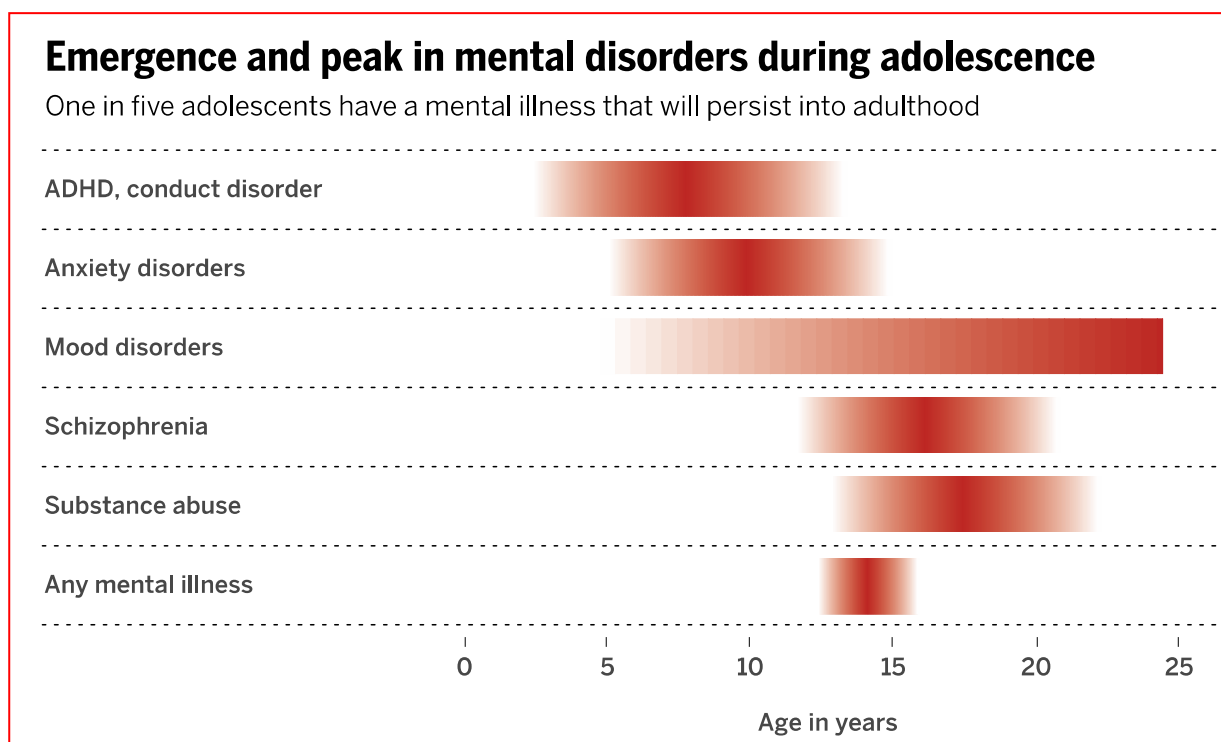


SEGNI PRECOCI DI CRISI IN AMBIENTE SCOLASTICO

Gli insegnanti sono spesso in prima linea: passano con i ragazzi la maggior parte della giornata e possono notare cambiamenti che a volte sfuggono persino in famiglia.

Il tema degli interventi precoci è diventato il focus principale degli obiettivi di salute e di benessere dell'individuo. I bisogni di cura spesso precedono una diagnosi formale. Nel campo della salute mentale è importante rivolgere il focus sui giovani di età compresa tra **13-25 anni**, sviluppando una nuova cultura e lottando contro tanti fenomeni che oggi interessano la soggettività e le relazioni, lasciando emergere molti comportamenti problematici che, al di fuori di una immediata medicalizzazione, necessitano di attenzione ed interpretazione. Il mondo dell'istruzione rappresenta il contesto ideale per tale lettura.

“La maggior parte dei disturbi mentali esordiscono in adolescenza: nel 75% dei casi, prima dei 24 anni.”



Allo stato, appare particolarmente utile fornire le informazioni necessarie a porsi di fronte alle manifestazioni cliniche dell'adolescente con maggiori competenze, in modo da avere una bussola per navigare in acque che appaiono spesso molto tempestose, soprattutto, in quanto in quel contesto, curare la salute psichica dell'adolescente assomiglia al tentativo di fotografare un fenomeno in veloce movimento.

Le straordinarie **trasformazioni ambientali** degli ultimi quindici anni e lo **sviluppo delle tecnologie** hanno determinato impatti rilevanti, soprattutto in un'età per sua natura caratterizzata da rapidi e profondi cambiamenti come l'adolescenza. Le drammatiche fratture degli ultimi anni (**crisi economica, pandemia, ed oggi le guerre**) hanno complicato il quadro, favorendo un clima di incertezza.

Tutto questo ha favorito l'emergere di nuove condizioni cliniche che ci interrogano e ci stimolano.

L'adolescenza è un periodo della vita umana del tutto singolare, caratterizzato dal difficile equilibrio tra potenzialità ancora inesprese e fragilità.

Quell'epoca della vita è caratterizzata da una accelerazione nella trasformazione corporea e nella maturazione dei sistemi neurobiologici che danno il via alle transizioni psicologiche e di ruolo. Negli anni dell'adolescenza il nostro cervello è particolarmente "malleabile" e recettivo agli stimoli che giungono dall'ambiente esterno. Il periodo adolescenziale scolpisce il nostro cervello, ne potenzia alcune competenze a discapito di altre. Oltre ai cambiamenti fisici e cognitivi si modulano le competenze relazionali, affettive ed emotive. Si struttura il senso di sé, la capacità di tollerare le frustrazioni, di investire nel futuro, di accogliere la relazione con l'altro.

L'adolescente naviga sempre sul confine tra sensibilità e fragilità.

In sintesi: l'Adolescenza espone il cervello in un cantiere ricco di stimoli e di stress. Essa non è solo una fase di passaggio, ma un momento di profonda ristrutturazione biologica.

Provando a definire una sintesi del discorso sviluppato sopra serve considerare fenomeni quali:

- *Neuroplasticità* (Malleabilità): Il cervello degli adolescenti è come "creta fresca". Attraverso il *pruning* (potatura sinaptica), il cervello elimina le connessioni inutilizzate per potenziare quelle più efficaci.
- *Opportunità e Rischio*: Questa plasticità rende i ragazzi velocissimi nell'apprendere, ma anche estremamente vulnerabili agli stress (fisici, emotivi, tossici).
- *La Costruzione del Sé*: In questa fase si stabilizzano competenze cruciali: la gestione delle frustrazioni, la capacità di relazionarsi con l'altro e l'investimento nel futuro.

Oggi i ragazzi vivono in un contesto che ha stravolto i punti di riferimento classici. Il disagio spesso scorre sottotraccia (come un fiume carsico) prima di esplodere.

Le Sfide Ambientali sono rappresentate dall'incertezza Globale (Crisi economica, pandemia e guerre). Molti ragazzi si definiscono "*Doomers*": giovani convinti di ereditare un mondo ormai compromesso. A questo fenomeno si aggiunge l'iper-sviluppo Tecnologico (La vita digitale ha ridotto gli spazi di socializzazione fisica ed ha alterato il ritmo sonno-veglia). Fenomeni di bullismo, di aggressività comportamentali, esposizione alla Pornografia, etc., profondamente lo sviluppo affettivo e la percezione delle relazioni.

I Nuovi Segnali di Allarme: rispetto alle generazioni precedenti, gli adolescenti di oggi sono più isolati (meno tempo con amici, meno sport), meno propensi alle tappe di autonomia (es. prendere la patente, etc.), più esposti a iper-allerta e ansia, con un aumento vertiginoso di disturbi alimentari e disturbi relazionali.

Segni di avvertimento precoci:

- Ritiro sociale
- Ansia e tensione interiore
- Irritabilità
- Deflessione del tono dell'umore
- Difficoltà di concentrazione, attenzione e memoria
- Disturbi del pensiero (instabili idee di riferimento, pensieri interferenti, blocco del pensiero, pressione dei pensieri, sospettosità)
- Disturbi percettivi semplici e complessi (alterazione dell'aspetto delle cose, nei rumori, nell'olfatto, nel gusto o sensazioni strane sulla pelle; allucinazioni percettive che il paziente è in grado di mettere in dubbio)
- Disturbi del linguaggio recettivo ed espressivo
- Perdita di controllo e della padronanza di sé (sensazione che qualcosa in loro o attorno a loro stia cambiando)

Condizioni che possono portare ad una progressiva compromissione del funzionamento nei vari ambiti della vita quotidiana (relazionale, cognitivo, scolastica, lavorativa).

Prevenzione e Intervento: Il Ruolo della Scuola

La psicopatologia in adolescenza non è un destino segnato, ma un fenomeno che interagisce con lo sviluppo.

- **Il Paradosso della Diagnosi:** Spesso si fatica a riconoscere un disturbo psichico in un giovane ("è solo una fase"), col risultato che solo una minoranza riceve cure adeguate.
- **Intervenire in Tempo:** Grazie alla neuroplasticità, un intervento precoce può "curvare" la traiettoria evolutiva, limitando i danni a lungo termine.
- **Lo Sguardo del Docente:** Occorre un approccio **pragmatico e inclusivo**. Gli insegnanti devono essere "sentinelle" capaci di integrare sensibilità diverse per accompagnare i ragazzi in questo passaggio difficile.

In sintesi: Punti chiave per i Docenti

Concetto	Cosa significa per la scuola
Cervello Malleabile	Grande potenziale di recupero, ma estrema sensibilità allo stress.
Effetto Pandemia	Ha amplificato solitudine, disturbi del sonno e ritiro sociale.
Generazione Doomer	Pessimismo sul futuro che blocca l'iniziativa e lo studio.
Diritto alla Cura	La salute mentale vale quanto quella fisica: non va ignorata.

1. Indicatori Generali di Disagio (I "Campanelli d'Allarme")

Prima ancora di specifiche patologie, il disagio si manifesta attraverso cambiamenti nel comportamento abituale. Tra i tanti poniamo l'attenzione sui quattro prevalenti:

1. **Ritiro Sociale**
2. **Il Calo del Rendimento**
3. **Alterazioni dell'Umore**
4. **Segnali Fisici**

Sviluppandone la materia singolarmente si possono delineare aree di osservazione e di intervento specifici:

Sezione 1 – Il Ritiro Sociale:

Rappresenta la tendenza a isolarsi dai compagni, rifiuto di partecipare ad attività di gruppo o prolungato silenzio in classe. Il ritiro sociale nell'adolescenza è un fenomeno complesso che va ben oltre la semplice "timidezza". Oggi viene spesso inquadrato attraverso il concetto di **Hikikomori** (termine giapponese che significa "stare in disparte"), ma a scuola si manifesta con sfumature diverse che richiedono un'osservazione attenta.

La Fenomenologia del Ritiro a Scuola

Il ritiro non avviene quasi mai all'improvviso. Esso è un processo di "disinvestimento" dal mondo esterno che attraversa diverse fasi:

- *1. Il Segnale Invisibile: Il "Ritiro in Presenza"*
 - Prima di smettere di venire a scuola, il ragazzo spesso si ritira psicologicamente pur essendo fisicamente in aula.
 - Prolungato Silenzio: Non è il silenzio di chi ascolta, ma di chi è "altrove". Il ragazzo non interviene mai, non incrocia lo sguardo dei docenti e sembra schermato da una bolla.
 - Postura e Linguaggio del Corpo: Spesso cercano di rendersi invisibili (spalle curve, cappuccio alzato, sguardo fisso sul banco o sul telefono spento).

- Intervallo "Solitario": Mentre i compagni socializzano, lo studente resta al banco o si rifugia in bagno per evitare l'interazione.
- **2. Il Rifiuto delle Attività di Gruppo**
 - L'adolescente che soffre di ritiro sociale percepisce il gruppo come un luogo di giudizio paralizzante.
 - Ansia Sociale: Il timore di essere osservato, valutato o deriso diventa insopportabile.
 - Evitamento Strategico: Chiedere di andare in bagno durante i lavori di gruppo, darsi malato il giorno delle gite o delle assemblee d'istituto.
- **3. L'Assenteismo Selettivo e il Drop-out**
 - È l'ultima fase, la più critica.
 - Le assenze iniziano a diventare frequenti, spesso concentrate nelle prime ore del mattino (difficoltà a scendere dal letto e affrontare il mondo).
 - Il passaggio dalla "fobia scolare" al ritiro sociale completo: il ragazzo smette di uscire di casa e si rifugia nella propria stanza, spesso invertendo il ritmo sonno-veglia.

Le Cause Sottostanti

- È fondamentale che gli insegnanti comprendano che il ritiro non è pigrizia, ma un meccanismo di difesa. Esso può dipendere dalla *pressione al Successo* (Il timore di non essere all'altezza delle aspettative scolastiche, sociali, estetiche).
- **Crollo dell'Ideale:** L'adolescente vede una discrepanza enorme tra chi vorrebbe essere e chi sente di essere; il ritiro serve a "congelare" l'immagine di sé per non subire fallimenti reali.
- **Iper-connessione Digitale:** Internet diventa l'unico luogo "sicuro" dove interagire senza l'esposizione diretta del corpo e del volto (rifugio nel gaming o nei social).

Strategie per l'Insegnante: Come Intervenire

- L'obiettivo non è "forzare" il ragazzo a parlare, ma ricostruire un ponte di fiducia.
- **Validazione, non Pressione:** Evitare frasi come "Dai, sforzati di stare con gli altri". Meglio un approccio discreto: "Ho notato che ultimamente sei molto silenzioso, sappi che io ci sono se vuoi fare due chiacchiere".
- **Compiti Personalizzati:** Se il lavoro di gruppo è fonte di angoscia, permettere inizialmente allo studente di lavorare in coppia con un compagno "ponte" (scelto tra i più empatici) o individualmente, per poi reinserirlo gradualmente.
- **Monitoraggio delle Assenze:** Non sottovalutare le prime assenze saltuarie. Contattare la famiglia con uno spirito collaborativo ("Siamo preoccupati per X") e non burocratico ("X sta facendo troppe assenze").

- **Inclusione Digitale:** A volte, permettere allo studente di contribuire attraverso strumenti digitali può essere il primo passo per farlo sentire di nuovo parte della classe.

- **Tabella di Sintesi per i Docenti**

• Fase	• Comportamento	• Azione Consigliata
• Lieve	• Silenzio, evitamento dello sguardo.	• Colloquio privato empatico; valorizzazione dei suoi interessi.
• Moderata	• Rifiuto di lavori di gruppo, isolamento in ricreazione.	• Assegnazione di piccoli ruoli di responsabilità non esposti al giudizio.
• Grave	• Assenze frequenti, ritiro totale.	• Attivazione immediata del protocollo con psicologo scolastico e famiglia.

Sezione 2 - Calo del Rendimento

Si manifesta attraverso un improvviso e inspiegabile peggioramento dei voti o una perdita di interesse per materie precedentemente amate. Il calo del rendimento scolastico è spesso il primo segnale visibile di un malessere profondo. Per un insegnante, è fondamentale distinguere tra una normale "flessione" dovuta a una lacuna didattica e un calo sintomatico, che è invece la spia di un disagio psicologico o relazionale.

La Natura del Calo: Quando preoccuparsi?

Il rendimento scolastico non è un valore statico, ma diventa un indicatore clinico quando presenta queste caratteristiche:

- **Improvvisazione:** Il peggioramento avviene in un arco di tempo ristretto (poche settimane o mesi).
- **Trasversalità:** Non riguarda solo una materia difficile, ma investe l'intero spettro delle discipline.
- **Perdita di Interesse (Anedonia Scolastica):** Lo studente smette di investire emotivamente in materie per cui mostrava passione o talento, manifestando un atteggiamento di "noncuranza" o distacco.

Le Cause Sottostanti

Un calo del rendimento non è quasi mai mancanza di volontà, ma spesso l'esito di un conflitto interno.

1. Il Peso della "Paralisi da Perfezionismo"

Paradossalmente, molti ragazzi smettono di studiare per paura del fallimento. Se il ragazzo sente di non poter eccellere come richiesto dalle aspettative (proprie o dei genitori), preferisce "ritirarsi dal gioco" non studiando affatto. In questo modo, il brutto voto è giustificato dal disimpegno e non da una mancanza di capacità, preservando un'immagine di sé fragile.

2. Deficit di Concentrazione da Stress (Iper-allerta)

Come indicato nel testo precedente sul "fiume carsico", se un adolescente vive in uno stato di ansia costante o di privazione di sonno (spesso legata all'uso notturno dei social), il suo cervello entra in modalità sopravvivenza. Le funzioni cognitive superiori — memoria, attenzione e pianificazione — sono le prime a "spegnersi" a favore di una vigilanza emotiva.

3. Esordio di Disturbi dell'Umore

Il calo dei voti è uno dei criteri diagnostici principali per la depressione adolescenziale. A differenza degli adulti, i ragazzi depressi possono non sembrare tristi, ma irritabili, lenti nei movimenti o incapaci di prendere decisioni semplici.

4. Il Ruolo del Gruppo e del Bullismo

Il calo può essere un tentativo di "omologazione" al basso per non apparire diversi dai compagni, o la conseguenza di un clima di classe ostile (cyberbullismo) che rende la scuola un luogo di minaccia anziché di apprendimento.

Strategie di Osservazione per i Docenti

L'insegnante può agire come un sensore precoce attraverso queste azioni:

- **Analisi della "Qualità" dell'Errore:** Lo studente sbaglia perché non sa, o sbaglia perché è distratto, confuso o rallentato? Gli errori da "vuoto mentale" sono diversi dalle lacune di studio.
- **Il Colloquio di Feedback:** Invece di chiedere "Perché non hai studiato?", provare con: *"Ho notato che ultimamente fai fatica a concentrarti come prima. C'è qualcosa che ti preoccupa o che rende lo studio più pesante del solito?"*
- **Scomposizione degli Obiettivi:** Per i ragazzi in crisi, il programma annuale appare come una montagna insormontabile. Aiutarli a vedere piccoli obiettivi a breve termine può ridurre l'ansia da prestazione.

Sintesi: Indicatori di Rischio vs. Problemi Didattici

Fattore	Problema Didattico	Disagio Psicologico (Sintomatico)
Ambito	Limitato a una o due materie.	Esteso a tutto il consiglio di classe.

Fattore	Problema Didattico	Disagio Psicologico (Sintomatico)
Atteggiamento	Lo studente chiede aiuto o spiegazioni.	Lo studente è apatico, rassegnato o irritabile.
Partecipazione	Attivo in classe, ma male nelle verifiche.	Passivo o assente (fisicamente o mentalmente).
Sforzo	Prova a studiare ma non capisce.	Non riesce nemmeno a iniziare il compito.

Sezione 3 - Alterazioni dell'Umore

Sono caratterizzati da irritabilità eccessiva, scatti d'ira immotivati o, al contrario, apatia e appiattimento emotivo.

Le alterazioni dell'umore in adolescenza sono tra i segnali più difficili da decifrare per un insegnante, poiché spesso vengono confuse con la classica "ribellione giovanile" o con tratti caratteriali. Tuttavia, quando queste oscillazioni diventano estreme, rigide o prolungate, smettono di essere fisiologiche e diventano espressione di un disagio psichico.

Ecco un approfondimento strutturato su come queste alterazioni si manifestano nel contesto scolastico.

Le Due Facce dell'Alterazione Emotiva

A scuola, il disagio emotivo tende a polarizzarsi in due direzioni opposte: *l'esternalizzazione* (rabbia e reattività) e *l'internalizzazione* (apatia e ritiro).

1. L'Irritabilità e la "Rabbia Depressiva"

A differenza degli adulti, negli adolescenti la depressione e l'ansia non si manifestano sempre con la tristezza, ma spesso con *l'irascibilità*.

- *Scatti d'ira immotivati*: Reazioni sproporzionate a piccoli stimoli (un richiamo dell'insegnante, un brutto voto, un commento di un compagno).
- *Oppositorietà*: Lo studente sfida l'autorità del docente non per convinzione ideologica, ma come meccanismo di difesa contro un senso di inadeguatezza.
- *Iper-reattività*: Il ragazzo appare sempre "sui carboni ardenti", pronto a scattare o a percepire ostilità anche dove non c'è.

2. L'Apatia e l'Appiattimento (Anedonia)

Questo è il versante più silenzioso e, per certi versi, più preoccupante, perché meno disturbante per la gestione della classe.

- *Perdita di slancio*: Lo studente sembra "spento". Non manifesta entusiasmo per le attività piacevoli, non sorride, parla con un tono di voce monocorde.

- *Sguardo vacuo*: La sensazione che il ragazzo sia presente fisicamente ma emotivamente scollegato da ciò che accade intorno a lui.
- *Disinteresse sociale*: Non prova più piacere nell'interagire con i compagni, isolandosi in un limbo di indifferenza.

Cosa può fare l'Insegnante in classe?

Gestire un'alterazione dell'umore richiede una grande tenuta emotiva da parte del docente.

Davanti all'Irritabilità/Rabbia:

- *De-escalation*: Evitare lo scontro frontale davanti alla classe. La sfida pubblica costringe l'adolescente a non fare marcia indietro per non perdere la faccia.
- *Rimandare il confronto*: "Vedo che ora sei molto arrabbiato e non riusciamo a parlarne bene. Riprendiamo il discorso a fine ora, con calma".
- *Cercare il bisogno sotto la rabbia*: Spesso la rabbia maschera un forte senso di ingiustizia o di dolore.

Davanti all'Apatia/Appiattimento:

- *Sollecitazioni gentili*: Non forzare la partecipazione, ma far sentire che la presenza dello studente è notata e apprezzata. "Mi fa piacere vederti oggi, mi interessa sapere cosa ne pensi di questo argomento quando te la senti".
- *Monitoraggio dei cambiamenti*: Se l'apatia dura da più di due settimane e si accompagna a un calo dell'igiene personale o del rendimento, è necessario segnalare il caso allo psicologo scolastico.

Tabella di Confronto per l'Osservazione

Segnale	Manifestazione Tipica	Cosa suggerisce
Iper-reattività	Risposte brusche, tono polemico, lancio di oggetti.	Stato di ansia elevato o fragilità narcisistica.
Apatia	Mancata consegna dei compiti, sonnolenza, isolamento.	Possibile esordio depressivo o demotivazione profonda.
Labilità Emotiva	Passaggio repentino dal riso al pianto o alla rabbia.	Difficoltà nella regolazione emotiva (tipica di molti disturbi di personalità).

Sezione 4 - Segnali Fisici:

Essa si può presentare attraverso una "*Stanchezza cronica*" (spesso dovuta a disturbi del sonno), Una maggiore *trascuratezza nell'igiene personale* o "*tracce di autolesionismo*" (es. vestirsi sempre con maniche lunghe anche in estate).

Il corpo parla spesso quando la voce non riesce a dare un nome al dolore. Nel contesto scolastico, i segnali fisici sono indicatori preziosi perché sono **oggettivi**: non dipendono da ciò che il ragazzo dice, ma da ciò che il suo corpo mostra (o tenta di nascondere).

Analiticamente proviamo a porre attenzione ad ognuno di questi punti:

1. Stanchezza Cronica e Alterazioni del Sonno

A scuola, la privazione di sonno non è quasi mai solo una questione di "ore piccole" davanti ai videogiochi; è spesso il sintomo di un'iper-attivazione ansiosa o di un ritiro depressivo.

- *Sonnolenza in classe*: Addormentarsi sul banco o mostrare un costante rallentamento psicomotorio (movimenti lenti, eloquio faticoso).
- *Difficoltà di concentrazione*: Il cervello privato del sonno non riesce a fissare i concetti. Lo studente appare "nebbioso" o assente.
- *Vampirismo Energetico*: Spesso questi ragazzi invertono il ritmo circadiano (restano svegli di notte perché è l'unico momento di silenzio e assenza di aspettative sociali) e arrivano a scuola esausti.

2. Trascuratezza dell'Igiene e dell'Aspetto

L'adolescenza è l'età della cura estrema dell'immagine. Quando un giovane smette improvvisamente di curarsi, siamo di fronte a un segnale di rottura importante.

- *Abbandono della cura di sé*: Capelli visibilmente sporchi, abiti sgualciti o non lavati per giorni, odore corporeo pungente.
- *Cambiamento dello stile*: Un passaggio repentino da uno stile curato a una trascuratezza totale può indicare che il ragazzo non sente più il proprio corpo come degno di valore o che ha perso la speranza di essere "visto" positivamente dagli altri.
- *Il corpo*: Nella depressione, anche lavarsi o vestirsi diventa un compito cognitivo e fisico insormontabile.

3. L'Autolesionismo (Cutting e altri segnali)

L'autolesionismo non è un tentativo di suicidio, ma un tentativo di *gestire un dolore emotivo insopportabile* trasformandolo in dolore fisico, che è più facile da localizzare e controllare.

- *Abbigliamento "Schermante"*: Indossare felpe o maniche lunghe anche con 30°C, rifiutarsi di cambiarsi per l'ora di educazione fisica o di partecipare a gite che prevedono l'uso di indumenti corti.
- *Accessori strategici*: Uso eccessivo di polsini, braccialetti o cerotti sospetti per coprire i polsi.

- *Tracce visibili:* Oltre ai tagli (cutting), prestare attenzione a bruciature, abrasioni o lividi frequenti che lo studente giustifica in modo vago o poco credibile ("è stato il gatto", "sono caduto").

Cosa deve fare l'insegnante? (Protocollo di Osservazione)

Il corpo è un confine sacro. L'approccio del docente deve essere di **estrema delicatezza** per evitare di far sentire il ragazzo "sotto indagine".

1. *Annotare la frequenza:* Una giornata di stanchezza capita a tutti. Una trascuratezza che dura settimane è un segnale.
2. *L'approccio "Privato":* Mai fare domande sui segni fisici davanti alla classe. Se si notano tagli o una trascuratezza grave, parlarne in un momento protetto.
3. *Usare frasi aperte:* *"Ti vedo molto stanco ultimamente, mi sembri affaticato. C'è qualcosa che disturba il tuo riposo?"* oppure *"Ho notato che tieni sempre la felpa anche quando fa molto caldo, c'è qualcosa che ti fa sentire a disagio?"*
4. *Non forzare la vista:* Se sospettate autolesionismo, non chiedete mai di "mostrare i polsi". È un atto invasivo che rompe la fiducia. Segnalate invece il sospetto al referente della salute o alla famiglia.

Tabella Riassuntiva per i Docenti

Segnale Fisico	Cosa osservare	Cosa potrebbe nascondere
Sguardo/Viso	Occhiaie profonde, colorito spento, sguardo fisso.	Ansia, insonnia, uso di sostanze o depressione.
Abbigliamento	Inappropriato per la stagione (troppo coprente).	Autolesionismo, dismorfofobia o traumi pregressi.
Igiene	Odore forte, capelli trascurati, vestiti sporchi.	Grave episodio depressivo o incuria familiare.
Postura	Chiusa, "accasciata" sul banco, testa tra le mani.	Senso di sopraffazione, vergogna o stanchezza estrema.

Focus su Specifiche Condizioni

In ambito scolastico, alcune patologie emergono con maggiore frequenza durante l'adolescenza.

Disturbi dell'Umore e Ansia

- *Depressione Flessibile:* Negli adolescenti la depressione non è solo tristezza; spesso appare come *rabbia o noia estrema*.
- *Ansia da Prestazione:* Crisi di pianto prima di una verifica, assenteismo strategico nei giorni di interrogazione o perfezionismo paralizzante.

Disturbi del Comportamento Alimentare (DCA)

- Eccessiva preoccupazione per il peso, commenti negativi sul proprio corpo o rituali rigidi durante la ricreazione (es. sminuzzare il cibo o evitare di mangiare davanti agli altri).

Ritiro Sociale Grave (Hikikomori)

- Aumento esponenziale delle assenze, tendenza a vivere esclusivamente nella dimensione digitale e progressivo distacco dalla realtà scolastica fisica.

Primi Segnali Psicotici (Esordi)

- Discorsi disorganizzati, sospettosità eccessiva verso compagni o docenti (paranoia), o percezioni sensoriali anomale. È fondamentale intervenire precocemente in questi casi.

In sintesi: Il Ruolo del Docente: Cosa fare (e cosa evitare)

È importante definire il perimetro d'azione dell'insegnante per non sovraccaricarlo di responsabilità cliniche.

Le iniziative da intraprendere:

Osservare: Notare i cambiamenti nel tempo

Ascoltare: Offrire uno spazio di ascolto empatico.

Segnalare: Informare il referente salute o la famiglia.

Fare rete: Collaborare con il CIC (Centro Informazione e Consulenza).

Cosa Evitare

Diagnosticare: Evitare di etichettare lo studente

Giudicare: Non sminuire i problemi ("È solo l'età").

Sostituirsi: Non tentare di fare il terapeuta.

Mantenere segreti: Se c'è rischio per la vita, la riservatezza cede il passo alla sicurezza.

Un approccio utile per gli insegnanti è quello della "**Pedagogia dell'Errore e della Fragilità**": far capire ai ragazzi che la scuola è un luogo sicuro dove poter manifestare la propria vulnerabilità senza essere penalizzati nel voto.