



# La ricerca: disagio psicologico a Milano, “realità non può essere aggirata”



Pubblicato il: 29/12/2020 15:07

Quasi un terzo degli italiani ha manifestato nel 2020 sintomi permanenti di depressione, mentre episodi di ansia e senso di oppressione hanno colpito 8 italiani su 10. Il consumo di alcol è raddoppiato, aumentando in modo preoccupante fra i più giovani, mentre l'uso di psicofarmaci vede punte mai registrate prima. 2 italiani su 10 soffrono di insonnia o difficoltà a dormire e quasi altrettanti patiscono una sorta di apatia. La paura di uscire di casa ha contagiato il 70 per 100 delle persone e un 60 per 100 teme di dover sottostare alle restrizioni per un tempo infinito. Donne, giovani e bambini sono i più colpiti da queste nuove forme di disagio psicologico dovute alla pandemia e alle sue conseguenze sociali.

Milano, per la sua natura di metropoli, in qualche modo esaspera queste tendenze: secondo una ricerca effettuata nella capitale lombarda dalle équipe di psicoterapeuti che fanno capo allo psicoanalista Massimo Recalcati, quasi due terzi dei pazienti vecchi e nuovi condividono gli stessi sintomi ansiosi: dalla paura del futuro all'angoscia per le rinunce che la pandemia infligge, dall'incapacità di reinventarsi professionalmente al senso di solitudine e di oppressione per l'isolamento sociale.

Aumentano sensibilmente le richieste di aiuto e di supporto psicologico, soprattutto fra i 18 e i 35 anni. Senza contare, ovviamente, le conseguenze della morte di parenti stretti, nelle condizioni che ormai conosciamo: lontani dagli affetti, privati dell'ultimo saluto. A Milano opera dal 2003 l'Associazione Jonas Onlus, fondata dallo stesso Recalcati, che ha, fra le altre, la mission di rendere il supporto psicologico accessibile a tutti, anche a chi non ha possibilità economiche. A Jonas, nel tempo, si sono aggiunte altre Associazioni, come Telemaco, che si occupa del disagio adolescenziale, e Gianburrasca, i cui psicologi e psicoterapeuti offrono aiuto ai genitori e ai bambini. E in questi mesi i terapeuti hanno ridotto drasticamente il costo delle loro prestazioni per non far venire meno il suo sostegno alla cittadinanza.

Nell'indagine svolta dagli psicoterapeuti, per quello che riguarda i giovani emerge un importante aumento delle richieste di aiuto fra i 13-18enni, afflitti non solo da disturbi d'ansia, ma anche da disturbi dovuti a un utilizzo eccessivo del mondo digitale – videogiochi, computer, smartphone – (30 per 100), da problemi relazionali dovuti all'isolamento sociale (22 per 100), e da disturbi alimentari.

E ancora: l'80 per cento dei ragazzi denuncia l'insorgenza di gravi problemi di convivenza – con aumento degli attriti con fratelli e genitori e impossibilità di ritagliarsi spazi tranquilli – e soprattutto una presenza quasi opprimente dei genitori stessi nelle loro vite.

La didattica a distanza (DAD) ha fatto esplodere o acuito difficoltà di apprendimento dovute a problemi di connessione, scarsità di spazio in casa, disumanizzazione del rapporto con gli insegnanti, calo della capacità di concentrazione, incapacità di programmare la propria giornata con un aumento generale di disinteresse, noia, stanchezza. Per non parlare dei bambini e dei ragazzi che già presentavano disturbi specifici dell'apprendimento (DSA) e dunque con bisogni educativi speciali (BES) con insegnanti di sostegno: maggiore isolamento dal resto della classe e impossibilità a usufruire del sostegno in modo efficace.

La ricerca – che ha preso in esame l'ultimo semestre del 2020 – evidenzia quindi l'urgenza di fornire risposte immediate alla domanda di aiuto di genitori e figli, di ragazzi e bambini che rischiano di pagare un prezzo troppo elevato alle conseguenze della pandemia. Per fronteggiare questa emergenza, le Associazioni Jonas, Telemaco e Gianburrasca avvieranno nel prossimo gennaio un vasto e importante programma concreto di sostegno psicologico per cittadinanza milanese – sostenuto da un contributo dell'Unione Buddhista Italiana, che sempre di più sta indirizzando i suoi interventi nel sociale per colmare le sempre maggiori disuguaglianze che questa crisi ha provocato.

Un progetto, #MILANONOCISIAMO, per sostenere, accompagnare, seguire i soggetti che stanno subendo gli effetti della pandemia sul piano psichico, economico e sociale, con particolare attenzione alle fasce più fragili e svantaggiate: famiglie, giovani e minori. Dalle sedute anche a distanza con gli psicologi al sostegno domiciliare, dai gruppi di sostegno per le neomamme all'intervento di specialisti (nutrizionisti, logopedisti, ecc.). Il trauma del virus, dice a questo proposito Massimo Recalcati, “ci riporta bruscamente a una realtà che non può più essere aggirata”.

## Lascia un commento