Suicidio: Telefono Amico, "il 29% delle richieste d'aiuto arriva da under 26. Petra, "un dato che preoccupa e testimonia disagio giovanile". Gatta, "importante avere un progetto"

Telefono Amico Italia sostiene le persone che hanno bisogno di ascolto attraverso tre canali: il numero unico telefonico nazionale (02 2327 2327), il servizio di chat WhatsappAmico (324 011 7252) e la mail, accessibile attraverso la compilazione di un form anonimo sul sito www.telefonoamico.it. Le oltre 3.700 richieste d'aiuto relative al suicidio ricevute da Telefono Amico Italia nei primi sei mesi del 2023, sono arrivate in gran parte al servizio telefonico (il 73%), seguito da WhatsappAmico (20%) e dalla mail (7%). "Il servizio telefonico – si legge in una nota – è stato utilizzato prevalentemente da uomini (il 52,5%); le donne, invece, preferiscono usare il servizio Whatsapp Amico (il 58% delle chat è avviata da donne) e la Mail@mica (il 63,5% delle persone che scrivono è donna)". Anche per quanto riguarda il parametro generazionale i tre servizi si discostano: "A chiamare sono stati in maggioranza adulti tra i 46 ai 55 anni (il 18,5%) seguiti da persone tra i 26 e i 35 anni (il 17,5%) e tra i 36 e 45 (il 16,5%). A scrivere in chat sono stati, invece, in maggioranza giovani dai 19 ai 25 anni (il 26%), seguiti dalla fascia tra i 26 ai 35 (il 22%) e dai giovanissimi tra i 15 e i 18 anni (19%). Anche la mail è stata usata in prevalenza da giovani tra i 15 e i 18 anni e tra i 19 e i 25 anni (entrambi al 18%), seguiti dagli adulti tra i 46 e i 55 anni (13%)". Nel complesso, considerando tutti e tre gli strumenti di ascolto, il 29% delle richieste d'aiuto relative al suicidio arriva da under 26. "È un dato che preoccupa – commenta la presidente di Telefono Amico Italia, Monica Petra – e che testimonia il grande disagio vissuto dai giovani in questo periodo; disagio che non si manifesta solo nelle segnalazioni legate in maniera specifica al suicidio, ma si traduce in un aumento generale delle richieste di aiuto relative a difficoltà esistenziali e relazionali e che trova purtroppo eco anche negli ultimi gravi fatti di cronaca. Diventa quindi sempre più urgente affrontare il problema e trovare il modo di stare accanto ai più giovani". A offrire uno stimolo di riflessione su come aiutare i giovani a superare in maniera sana i momenti di difficoltà è Michela Gatta, direttore dell'Unità operativa di Neuropsichiatria infantile dell'Azienda Ospedale-Università di Padova: "Avere un progetto più o meno impegnativo e strutturato, possibilmente a breve-medio termine e da realizzarsi insieme ai pari, aiuta a fare sentire i ragazzi attivi, coinvolti, con uno scopo verso cui dirigere e investire le proprie passioni. Progettare significa porsi degli obiettivi, scoprire e sperimentare le proprie competenze, relazionarsi con gli altri al fine di un traguardo comune, sperando così processi che sostengono l'identità, l'autonomia e la responsabilità". "Il periodo che stiamo vivendo sicuramente non aiuta a trovare un equilibrio psicologico e ad arginare preoccupazione e ansia – prosegue Petra – le crisi si susseguono una dopo l'altra e molto spesso sono amplificate da un linguaggio dei media che si focalizza sulla dimensione di crisi e allarme. Questo può avere un impatto negativo sul benessere degli individui, in particolare sui giovani, categoria particolarmente fragile. Bisognerebbe, quindi, recuperare un linguaggio e un atteggiamento che si focalizzino sugli aspetti positivi della vita, che siano in grado di infondere la speranza; speranza che ci permetta di guardare oltre le difficoltà del presente e di ritrovare un senso all'esistenza". Proprio questo senso di speranza nella capacità degli esseri umani di affrontare i grandi cambiamenti indesiderati e la possibilità di considerarli come prospettive per una maturazione personale e sociale sarà il tema del XXII Congresso internazionale Ifotes (International Federation of Telephone Emergency Services), che si terrà in Italia, a Lignano Sabbiadoro dal 18 al 22 ottobre e che avrà come titolo "Winds of Hope – Accettazione e capacità di cambiamento".