e lo sviluppo dei caratteri sessuali, sia per i cambiamenti emotivi legati alla definizione della propria identità. Sicuramente si tratta di un percorso complesso, che è in relazione anche all'ambiente familiare e socioculturale di appartenenza, per cui non è lineare per tutti. La studiosa francese Françoise Dolto definiva l'adolescenza come "fase di mutazione, altrettanto fondamentale per l'adolescente quanto la nascita e i primi quindici giorni di vita per il neonato. L'adolescente subisce una trasformazione di cui non può dire nulla" (Dolto, 1990). La transizione dal mondo dell'infanzia all'età adulta è piena di oscillazioni, desiderio di crescita e spinta alla regressione, evasione dalla famiglia di origine e incontro con il gruppo dei pari con cui iniziare amicizie e prime relazioni amorose. La spinta verso il mondo esterno diventa preponderante, c'è un forte desiderio di esplorare la realtà sociale e di confrontarsi non solo con altre figure tutelari come quelle parentali (ad es. gli insegnanti), ma soprattutto con i propri coetanei. Amicizie, scontri e confronti con altri ragazzi e ragazze rappresentano un vero e proprio laboratorio sociale, in cui sperimentarsi con se stessi e sperimentarsi in differenti modalità relazionali con gli altri. L'altro restituisce un'immagine diversa di sé, per cui l'adolescente ha modo di avanzare nel processo di costruzione identitaria attraverso nuovi vissuti e percezioni di sé in relazioni di amicizia, di antagonismo, di amore. Il gruppo diviene spesso il primo contesto extrafamiliare in cui provare e riconoscere la propria autonomia di decisione e azione e le sue conseguenze. Si comprende bene, dunque, come l'aspetto relazionale e comunicativo con i coetanei, nelle sue svariate sfaccettature, sia un punto fondamentale in questa fase della vita così complessa. L'adolescenza resta "una zona turbolenta che ognuno vive in funzione della propria relativa precocità o al contrario dei propri indugi, secondo un ritmo individuale" (Dolto, 1990).

Dal punto di vista pedagogico, l'adolescenza attuale, è anche la grande assente dai discorsi della politica. Un momento critico che s'innesta su quanto precedentemente seminato: "questa svolta, questa frattura, o meglio questa catastrofe, non assume un nuovo connotato e una nuova e chiara definizione in breve tempo, ma è caratterizzata da salti evolutivi, da momenti di trasformazione molto repentini, distinguibili nelle contraddizioni e nelle complesse antinomie che accompagnano, passo dopo passo, il viaggio esistenziale di ogni soggetto che si trova a vivere questa trasformazione" (Mancaniello, 2020). Quando la catastrofe dell'adolescenza viene sommersa e oscurata da quella pandemica, con cui ha diverse analogie, si determina l'impossibilità della sua narrazione e, quindi, la sua invisibilità e la mancanza di elaborazione e comprensione della complessa fenomenologia che la caratterizza con il rischio di blocchi evolutivi, empassé, interdetti (Maltese, 2021).

L'adolescenza, inoltre, rappresenta un momento di crisi anche per la coppia genitoriale, dal momento che si diversificano ruoli e funzioni materne e paterne, non si è più genitori di un bambino piccolo e il legame di dipendenza infantile è sostituito da una graduale autonomizzazione del/la ragazzo/a. I genitori attraversano un periodo di fragilità rispetto al senso del proprio Sé e hanno il difficile compito di conciliare l'unione familiare con le nuove spinte e sollecitazioni del figlio verso il mondo esterno ovvero di favorire il naturale processo di separazione di quest'ultimo in modo graduale ed equilibrato. Compito assai difficile proprio perché bisogna muoversi tra dinamiche opposte: è necessario che essi restino per

la/il figlia/o un punto di riferimento come è necessario che lo aiutino a trovare la sua indipendenza. È chiaro che il processo di individuazione-separazione si attiva sia per gli uni che per l'altro.

Già Erikson evidenziava che il processo identitario è influenzato da fattori psicosociali che sanciscono l'appartenenza e la condivisione e aiutano ad attraversare in maniera "sana" le fasi evolutive e i problemi connessi (Cerniglia, Cimino, Ammaniti 2020). A tal proposito, l'atteggiamento protettivo e supportivo dei genitori gioca un ruolo decisivo nel modulare le reazioni emotive dei figli legate allo stress (Cerniglia, Cimino, Ammaniti, 2020).

In base a quanto sopra detto, sia relativamente all'importanza, per l'adolescente, di crescere ed evolversi verso il mondo esterno sia relativamente al gioco di equilibrio in cui sono coinvolti anche i genitori, si può facilmente dedurre come le restrizioni causate dalla pandemia da Covid-19, che hanno costretto una convivenza a tempo pieno nonché un tempo di esclusione forzata dalla realtà e dalle attività sociali, lo stand-by ripetuto e le lunghe attese per ritornare al mondo di fuori, abbiano avuto un notevole impatto emotivo sui giovani, già spesso in difficoltà nell'affrontare i loro nuovi compiti di sviluppo.

A causa dell'incombenza del reale e sotto la pressione del distanziamento, spesso imposto e non mediato educativamente, c'è il rischio per ragazze e ragazzi di distanziarsi anche da sé stessi, dai propri progetti e desideri, dai disagi taciuti e misconosciuti per il prevalere di una situazione inedita, difficile da decifrare e sostenere (Maltese, 2021).

Adolescenti, comportamenti a rischio e Covid-19: il contesto della ricerca

Il lockdown per la pandemia da Covid-19 ha costretto, nei primi mesi del 2020, circa 1,5 miliardi di bambini, adolescenti e genitori a restare in casa. E la convivenza "forzata", che ha tagliato via la possibilità sia per i genitori che per i figli di spazi e tempi personali da dedicare ad altro e ad altri, ha avuto le sue conseguenze.

Uno studio statunitense (Stephen, Patrick, 2020) ha indagato gli effetti della pandemia sul benessere familiare, mettendo in evidenza che il 27% dei genitori dichiarava un forte impatto sulla propria salute mentale causato dalle restrizioni, dall'incertezza e dall'insicurezza relativamente agli approvvigionamenti e alla possibilità di accedere alle cure sanitarie; inoltre, il 14% dei genitori riscontrava un peggioramento nei comportamenti dei propri figli. L'aggravarsi dello stato emotivo dei genitori corrispondeva all'aumento dei problemi comportamentali dei figli in circa 1 famiglia su 10.

Uno studio scozzese (Hodge, 2020) ha messo in evidenza che il 32% dei genitori definiva la salute mentale dei propri figli, durante la pandemia, come la "peggiore in assoluto" rispetto al passato; il 55% riscontrava un peggioramento nei figli sul piano educativo e motivazionale allo studio; il 37% dichiarava, rispetto a sé e alla propria funzione genitoriale, una maggiore sofferenza psicologica causata dalla elevata pressione e dalla responsabilità di gestione dei figli.

In Italia, il Rapporto dell'Istituto Superiore di Sanità sulla promozione della salute mentale in tempo di Covid-19 (Gruppo di lavoro ISS, 2020), ha messo in evidenza un elevato rischio per la salute fisica e mentale di alcune fasce della popolazione a causa delle misure di contenimento, quali la chiusura forzata in casa, la chiusura prolungata delle scuole, la mancanza di contatti fra pari. Il Report raccoglie diverse evidenze scientifiche internazionali e alcuni dati derivano dalla ricerca del COVID-19 International Behavioral Science Working Group dell'Università di Harvard (Soubhik, 2020), che ha coinvolto un campione di 3.453 individui attraverso dei questionari. Per l'Italia hanno partecipato l'ospedale pediatrico Gaslini di Genova e l'Università degli Studi di Genova, con l'obiettivo di monitorare lo stato psicologico di bambini e famiglie e individuare precocemente le potenziali situazioni di criticità sia a livello psichico che comportamentale. L'analisi dei dati ha messo in evidenza che nei, bambini e ragazzi di età compresa tra i 6 e i 18 anni, sono aumentati i disturbi del sonno (difficoltà di addormentamento, difficoltà a svegliarsi per collegarsi online e fare la didattica a distanza) e i disturbi d'ansia; una correlazione statisticamente significativa tra lo stato emotivo dei genitori (ansia e stress dovuti alla pandemia) e i comportamenti disfunzionali di bambini/e e di ragazzi/e.

Dunque, le ripercussioni sulla salute mentale del lockdown e, in generale, delle restrizioni legate allo stato di emergenza sanitaria, hanno riguardato sia i genitori che i figli adolescenti, determinando talvolta

dei comportamenti ritenuti a rischio. Studi recenti effettuati negli ultimi due anni, hanno messo in evidenza livelli più elevati di ansia e depressione tra adolescenti durante il periodo pandemico rispetto a prima. In particolare, i livelli di ansia nella fascia di età adolescenziale sono stati significativamente superiori rispetto a quelli dei bambini: gli adolescenti delle scuole superiori hanno presentato livelli maggiori di sintomi depressivi e ansiosi (Meherali, 2021).

Tra i fattori di rischio che hanno favorito lo sviluppo di tali condizioni di malessere ci sono la chiusura delle scuole, il distanziamento, la quarantena e l'isolamento (Duan, 2020; Ellis, 2020; Oosterhoff, 2020; Saurabh, 2020; Xie, 2020). L'assenza di confronto sociale in un momento cruciale del loro sviluppo, hanno lasciato i giovani in balia di stati emotivi negativi, oscillando tra ansia e paura, tristezza e senso di solitudine.

Nel panorama internazionale, uno studio cinese (Xie, 2020) effettuato a Wuhan, epicentro della pandemia, su studenti di scuola primaria e secondaria, ha messo in evidenza l'aumento rispettivamente di sintomi depressivi nel 22% e di sintomi ansiosi nel 18.9% dei partecipanti, a seguito dell'interruzione della frequenza scolastica, delle attività all'aperto e delle occasioni di contatto sociale coi coetanei, evidenziando l'impatto traumatico dell'emergenza sanitaria.

Un report (Chrysanthou, 2020) realizzato dal Dipartimento di Sanità Pubblica dell'Università di Calgary, dall'Istituto di Ricerca dell'Ospedale Pediatrico di Alberta e da una ONG, sistematizza i risultati di varie indagini canadesi effettuate negli ultimi due anni: il 57% dei giovani di età compresa tra 15 e 17 anni ha valutato la propria salute mentale come "leggermente peggiore" o "molto peggiore" rispetto al periodo precedente il distanziamento sociale, mentre i giovani tra i 17 e i 24 anni valutano la loro salute mentale come "eccellente" o "molto buona" nella misura del 20% in meno rispetto al 2018. Il 70% dei ragazzi di età compresa tra i 10 e i 17 anni riferisce sensazioni di noia e solitudine.

Uno studio longitudinale inglese (Pierce, 2020) ha confrontato lo stato di salute mentale della popolazione (oltre 42.330 partecipanti) prima e durante il lockdown, evidenziando un aumento clinicamente significativo dei livelli di stress, soprattutto nella fascia di età tra i 16 e i 24 anni (37% nel mese di aprile del 2020 rispetto al 24,5% del 2019). Questi risultati, inoltre, sono supportati da una review realizzata dal Dipartimento di Psicologia Clinica dell'Università di Bath in Gran Bretagna (ME Loades, 2020), secondo cui esiste una forte associazione tra solitudine e depressione nei giovani, con effetti a breve e lungo termine: gli studi esaminati riguardavano bambini, adolescenti e giovani adulti di età compresa tra 4 e 21 anni ed è emerso che sono soprattutto i giovanissimi a presentare un rischio tre volte superiore di sviluppare, in futuro, sintomi depressivi anche gravi.

Le emozioni negative vissute durante lo stato di emergenza sanitaria possono favorire la messa in atto di comportamenti disfunzionali per la salute fisica, psicologica e sociale, come il ritiro sociale, la dipendenza da internet, i disturbi alimentari, l'uso rischioso di alcol, comportamenti sessuali a rischio. L'età adolescenziale rappresenta già un'epoca in cui i comportamenti a rischio possono diventare un insano modo di mettersi alla prova, di entrare in contatto con le proprie emozioni profonde, di sperimentare la propria indipendenza. A favorire ciò l'ambiente familiare e il contesto socioculturale di appartenenza, ma anche la globalizzazione e i processi di identificazione di massa ai modelli proposti dai social media. Il lockdown e le restrizioni sono stati eventi stressanti che, per il loro carattere improvviso e inatteso, hanno amplificato il rischio di affrontare negativamente il difficile compito evolutivo adolescenziale. Non è un dato trascurabile, inoltre, la riduzione di attività ambulatoriali e consulenziali dedicate ai minori con malattie croniche o con malattie acute non-Covid-19 (Praticò, 2020). Si ricorda, infatti, che il Rapporto Globale Unicef sulla salute mentale 2021 riferisce di 9 milioni di adolescenti con disturbi mentali in Europa, di cui quasi un milione in Italia (16,6% dei giovani fra i 10 e i 19 anni).

Tra i comportamenti a rischio negli adolescenti durante il periodo pandemico, ci sono sicuramente condotte alimentari non sane. La pandemia ha incrementato notevolmente la sedentarietà, date le proibizioni delle attività sportive e all'aperto. In alcuni casi i giovani hanno perso molto peso, probabilmente anche per lo stress emotivo che stavano attraversando a causa del lockdown, mentre altri hanno cominciato a mangiare di più quando si sentivano stressati e annoiati (Feinmann, 2021). Inoltre,

è noto come condizioni di forte stress possano stimolare la produzione della grelina, “l’ormone della fame” e quindi favorire la ricerca di cibo: questo processo sembra essersi rafforzato quando gli adolescenti sono stati isolati dai loro coetanei e hanno vissuto il distanziamento sociale (Bernardoni, 2020).

Un altro fattore di rischio è quello relativo al tempo trascorso online o sui social media rispetto a prima del COVID-19 (Duan, 2020; Ellis, 2020). L’associazione tra stress da COVID-19 e depressione è più forte negli adolescenti che hanno fatto un maggiore uso dei social dopo la pandemia. La Società Italiana di Pediatria ha messo in evidenza che la pandemia da Covid-19 ha causato un forte incremento dell’uso del digitale e, facendo riferimento al 17° Rapporto Censis, è emerso che gli utenti dei social network sono arrivati al 76,6% (+6,7% rispetto al 2019) e l’utilizzo degli smartphone nel 2020 è salito all’83,3% (+7,6% rispetto al 2019). Tra i giovani di età compresa tra i 14 e i 29 anni, i media e le piattaforme online sono state sempre più consultate: il 92,3% utilizza WhatsApp, l’82,7% YouTube, il 76,5% Instagram, il 65,7% Facebook. Più di un terzo ha accesso, infine, a Spotify e TikTok (rispettivamente il 36,8% e 34,5%). A seguito della pandemia, il Rapporto Censis ha riscontrato un incremento del 95% dell’uso dello smartphone nei ragazzi di età compresa tra gli 11 e i 17 anni. La maggioranza di essi ha riconosciuto di utilizzare lo smartphone più frequentemente rispetto al passato, nel 46% dei casi l’utilizzo giornaliero è superiore alle 3 ore. Gli adolescenti si sono collegati a Internet per lo più da soli e non solo per motivi didattici. È aumentata la consultazione di social media, principalmente Instagram (72%), TikTok (62%) e YouTube (58%). L’uso esponenziale delle piattaforme digitali e delle app ha cambiato anche le relazioni amorose dei giovani, giacché sono diventate – soprattutto durante la pandemia – degli strumenti di scambi affettivi ma anche sessuali.

Il termine sexting si riferisce all’autoproduzione di materiale sessualmente allusivo, come messaggi, foto e video condivisi grazie alle nuove tecnologie digitali (Chalfen, 2009).

Nelle sue forme più pericolose, il sexting può verificarsi contemporaneamente ad altri comportamenti pericolosi, come l’uso di sostanze che riducono la percezione del rischio e del consenso e/o il coinvolgimento di estranei, aumentando la probabilità che i propri contenuti sessuali possano successivamente essere diffusi online (Morelli, 2020; Morelli, 2021).

Alcuni autori (Maes, Vandenbosch, 2022) hanno analizzato, attraverso un questionario online, il ricorso al sexting durante il periodo di restrizioni legato alla pandemia da COVID-19 da parte di giovani di nazionalità belga, con un’età compresa tra i 12 e i 18 anni. Sono stati classificati 4 tipi di sexting, a seconda dello scambio di testi (1), immagini/video in biancheria intima/costume da bagno (2), immagini/video di parti intime (3) o immagini/video di atti sessuali (4). In generale, i primi tre tipi sono generati da un desiderio di ricercare eccitazione, il secondo da un desiderio di affermazione personale mentre il terzo e il quarto da richieste pressanti da parte del partner. Un aspetto interessante che questa ricerca ha messo in evidenza è che l’invio di foto/video di atti sessuali, sexting di tipo 4, ha mostrato una correlazione con la condizione di stress; quindi, questo comportamento era generato anche da una risposta alla condizione di difficoltà emozionale generale affrontata nel periodo particolare esaminato.

Il rischio, spesso sottovalutato dai giovani, riguarda proprio un uso improprio di internet e dei dispositivi digitali, la diffusione online di immagini e video privati oltre che fenomeni quali l’adescamento on line e il cyberbullismo.

Un recente studio ha valutato i cambiamenti del consumo alcolico prima e dopo le restrizioni imposte dalla pandemia da COVID-19 su oltre mille soggetti con un’età compresa tra i 18 e i 35 anni (Federico, 2022). I risultati osservati in questo studio hanno rivelato che i maschi consumano maggiori quantità di alcol rispetto alle femmine, il maggiore consumo di alcol è direttamente correlato al grado di istruzione e al livello di reddito. È stato notato, inoltre, che durante la pandemia è aumentata la frequenza del consumo di alcol ed è cambiata anche la modalità di approvvigionamento di queste sostanze: prima delle restrizioni si acquistavano e consumavano principalmente in locali- ristoranti mentre durante la pandemia si acquistavano nei negozi oppure attraverso applicazioni di consegna cibo a domicilio.

In Italia, l’Osservatorio Nazionale per l’Infanzia e l’Adolescenza (2021) cita un’indagine di Telefono Azzurro e Doxa Kids (2020) effettuata in due tempi: una durante il periodo di lockdown (aprile 2020) e

una ad ottobre 2020. Dalla prima rilevazione, è emerso che il 30% dei genitori ha riscontrato nei figli un uso eccessivo dei social network, nel 25% dei casi sono emersi cambiamenti nell'alimentazione e nel ciclo sonno-veglia, nel 18% sono stati riportati isolamento e ritiro sociale, percentuale ancor più alta (25%) laddove vi sono figli preadolescenti. A ottobre 2020, periodo in cui le restrizioni sono tornate in modo prepotente nelle vite degli adolescenti, i genitori denunciavano un forte disinteresse per le attività quotidiane da parte dei propri figli (il 17% dei genitori di preadolescenti, il 18% dei genitori di adolescenti), con livelli più alti rispetto ai dati di aprile dello stesso anno ad indicare il persistere o addirittura l'incremento della situazione di disagio nel tempo. È evidente, dunque, che i giovani abbiano subito le ripercussioni della pandemia a livello fisico, emotivo e sociale, con conseguenze che andrebbero approfondite nel tempo per la pianificazione di strategie informative ed educative di intervento al fine di prevenire e contrastare fenomeni e comportamenti a rischio.

Materiali e metodi

Il gruppo di ricerca "Educazione, affetti, emozioni", afferente alla Cattedra di Pedagogia delle relazioni familiari dell'Università degli Studi di Napoli Federico II, ha condotto uno studio sugli effetti della pandemia da Covid-19 in adolescenti e giovani in termini di reazioni emotive e comportamentali.

In particolare, durante la prima fase esplorativa, è stato somministrato un questionario semi-strutturato anonimo attraverso modulo su piattaforma Google, diffuso principalmente mediante app e social network (Facebook, Instagram, Whatsapp). L'indagine quanti-qualitativa è stata condotta su un piccolo gruppo di giovani (età 16-25 anni), di cui il 70% di sesso maschile e il 30% di sesso femminile.

La scelta del questionario è stata dettata dall'esigenza di recuperare in maniera più veloce le posizioni soggettive più frequenti.

L'obiettivo dello studio è comprendere le percezioni e i vissuti degli adolescenti durante il periodo di emergenza causato dalla pandemia da Covid-19 e l'eventuale comparsa o incremento di comportamenti a rischio sul piano fisico, emotivo e sociale che ne sono derivati. Tale indagine vuole offrire uno stimolo sui cambiamenti in atto per riflettere sulle prospettive future e sulle loro implicazioni psicopedagogiche, soprattutto in tema di prevenzione e di educazione a risorse e strumenti utili per poter fronteggiare lo stress correlato alla situazione pandemica e ai suoi effetti attuali e futuri.

Risultati

Qui di seguito si elencano gli aspetti più salienti emersi dalle risposte al questionario.

Le emozioni e gli stati d'animo provati maggiormente durante il periodo delle restrizioni causate dalla pandemia da Covid-19 sono stati vari, tra cui smarrimento, confusione, rabbia, disinteresse, noia. In particolare, il 26.7% dei giovani dichiara di aver provato ansia e paura e il 20% senso di solitudine e tristezza. A questi, sono associati anche sintomi somatici, la paura di avere dei contatti fisici, cambi di umore irregolari, incertezza per il futuro, apatia e asocialità.

Al quesito "a seguito delle restrizioni causate dalla pandemia da Covid-19, hai notato dei cambiamenti nel tuo comportamento in famiglia, a scuola, con gli amici?" ben il 70% ha risposto affermativamente. In particolare, il 42.9% dichiara perdita di interesse generale/apatia mentre il 38.1% fa riferimento a isolamento e chiusura. A questi, è spesso associata la dipendenza da internet. In percentuali minori, si trovano comportamenti sessuali a rischio, maggiore aggressività e distacco fisico dalle persone.

Al quesito "a seguito delle restrizioni causate dalla pandemia da Covid-19, hai avuto comportamenti e stati d'animo mai sperimentati prima?", il 60% dei soggetti esaminati risponde negativamente mentre il restante 40% positivamente. Tra i comportamenti e gli stati d'animo mai sperimentati prima della pandemia, troviamo forte angoscia con, talvolta, sintomi fisici (ansia, disturbi del sonno), isolamento sociale e mancanza di contatto, forte preoccupazione per il futuro, particolare attenzione a tutti coloro che presentano sintomi influenzali e, dunque, potenzialmente ammalati di Covid-19, paura e incertezza, solitudine, umore altalenante.

Rispetto al consumo di bevande alcoliche, il 96.7% dei soggetti esaminati dichiara che beveva prima della pandemia. La frequenza nel consumo di bevande alcoliche è di 2-4 volte al mese nel 51.7% dei casi e di 2-3 volte a settimana nel 27.6% dei casi. Solo il 20.7% dichiara una volta al mese o meno. Le restrizioni causate dalla pandemia da Covid-19, però, sembrano non aver apportato grandi modifiche nel consumo di bevande alcoliche nel gruppo oggetto di studio giacché il 76.7% dei giovani dichiara che non ci sono stati cambiamenti tra il prima e il durante la pandemia, il 13.3% dichiara che il consumo è diminuito e il 10% che, invece, è aumentato.

Rispetto ai cambiamenti relativi alla modalità di bere, anche se il 46.7% afferma che, rispetto a prima del lockdown non ci sono stati grandi cambiamenti, ben il 36.6% delle persone dichiara che, a seguito delle misure di contenimento, beve più spesso in compagnia.

Un dato interessante emerso dalla valutazione dei soggetti che hanno riferito una perdita di interesse generale/apatia come modifica del comportamento in seguito alle restrizioni legate alla pandemia da COVID-19, è che ben il 57% di essi ha dichiarato di bere più spesso in compagnia dopo la fine delle misure di contenimento del contagio.

Al quesito “hai mai parlato con qualcuno degli effetti che la pandemia da Covid-19 ha avuto nella tua vita personale?”, il 56.7% dei giovani dichiara di aver parlato con gli amici e il 33.3% non ha parlato con alcuno. In percentuali minori ci sono, rispettivamente, l’aver parlato con un medico o uno psicologo e l’aver parlato con i propri familiari. Tra coloro che hanno risposto di non aver parlato con alcuno, oltre la metà dichiara di non volerlo fare mentre solo una piccola percentuale afferma di volersi rivolgere a un professionista.

Conclusioni

L’adolescenza è una fase molto delicata e complessa della vita, fatta di molteplici cambiamenti che vedono il/la giovane protagonista del proprio corpo che cambia, di emozioni nuove e diverse sperimentate in amicizia e amore, di relazioni e attività che vanno lentamente a costruirsi e modificarsi. È comprensibile, dunque, che un evento drammatico quale la pandemia da Covid-19 abbia generato scompiglio e turbamento nel mondo di ragazzi e ragazze, i quali probabilmente non sono stati sufficientemente ascoltati e accolti nel loro disagio. Anzi, come dimostrato anche da questo lavoro su un piccolo gruppo di giovani, sentimenti negativi quali ansia, paura, tristezza e solitudine sono stati prevaricanti durante il periodo del lockdown e, tra le conseguenze più gravi, ci sono proprio l’isolamento e il ritiro sociale. Come ricordano Scabini e Iafrate (2019), “Le regole sociali che è stato chiesto loro di seguire sono del tutto in contrasto con le spinte naturali di questa fase del ciclo di vita in cui la persona è fortemente coinvolta nell’esplorazione nei confronti dell’esterno, nella ricerca di autonomia e di nuove esperienze, nella costruzione di relazioni significative al di fuori della propria famiglia di origine, nell’attribuzione di importanza a valori quali l’apertura al cambiamento, nell’esplorazione di progetti per il futuro e non da ultimo nella costruzione di una rinnovata consapevolezza della propria identità corporea”.

Spesso questi sentimenti negativi si sono accompagnati a sintomi somatici come difficoltà del sonno e alimentazione scorretta nei termini di “fame nervosa”. La sedentarietà e l’impossibilità di svolgimento di sport e attività all’aperto naturalmente hanno favorito tali condizioni. Inoltre, un aspetto da non sottovalutare è l’incremento dell’uso di internet e non solo per la didattica a distanza. I giovani esaminati hanno annoverato la dipendenza da internet tra i comportamenti non avuti prima della pandemia, il che fa riferimento all’uso delle piattaforme digitali e dei social in maniera prolungata e senza adeguato controllo, con le relative conseguenze che questo comporta in termini di “pericolo web” (adescamenti online, cyberbullismo, diffusione di immagini e video privati).

Un dato significativo emerso dal presente studio è proprio relativo all’“invisibilità” di molti adolescenti e del loro potenziale disagio perché, se è vero che la maggior parte dichiara di aver parlato degli effetti della pandemia con i propri amici, si riscontra anche una percentuale di giovani che, allo stato attuale, dice di non volerne parlare. Il che è un fattore predittivo di rischio che va nella direzione della chiusura e dell’isolamento di cui sopra, della mancata condivisione ed esternazione dei propri

vissuti. Addirittura, sebbene nella maggioranza dei casi il lockdown sia stato vissuto in compagnia dei propri familiari, la percentuale di giovani che dichiara di aver parlato degli effetti della pandemia con la propria famiglia è minima. Questo aspetto dovrebbe essere oggetto di ulteriore approfondimento soprattutto data la recente letteratura che evidenzia spesso una correlazione tra umore dei genitori e atteggiamenti/comportamenti dei figli, soprattutto in termini negativi ovvero a stati d'animo di paura e ansia da parte dei genitori corrispondono talvolta comportamenti disfunzionali dei figli, come l'aggressività.

Per quanto concerne l'uso dannoso di alcol come comportamento a rischio, valutando il campione nella sua interezza, non sono emersi risultati particolarmente allarmanti; tuttavia, si è registrato un cambiamento nella modalità di bere ovvero bere più frequentemente in compagnia rispetto al periodo pre-pandemico. In particolare, questo dato risulta incrementato nei soggetti che hanno riferito di aver provato perdita di interesse generale e apatia nonché sensazione di isolamento e chiusura nel periodo delle restrizioni.

Si tratta di dati dalla lettura complessa, che andrebbero ulteriormente approfonditi, ma si può ipotizzare che per molti adolescenti la condivisione con i coetanei, venuta a mancare durante il lockdown, si sia incrementata proprio nella consumazione delle bevande alcoliche, soprattutto in quei soggetti che hanno avuto una risposta emotiva di chiusura alle restrizioni imposte dalla pandemia.

È necessario, tuttavia, indagare con attenzione questi aspetti per meglio comprendere quanto questa condivisione rischi di tramutarsi in consumo eccessivo e, dunque, in comportamento disfunzionale. È fondamentale, allora, pensare e agire delle strategie di intervento a supporto della salute mentale degli adolescenti, soprattutto per i soggetti più a rischio e/o in condizioni di fragilità.

Offrire degli strumenti per rafforzare le strategie di coping e valorizzare le risorse a disposizione dei giovani è di primaria importanza, così come aprire spazi di riflessione critica, anche inediti e informali, in cui potersi raccontare per favorire la possibilità di costruire il proprio progetto di vita. È necessario sviluppare risorse educative, e non solo d'informazione, che siano ben accolte dai giovani, soprattutto da coloro che mostrano maggiore resistenza a farsi aiutare. Infine, bisognerebbe pensare a garantire supporto anche ai genitori i quali, come dimostrato da varie ricerche, hanno spesso notato un peggioramento dei propri figli in termini di reazioni emotive e comportamentali durante la pandemia, soprattutto data la frequente associazione tra stati emotivi degli uni e atteggiamenti/comportamenti degli altri.

Bibliografia

- Barari S, Caria S, et al. (2020). Evaluating COVID-19 Public Health Messaging in Italy: Self-Reported Compliance and Growing Mental Health Concerns. Available at: <https://tinyurl.com/y8blz273>.
- Bernardoni F, et al. (2020) Metabolic state and value-based decision-making in acute and recovered female patients with anorexia nervosa. *Journal of Psychiatry Neuroscience*. 45, 253-61.
- Cerniglia, L., Cimino, S., Ammaniti, M. (2020) L'impatto del periodo di isolamento legato al Covid-19 nello sviluppo psicologico infantile. *Psicologia clinica dello sviluppo*, 187-190.
- Chalfen, R. (2009). 'It's only a picture': Sexting, 'smutty' snapshots and felony charges. *Visual studies*. 24, 258-268.
- Chrysanthou, A (2020). TOP 10 threats to childhood in Canada and the impact of covid-19. Final Report 2020 Children First Canada. Available at: <https://childrenfirstcanada.org/press-releases/child-advocates-ring-the-alarm-as-new-report-highlights-unprecedented-impact-of-covid-19>.
- Dolto, F. (1990). *La cause des adolescents*, Editions Robert Laffont, Paris (trad.it. *Adolescenza*, Mondadori, Milano, 1990).
- Duan, L. (2020) An investigation of mental health status of children and adolescents in China during the outbreak of COVID-19, *Journal of Affective Disorders*, 275, 112-118.

- Ellis, W.E., Dumas, T.M., Forbes, L.M. (2020) Physically isolated but socially connected: Psychological adjustment and stress among adolescents during the initial COVID-19 crisis. *Canadian Journal of Behavioral Sciences*, 52, 177–187.
- Federico, A. et al. (2022) Alcoholic Consumption of Young Italians During the SARS-CoV-2 Pandemic. *Rev Recent Clin Trials*. 17, 126-135.
- Feinmann, J. (2021) Eating disorders during the covid-19 pandemic. *BMJ*. 19, 374:n1787.
- Gruppo di lavoro ISS Salute mentale ed emergenza COVID-19 (2020). Indicazioni ad interim per un appropriato sostegno della salute mentale nei minori di età durante la pandemia COVID-19. Versione del 31 maggio 2020. Roma: Istituto Superiore di Sanità.
- Hodge, L. (2020). Daily Record. Available at: <https://www.dailyrecord.co.uk/lifestyle/family-kids/one-three-children-suffering-mental-22814057>.
- Loades, M.E. et al. (2020) Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents in the Context of COVID-19. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. 59, 1218-1239.e3.
- Maes, C., Vandenbosch, L. (2022) Physically distant, virtually close: Adolescents' sexting behaviors during a strict lockdown period of the COVID-19 pandemic. *Comput Human Behav*. 126, 107033.
- Maltese S. (2021). Non è una pandemia per giovani. Le adolescenze in stand-by e la metafora che non c'è. *Journal of Health Care Education in Practice*, 1-2, 3-11, Available at: <http://jhce.padovauniversitypress.it/system/files/papers/2021-1-02.pdf>
- Mancaniello, M. R. (2020). Adolescenti al tempo del Covid-19: una riflessione sul significato di vivere “attimi della catastrofe adolescenziale” in uno spazio-tempo negato, nella separazione corporea dal gruppo dei pari e in una relazione scolastica digitale. *Studi sulla Formazione*, 23, 21-51.
- Mancaniello, M. R. (2021). La pandemia e il tempo di lockdown: possibili interventi educativi per la salute e il benessere delle giovani generazioni. *Medical Humanities & Medicina Narrativa*, luglio, 39-51.
- Meherali, S. (2021). Mental Health of Children and Adolescents Amidst COVID-19 and Past Pandemics: A Rapid Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 3432.
- Morelli, M., et al. (2020). The role of HEXACO personality traits in different kinds of sexting: A cross-cultural study in 10 countries. *Computers in Human Behavior*. 113, 106502.
- Morelli, M., et al. (2021). The relationship between dark triad personality traits and sexting behaviors among adolescents and young adults across 11 countries. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 18, 2526.
- Oosterhoff, B., Palmer, CA, Wilson J, Shook N (2020) Adolescents' Motivations to Engage in Social Distancing During the COVID-19 Pandemic: Associations with Mental and Social Health, *Journal of Adolescence Health*, 67, 179–185.
- Osservatorio Nazionale per l'Infanzia e l'Adolescenza, Report 2021. Available at: https://famiglia.governo.it/media/2362/covid-e-adolescenza_report_maggio2021.pdf.
- Patrick, S.W. Henkhaus, L.E. et al. (2020). Well-being of Parents and Children During the COVID-19 Pandemic: A National Survey. *Pediatrics*, 146, e2020016824.
- Pierce, M., Hope, H., et al. (2020) Mental health before and during the COVID-19 pandemic: a longitudinal probability sample survey of the UK population. *The Lancet Psychiatry*. 7, 883-892.
- Praticò, A.D. (2021) COVID-19 pandemic for Pediatric Health Care: disadvantages and opportunities. *Pediatr Res*. 89, 709-710.
- Saurabh, K., Ranjan, S. (2020). Compliance and Psychological Impact of Quarantine in Children and Adolescents due to Covid-19 Pandemic. *Indian Journal of Pediatrics*. 87, 532-536.
- Scabini, E., Iafrate, R. (2019). *Psicologia dei legami familiari*, Bologna, Il Mulino.

Telefono Azzurro (2020) *Coronavirus, l'indagine di Telefono Azzurro e Doxa*. 20 maggio 2020.
Available at: <https://azzurro.it/press/coronavirus-lindagine-telefono-azzurro-e-doxa/>.

Xie, X., et al. (2020) Mental Health Status Among Children in Home Confinement During the Coronavirus Disease 2019 Outbreak in Hubei Province, China; *JAMA Pediatrics* 174, 898-900.