

*Vuoi aggiungere qualcosa
sulla tua situazione psicologica?*

Report sulle risposte all'ultima domanda nell'indagine sulla popolazione scolastica nella scuola superiore della provincia di Lecco di fine 2020

A cura di Stefano Laffi

26.3.2021

L'indagine

- **5738 questionari** complessivamente compilati
- **635 presentano una risposta valida a questa domanda**, pari all'11% del totale
- Focus dell'indagine, **Uso dei mezzi di trasporto e sulla percezione di sicurezza**
- Domanda analizzata ***Vuoi aggiungere qualcosa sulla tua situazione psicologica?***

Input dalle altre domande

- **2/3** dei rispondenti **usano i mezzi pubblici** (pullman o treno) per andare a scuola
- **2/3** dei rispondenti **denunciano il mancato rispetto delle norme anti-Covid sui mezzi pubblici**
- **2/3** dei rispondenti **danno un voto inferiore al 6 al senso di sicurezza nell'uso degli stessi**
- Quasi **9** rispondenti **su 10** sostiene che **le norme** di sicurezza anti covid **sono** invece **rispettate a scuola**
- **Poco meno del 50%** dà un voto inferiore al 6 al senso di sicurezza a scuola

Affondo sul quadro psicologico: sintomi

1/3 del nostro campione (cioè 213 rispondenti) esplicita **sintomi di malessere**, soprattutto ansia, stress, attacchi di panico, depressione, tristezza, crolli di pianto, stanchezza continua:

- *Ho sviluppato attacchi di panico frequenti, ansia, incubi ricorrenti, mangio poco e non dormo bene, sono triste.*
- *Quest'anno durante il secondo lockdown ho iniziato ad avere difficoltà respiratorie, insonnia, ansia continua, e faticosamente mantengo la calma.*
- *Crolli continui, depressione che cresce e impossibilità di allontanarsi dai pensieri negativi.*

Patologie e psicoterapie

In alcuni casi quella domanda apre l'esplicitazione dell'insorgenza di una vera e propria **patologia**, e del **ricorso al medico o alla psicoterapeuta**:

- *La situazione è decisamente stressante e resa insopportabile da alcuni professori. Ho perennemente ansia e ho sviluppato anche dalle malattie (dalle quali si guarisce molto difficilmente, o non si guarisce proprio) causate da stress e ansia.*
- *Non sto bene e ho dovuto ricorrere al sostegno di uno psicoterapeuta.*
- *È andata malissimo, da febbraio mi sono ammalata di un disturbo alimentare, la scuola dovrebbe tener conto che ci sono altri problemi e se siamo a casa non significa che bisogna aumentare il carico.*

Alcune risposte sono proprio lettere, pagine di diario, messaggi 'sos'

Questo periodo è stato veramente difficile. Mi sono trovata molto di più in difficoltà rispetto al primo lockdown. Sono molto stressata, ho problemi a prendere sonno la notte, sono del tutto demotivata. La scuola in Dad sembra essere solo una "cozzaglia" di concetti, che vogliono metterci in testa e farci ripetere senza trovare un senso...

Ci svegliamo la mattina, e facciamo tutti le stesse cose, tutti i giorni. Non apprezzo più la scuola come una volta e apprezzo molto di più le piccole e le brevi uscite, quando ne ho occasione...

Credo di avere un disturbo alimentare e da molti anni, ma dall'inizio di tutto, la situazione è peggiorata. Ciò che prima era solo un pensiero negativo su me stessa, ora pesa come un macigno nella mia testa.

La denuncia, ovvero il tradimento dell'adolescenza

- *Noi ragazzi stiamo vivendo questa situazione con difficoltà, ci hanno privato di tutto: le uscite con gli amici, lo sport, anche la scuola... Io chiedo che i professori ci vengano incontro, anche riducendo il carico di studio che è veramente eccessivo!*
- *Il maggiore malessere è dovuto al protrarsi della situazione. Non è normale passare i propri 18 anni chiusi in casa. Non si cresce, così.*
- *Sento il bisogno di vedere in presenza i miei compagni e professori, anche con tutte le norme di distanziamento ecc..., ho psicologicamente bisogno di tornare a fare una "vita sociale".*

La dad, bilancio di un'esperienza/1

- Tornare in classe o restare a casa? Alcune risposte si espongono su questo tema, e chi lo fa sembra spaccato a metà come peso, **quando si vuole tornare è perché non se ne può più della didattica a distanza e del distanziamento fisico, quando si vuole restare a casa è per il timore del contagio**

La dad, bilancio di un'esperienza/2

- Unanime invece il giudizio sulla dad, non funziona come modo di fare scuola, era accettabile nel primo lockdown di un anno fa, non più oggi.
- **Appiattimento dei temi, appiattimento delle discipline in un'unica modalità 'erogativa', appiattimento delle differenze individuali, affaticamento mentale e fisico, difficoltà di concentrazione, rischio di sovraccarico di lavoro, difficoltà di valutazione del lavoro a distanza da parte dei docenti, demotivazione allo studio.**

La dad, bilancio di un'esperienza/3

- Mi sento demotivata nello studio, sento che i miei sforzi non sono considerati e per questo sto perdendo interesse nella scuola.
- Non ho tempo per me. Non ho mai avuto attacchi di ansia e panico così forti, ma per la DAD è precipitato tutto.
- Trovo che la DAD sia un sistema poco efficace in quanto è molto difficile concentrarsi e comprendere gli argomenti, inoltre i problemi di connessioni sono imprevedibili, perciò creano molto stress in quanto le assenze sono difficili da recuperare.
- Tramite le lezioni online sono soggetta a crolli emotivi e uno stress e ansia maggiore rispetto a quello che avevo nelle lezioni in presenza.
- Ho perso interesse per la maggior parte delle materie e degli argomenti, sentendo ancora più pesante il carico di lavoro.
- Faccio molta fatica a seguire le lezioni, la didattica a distanza mi ha portata a distrarmi fino a non ascoltare quasi più i professori e questa cosa mi dispiace perché ci rimetto io e non i docenti.

Se la scuola fa male/1

239 risposte (37%) torna sul tema della scuola, e lo fa denunciando le fatiche:

- *La scuola è la principale causa della mia ansia e del mio stress.*
- *Il malessere psicologico degli studenti è sempre dovuto alla scuola e non aggiungo altro.*
- *Psicologicamente sono decisamente stanco, questo sistema scolastico è tossico. Imparo cose la cui utilità dipende dall'università che frequenterò dopo il liceo, ma non ci insegna nessuno a vivere, non ci insegna nessuno ad affrontare il mondo reale, non ci insegna nessuno a prenderci cura di noi stessi.*
- *È quasi un anno che non andiamo più a scuola, è troppo tempo. È un nostro diritto andare a scuola anche in queste condizioni*

Se la scuola fa male/2

Il problema è chiaro, **l'eccessivo carico scolastico:**

- *Il troppo carico di lavoro costringe a stare davanti al computer o studiare per tutto il giorno, spesso portando a pianti di sfogo.*
- *In cinque anni di liceo non sono mai stata così stressata, veramente, oggi ho avuto tre compiti in classe, e ho almeno un compito al giorno da metà novembre, il carico di lavoro è ingestibile, dormo al massimo quattro ore a notte.*
- *È veramente pesante avere così tanti compiti e carico di studio anche a casa, ci si sente particolarmente oppressi dalla situazione generale ma anche dalle esigenze scolastiche.*

Se la scuola fa male/3

Il dubbio che hanno alcuni è quello di un **atteggiamento quasi punitivo** da parte degli insegnanti:

- *La scuola sta sfruttando troppo la scusa << tanto siete a casa avete più tempo per studiare>>. Perché io, che ho contratto il virus faccio più fatica, ma non solo io, è dall'inizio del mese di novembre che non abbiamo un po' di pace, e staremo così fino alla prossima settimana.*
- *Passare 10 ore ogni giorno a studiare/seguire lezioni non è umano, siamo a casa è vero ma questo non significa che dobbiamo usare la nostra vita solo per piangere sui libri.*
- *Sì, vorrei aggiungere che anche se non si può uscire e avere una vita sociale al di fuori della scuola, gli studenti ovviamente hanno bisogno di staccare per qualche ora nel pomeriggio dalla scuola, altrimenti diventa un problema. Credo che alcuni professori pensano che, dato che siamo a casa "a fare niente", sia giusto darci più compiti e argomenti da studiare e ciò rende la nostra situazione psicologica veramente tragica dato che poi dobbiamo trascorrere tutto il pomeriggio e la sera sui libri.*

Se la scuola fa male/4

- *Ci riempite di verifiche interrogazioni e voti come se non ci fosse un domani. Non è ancora arrivata la fine del mondo, avete tempo e modo, calmi! Ci state facendo impazzire, sono a casa 24h su 24 e fino a mezzanotte faccio SCUOLA tutto il giorno, tutti i giorni. Non è vita, solo ansia di non riuscire a terminare gli argomenti, e ansia di fare le interrogazioni, solo e unicamente questo mi rimane di questa esperienza snervante.*
- *La formazione è diventata esclusivamente impuntata sulle scadenze e sui voti. Noi alunni sappiamo solo copiare e sappiamo solo prendere in giro per ogni prof. Le verifiche sono il doppio più lunghe e più difficili perché di ragionamento (poiché noi senno sappiamo solo copiare). Non esiste più fiducia, ne relazione...personalmente mi stanno distruggendo. Proprio come persona anche perché si viene solo criticati, cosa che nel primo lockdown non accadeva.*
- *I prof devono mettersi nei nostri nei nostri panni. Se una situazione del genere dovesse ricapitare a breve.... pretendo una maggiore attenzione per noi e per la nostra salute soprattutto mentale.*

La mia ipotesi interpretativa

Nella prospettiva degli studenti e delle studentesse è una scuola che, soprattutto in questa seconda stagione del confinamento, dall'autunno 2020, non ha saputo leggere la situazione e capire quale fosse il suo ruolo, ha finto comprensione ma poi ha provato a fare come sempre, senza reinterpretarsi, e ha finito nel vedere lo studio da casa come un privilegio - non come una privazione - da sanzionare con più lavoro, senza pensare ai risvolti psicologici della situazione.

Ma per fortuna...

*Nah io sto bene, le canne e l'amore
impossibile mi tengono impegnato.*