
Ucraina: Unicef, il 73% dei giovani di età compresa tra i 14 e i 34 anni dichiara di aver bisogno di un supporto emotivo o psicologico

Secondo un'indagine condotta dall'Unicef tramite U-Report in Ucraina, il 73% dei giovani ucraini di età compresa tra i 14 e i 34 anni dichiara di aver bisogno di un supporto emotivo o psicologico. Tuttavia, solo il 30% di loro ha cercato aiuto. La ricerca mostra anche che i bambini e gli adolescenti vogliono capire meglio le loro emozioni e imparare cosa fare in situazioni di stress. I bambini si trovano ad affrontare sfide enormi in tempo di guerra: la violenza e gli stravolgimenti fanno sì che le loro ansie si moltiplichino. Molti non riescono a comprendere la situazione e guardano ai genitori per avere una spiegazione, osservando le loro reazioni agli eventi e imitando il loro comportamento. In risposta a queste problematiche, è stata lanciata dal Programma sanitario per tutta l'Ucraina, avviato dalla first lady Olena Zelenska in collaborazione con l'Unicef, l'ultima fase della campagna "Come stai?", che mira a migliorare la salute mentale dei bambini e dei genitori in Ucraina. Con il sostegno del ministero dell'Istruzione e della Scienza, le scuole ucraine hanno iniziato il 10 ottobre con una lezione dedicata alla salute mentale intitolata "Come stai?". Durante questa lezione, gli psicologi Svitlana Royz, Katerina Timakina e Iliya Yelisey Kastornikh hanno insegnato agli studenti come riconoscere e gestire le proprie emozioni, nonché quando e come utilizzare le tecniche di auto-aiuto.

M. Chiara Biagioni