

Data articolo

08-06-2024

Autori

Classe 2FI

## Generazione perduta? Come lo stress sta rubando il futuro agli studenti.



Sono tanti gli studenti che a causa degli esami, delle verifiche, delle interrogazioni e situazioni più complesse come bullismo e cyberbullismo hanno riscontrato problemi di salute. Tanti sono anche gli studi che confermano un collegamento tra disturbi quali ansia, attacchi di panico e simili allo stress causato dal mondo della scuola.

Tayla McCloud, nota ricercatrice del dipartimento di psichiatria presso l'University College London, afferma che lo stress dovuto all'aspirazione e all'eccellenza finisce per incidere sulla salute mentale. Anche il noto cantante Fedez nei mesi scorsi ha fatto appello alle istituzioni per difendere il bonus psicologo: l'influencer ha raccontato la sua esperienza con la malattia e l'uso di psicofarmaci. "La salute mentale e fisica devono andare di pari passo, ma quella mentale in questo Stato non viene considerata." queste le parole del rapper in proposito. Inoltre non sono di aiuto gli atteggiamenti delle famiglie degli studenti che preferiscono sottovalutare le problematiche che i figli espongono, perché hanno paura di scoprirli malati e di non essere in grado di gestire la situazione, sminuendo così le loro difficoltà.

Infatti, una soluzione a questo tipo di problemi accusati dagli alunni sarebbe supportare e non trascurare i loro sentimenti, preoccupazioni e difficoltà anche se potrebbero sembrare a prima vista insensati.

La maggior parte dei disturbi psicologici nascono ben prima dei 18 anni ed è importantissimo agire curando la malattia in un'età in cui il cervello è maggiormente plastico (ovvero è più facile cambiarne le capacità e idee).

È fondamentale a nostro parere che le istituzioni educative e i servizi di supporto psicologico siano attrezzati per riconoscere e affrontare questi fattori di rischio in modo da identificare le strategie più efficaci per garantire agli studenti un percorso scolastico e personale più sereno. Questo obiettivo si può raggiungere supportando gli studenti e in generale mostrando comprensione.

In conclusione, lo stress da prestazione è un fenomeno complesso che può influenzare significativamente il benessere degli studenti, ma affrontando realmente questo problema e non sminuendo i nostri pensieri

e i nostri bisogni si può davvero fare tanto per la nostra salute e la nostra serenità.

Matteo Alex Rossetti, Giampaolo Sirtori, Roberto Fallù, Aboulmahati Mohamed, Leonardo Castiglione e  
Simone Forloni 2FI

---