

**MALESSERE GIOVANILE PERCEPITO E PROSPETTIVE FUTURE:
UN QUESTIONARIO TRA GLI STUDENTI DI SCUOLA SECONDARIA
SUPERIORE DELLA CITTÀ METROPOLITANA DI MILANO**

Antonella Bodini¹, Isabella Gagliardi¹, Alessandro Albizzati², Giuseppe Ponzini³, Giusi Sellitto²,
Ivana Lazzarini⁴

¹“Istituto di Matematica Applicata e Tecnologie Informatiche E. Magenes”, CNR, Milano

²ASST Santi Paolo e Carlo, Milano

³“Istituto di Ricerche sulla Popolazione e le Politiche Sociali”, CNR, Brindisi †

⁴“ItaliaAdozioni” APS, Cernusco sul Naviglio, Milano

Indirizzo per corrispondenza: antonella.bodini@cnr.it

**PERCEIVED YOUTH MALAISE AND
FUTURE PROSPECTS: A SURVEY AMONG
SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN THE
METROPOLITAN CITY OF MILAN**

Key words

Perceived youth distress, Hope for the future, Social support, Psychological support, Test Anxiety

Abstract

Introduction - Due to COVID-19, Italy experienced the longest period of school closures in Europe. This prolonged period of uncertainty may have affected adolescents, leaving them with a negative outlook on their future.

Objective - To assess the feasibility of a shared approach that combines the clinical expertise of family paediatricians and the perspectives of parents in the early identification of potential disorders in children by using standard clinical practice tools.

Study design - Within the NASCITA birth cohort, in addition to the family paediatrician's clinical evaluation, the M-CHAT-R was completed by parents to assess their child's language, social skills, behaviour and sensory areas. Parents were also asked to complete the PSI-SF to verify the magnitude of stress in the parent-child system. Univariate and multivariate analyses were performed to evaluate the association between child and parental characteristics and the presence of warning signs.

Results - The follow-up assessment was completed for 435 infants: 69 (15.8%) presented warning signs: 43 in the paediatrician's assessment and 36 in the M-CHAT-R (10 in both). A total of 16 children (14 with warning signs) received a diagnosis after a specialist evaluation. Being male (OR = 2.42, 95% CI: 1.20-4.86) and having sleep disorders (OR = 2.48, 95% CI 1.19-5.71) was asso-

ciated with a greater likelihood of warning signs in the multivariate analysis, while reading aloud was a protective factor (not exposed versus exposed, OR = 3.14; 95% CI 1.60-6.17). For 73 children (18.4%), at least one parent tested positive for PSI-SF. An increased prevalence of parental distress was observed in children with warning signs (OR 2.36, 95% CI 1.27-4.37).

Conclusions - Integrating physician and parental perspectives during well-child visits and in clinical practice appears feasible and may improve the identification of children at risk of developmental disorders.

RIASSUNTO

Introduzione - A causa del Covid-19, l'Italia ha registrato il periodo più lungo di chiusura delle scuole in Europa. Questo lungo periodo di incertezza potrebbe aver influenzato gli adolescenti, lasciandoli con una prospettiva negativa verso il loro futuro.

Obiettivi - Indagare il grado di percezione del malessere giovanile tra gli adolescenti e se questo influenzi le loro aspettative per il futuro.

Materiali e metodi - L'associazione “ItaliaAdozioni” APS ha promosso un sondaggio *online* tra gli studenti delle scuole superiori della Città metropolitana di Milano per dar loro modo di esprimersi sul malessere giovanile e sulla speranza nel futuro. Tramite un'analisi di regressione logistica multipla abbiamo esplorato l'associazione tra queste due istanze, tenendo conto di altre variabili generalmente legate alla capacità degli adolescenti di proiettarsi nel futuro.

Risultati - Al sondaggio hanno aderito 363 studenti. Circa il 40% degli intervistati ha dichiarato di avere poca o nessuna fiducia nel futuro e quasi tutti gli intervistati hanno riconosciuto l'esistenza di un certo grado di malessere giovanile. L'analisi di regressione ha mostrato che la per-

cezione del disagio giovanile è un predittore significativo del livello di speranza nel futuro, tenuto conto anche della qualità delle relazioni con i coetanei al di fuori della scuola, della presenza di adulti o familiari come figure di riferimento con cui confidarsi, dell'accesso al supporto psicologico e dell'ansia legata alle verifiche scolastiche.

Conclusioni - Stando ai risultati ottenuti, una maggiore attenzione alla salute mentale già nell'ambiente scolastico, l'implementazione di programmi di *mentoring*, di interventi formativi per potenziare la resilienza e supportare gli studenti che sperimentano ansia da esame, il potenziamento del supporto sociale a scuola e l'introduzione della terapia cognitivo-comportamentale potrebbero migliorare il benessere degli adolescenti.

INTRODUZIONE

La pandemia di Covid-19 ha sollevato serie preoccupazioni sul benessere di bambini e adolescenti, soprattutto per le prolungate e ricorrenti chiusure delle scuole. L'impatto sulla salute mentale degli studenti è stato per molti versi negativo, con un aumento degli accessi al Pronto Soccorso e dei ricoveri per problemi psicologici^{1,2}.

Salute mentale e benessere psicologico sono strettamente legati a speranza e ottimismo, risorse fondamentali per gli adolescenti nella costruzione della loro visione del futuro^{3,4}.

Il contesto attuale, caratterizzato da pandemia, crisi economica e instabilità globale, ha generato un clima di incertezza che indebolisce la fiducia dei giovani di poter realizzare i loro obiettivi^{5,6}, favorendo anche la crescita del fenomeno del ritiro sociale⁷. In Italia, il malessere giovanile è recentemente emerso nel dibattito pubblico, con gli studenti che chiedono pubblicamente maggiore attenzione alla loro salute mentale, percependo un sistema scolastico e familiare troppo esigente e distaccato⁸.

Nell'ambito dei propri obiettivi statutari, "ItaliaAdozioni" APS ha promosso, nel 2022, un'indagine tra gli studenti delle scuole superiori della Città metropolitana di Milano per dar loro modo di esprimersi sul disagio giovanile e sulle loro speranze per il futuro.

In questo studio presentiamo un'analisi preliminare dei dati raccolti, utilizzando una regressione multipla per indagare l'associazione tra disagio e speranza nel futuro, tenendo anche conto di variabili socio-demografiche, scolastiche, di supporto sociale e di benessere psicologico, generalmente legate alla capacità di proiettarsi nel futuro⁹⁻¹¹.

I risultati sono discussi con un *focus* sulle applicazioni cliniche, evidenziando strategie di supporto psicologico e prevenzione del disagio mentale in ambito scolastico e familiare nel contesto italiano.

MATERIALI E METODI

L'iniziativa

Nel 2022 "ItaliaAdozioni" APS ha avviato una iniziativa volta a fornire agli adolescenti uno strumento di espressione dei loro desideri e malesseri. Gli strumenti individuati sono stati un questionario da somministrare

nelle scuole secondarie di secondo grado della Città metropolitana di Milano e un convegno aperto alla cittadinanza, ispirato ai risultati dell'indagine¹² e animato da studenti e giovani adulti. "ItaliaAdozioni" ha affidato la definizione del questionario a un Comitato Scientifico costituito da alcuni dei presenti autori e dal professore Marco Erba, insegnante di scuola secondaria superiore e scrittore.

Il questionario individuale¹² è stato implementato con *Google Forms* e il *link* di accesso è stato inviato per la distribuzione all'Ufficio Scolastico Territoriale di Milano. I dati sono stati raccolti tra il 24 maggio e il 4 agosto 2022. Nella lettera di invito ai Dirigenti Scolastici sono state fornite informazioni complete su "ItaliaAdozioni" APS e sullo scopo dell'iniziativa. L'invito specificava che il questionario era anonimo, non raccoglieva dati identificativi o sensibili, che le domande erano formulate per ridurre al minimo il rischio di re-identificazione e che i risultati sarebbero stati utilizzati per l'organizzazione della conferenza e per scopi di divulgazione scientifica. Nella pagina iniziale del questionario *online* è stato chiesto ai partecipanti di indicare il proprio consenso contrassegnando una dichiarazione di partecipazione su base volontaria. Lo studio è stato condotto in conformità con la Dichiarazione di Helsinki e nel rispetto del Regolamento generale sulla protezione dei dati (GDPR-2016/679) dell'Unione Europea. Lo studio è stato approvato dall'Autorità indipendente per l'infanzia e l'adolescenza della Lombardia (prot. n. 0006677 MJB 3.17.7.1/261 202201153, del 16 maggio 2022).

Analisi statistica

L'associazione tra variabili categoriche è stata investigata con il test del chi-quadrato e con l'analisi dei residui standardizzati, utilizzando un livello di significatività del 5%. Quando appropriato, si è utilizzato il test di Cochran-Armitage. Un'analisi logistica multipla è stata condotta per determinare i fattori congiuntamente associati al livello di fiducia nel futuro, dicotomizzato in "almeno abbastanza fiducia" vs "poca o nessuna fiducia". Il modello è stato valutato con le consuete diagnostiche (test di Hosmer-Lemeshow e area sotto la curva ROC). Tutte le analisi sono state eseguite utilizzando il *software* statistico R, versione 4.2.2¹³.

RISULTATI

Caratteristiche generali del campione

Sono stati compilati complessivamente 363 questionari (59,5% femmine, 36,9% maschi e 3,6% di studenti che non si sono identificati come nessuno dei due sessi e che sono stati assegnati all'uno o all'altro in modo casuale per l'analisi). Alla data della compilazione, quasi la metà degli studenti aveva un'età compresa tra 16 e 17 anni (48%), mentre il 27,3% era maggiorenne. Quasi tutti i partecipanti frequentavano un liceo scientifico o umanistico (95%); la stragrande maggioranza era di nazionalità italiana (95%) e risiedeva fuori dal Comune di Milano (70%). In

almeno il 75% dei casi la professione dei genitori o dei tutori legali era dipendente, dirigente/quadro o libero professionista.

Per quanto riguarda le relazioni con la famiglia, gli insegnanti, i compagni di classe e gli amici, le relazioni positive sono più diffuse con gli adulti (famiglia: 62,5%; insegnanti: 76,5%) che con i coetanei (compagni di scuola: 59,0%; coetanei fuori dalla scuola: 54,5%). La percentuale di relazioni negative, tuttavia, è risultata più alta nell'ambito della famiglia (16%) e dei coetanei fuori di scuola (18%) che negli altri casi. Sebbene sia stato segnalato un buon rapporto con gli insegnanti e sia stato riconosciuto loro un buon livello di competenza, ben il 44,6% del campione non riconosce loro il ruolo di riferimento educativo.

In relazione alla presenza di confidenti, il 67% degli intervistati ha incluso i coetanei nella propria lista di tre possibili scelte. Il 47% ha indicato un genitore (o tutore legale) come prima scelta, ma il 37% degli intervistati non ha incluso alcun adulto o familiare nella lista dei confidenti. Inoltre, più del 30% del campione ha indicato anche la possibilità di non confidarsi con nessuno e il 13% degli studenti ha scelto solo l'opzione "Non mi confido con nessuno".

Relativamente alla scuola, il 72% degli studenti che ha segnalato un rendimento scolastico positivo o molto positivo e l'83% ha attribuito abbastanza o molta importanza al rendimento, ma il 42% del campione ha dichiarato una motivazione media verso la scuola e il 22% una motivazione bassa o molto bassa.

La percezione del malessere giovanile

Quasi tutti gli intervistati (96,4%) hanno riconosciuto l'esistenza di un certo grado di malessere giovanile, da poco (18,5%), a molto (45,7%); l'1,7% ha dichiarato che non è un vero problema mentre l'1,9% che non ne aveva mai sentito parlare. La percezione del malessere giovanile non è associata alla residenza a Milano o nell'*hinterland* ($p = 0,10$) ma risulta significativamente più alta nelle ragazze ($p < 0,001$).

La speranza nel futuro

Il 97% degli studenti ha indicato il livello di fiducia riposto nel futuro (i pochi dati mancanti sono stati imputati casualmente). Nel complesso, il 60,6% del campione ha dichiarato di avere da abbastanza a moltissima fiducia. Tuttavia, le due risposte selezionate più frequentemente sono state "poca" (32%) e "abbastanza" (38,8%). Solo il 4% degli studenti ha dichiarato di non avere alcuna fiducia nel futuro, mentre il 5% ha dichiarato di avere molta fiducia.

Abbiamo anche indagato la capacità di immaginarsi all'età di 30 anni in termini di lavoro e famiglia, con domande a risposta multipla: è degno di nota che una per-

centuale piuttosto elevata di intervistati ha selezionato l'opzione "Non riesco a immaginare" per la famiglia (14,9%) o per il lavoro (17,9%).

Per quanto riguarda le prospettive di lavoro, il 71% del campione si immagina con un lavoro stabile e il 31% si vede all'estero. Il 14% degli studenti si immagina in cerca di lavoro o di avere un lavoro precario. Solo l'1,7% degli intervistati si immagina in cerca di lavoro. La differenza di genere nelle risposte non è statisticamente significativa ($p = 0,72$) e non lo è nemmeno l'associazione con la residenza in città o nell'*hinterland* ($p = 0,25$).

Per quanto riguarda la famiglia, poco meno della metà degli intervistati (45,2%) si immagina nel ruolo più tradizionale (sposato/convivente con figli), mentre oltre un terzo (35,4%) degli intervistati che si immaginano con un *partner* (convivenza o matrimonio) si immaginano anche senza figli. Anche rispetto alla famiglia, la differenza di genere nelle risposte non è statisticamente significativa ($p = 0,57$).

Essere capaci di immaginarsi all'età di 30 anni in termini di lavoro o famiglia è significativamente associato all'aver speranza per il futuro ($p \ll 0,001$). Per quanto riguarda la famiglia, per coloro che hanno poca o nessuna fiducia nel futuro è più probabile che manchi la capacità di immaginarsi, o che ci si immagini *single*. Al contrario, tra coloro che hanno fiducia è più probabile immaginarsi sposati con figli. Coerentemente, sul fronte del lavoro per coloro che hanno poca o nessuna fiducia nel futuro è più probabile immaginarsi precari o disoccupati. Al contrario, per coloro che hanno fiducia è più probabile immaginarsi con un lavoro stabile in Italia.

La *Tabella* mostra che una maggiore percezione di un malessere diffuso tra i giovani è significativamente associata a una minore speranza per il futuro ($p \ll 0,001$).

L'analisi di regressione logistica rivela che una bassa percezione di malessere giovanile, relazioni positive con i coetanei, una buona salute mentale percepita e l'inclusione di adulti o familiari tra i propri confidenti rendono più probabile avere almeno una certa fiducia nel futuro (*Figura*). Al contrario, un'elevata percezione di malessere giovanile, la ricerca di un supporto psicologico, l'esclusione di adulti o familiari dai confidenti e l'esperienza di alti livelli di ansia da verifiche scolastiche rendono meno probabile tale fiducia. Un'elevata motivazione verso la scuola aumenta la probabilità di avere almeno una certa fiducia nel futuro tra gli studenti più giovani. Al contrario, una bassa motivazione tra gli studenti a metà del percorso scolastico riduce la probabilità di fiducia nel futuro.

Il modello stimato mostra un buon adattamento ai dati ($p = 0,99$) e una capacità di discriminazione abbastanza buona (area sotto la curva ROC: 0,7935, 95% CI: 0,7477-0,8393 con il metodo DeLong).

PERCEZIONE DI MALESSERE E SPERANZA PER IL FUTURO				
	<i>n</i>	Poca o nessuna fiducia <i>n</i> =143	Almeno abbastanza fiducia <i>n</i> =220	<i>p-value</i>
Con riferimento all'ambito affettivo, come ti immagini all'età di 30 anni?				
Una scelta specifica	298	36,6%	63,4%	0,03
Non riesco a immaginare	65	52,3%	47,7%	
Con riferimento all'ambito lavorativo, come ti immagini all'età di 30 anni?				
Una scelta specifica	309	36,9%	63,1%	0,03
Non riesco a immaginare	54	53,7%	46,3%	
Si sente spesso parlare di un diffuso malessere (psicologico, sociale ecc.) tra i giovani: tu ritieni che				
Non è un problema reale o non ne ho mai sentito parlare	13	0%	100%	<i>p</i> << 0.001
Si riscontra un po' di malessere	67	19,4%	80,6%	
Si riscontra abbastanza malessere	117	33,3%	66,7%	
Si riscontra molto malessere	166	54,8%	45,2%	

Tabella. Associazioni bivariante mediante test del Chi-quadrato tra la variabile binaria indicante l'esistenza di almeno abbastanza fiducia (1) rispetto a poca o nessuna fiducia nel futuro (0) con la percezione del malessere giovanile e la visione di sé a 30 anni in termini di lavoro e famiglia.

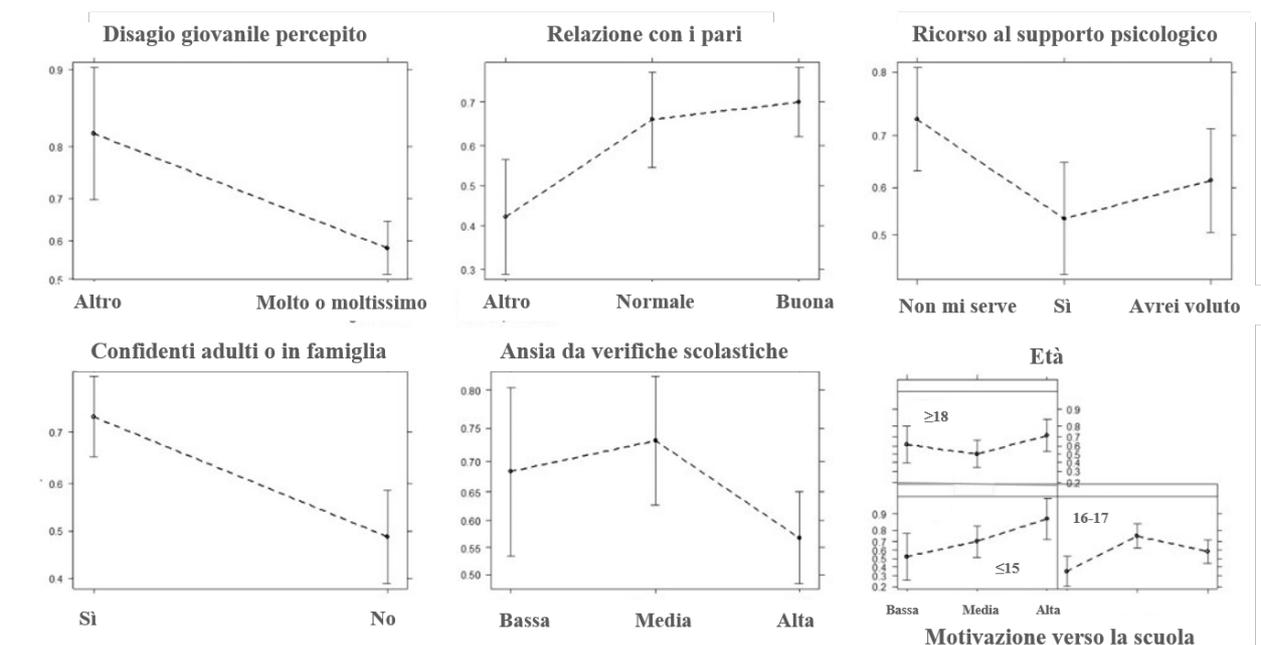


Figura. Rappresentazione grafica degli effetti del modello logistico stimato. Sull'asse delle ordinate, la probabilità stimata di avere almeno abbastanza fiducia nel futuro. Le barre verticali indicano gli intervalli di confidenza del 95%.

DISCUSSIONE

Nel nostro campione di convenienza, composto da studenti delle scuole superiori che vivono in un'area dell'Italia caratterizzata da ampie opportunità economiche e culturali e che frequentano istituti orientati alla formazione della futura classe dirigente, circa il 40% degli intervistati ha dichiarato di avere poca o nessuna fiducia nel futuro. È stato ipotizzato che questo senti-

mento sia tipico dei giovani provenienti da Paesi ad alto reddito, dove l'intrecciarsi tra la riflessione sul proprio futuro e la consapevolezza delle numerose opportunità offerte dalla società anziché risultare rassicurante, influenza negativamente la percezione del futuro¹⁴.

L'analisi di regressione mostra che la percezione del disagio giovanile, ampiamente riconosciuta, è un predittore significativo della speranza nel futuro, anche considerando altre covariate rilevanti come la qualità delle relazioni

con i coetanei al di fuori della scuola, la presenza di adulti o familiari come figure di riferimento con cui confidarsi in caso di eventi spiacevoli, l'accesso al supporto psicologico e l'ansia legata ai test scolastici.

Le relazioni difficili con i coetanei hanno un impatto significativo sul benessere e sullo sviluppo personale. Uno studio condotto su circa 2.100 bambini di età compresa tra 8 e 15 anni evidenzia che la probabilità di avere un basso benessere mentale diminuiscono all'aumentare delle fonti di supporto disponibili, con un effetto cumulativo. Inoltre, il solo supporto tra pari risulta fornire un beneficio comparabile a quello del supporto combinato degli adulti, sia in ambito familiare che scolastico¹⁵. Nelle relazioni tra pari, le amicizie di qualità superiore contribuiscono direttamente all'aumento dell'autostima e del benessere nei ragazzi, mentre nelle ragazze l'autostima media l'effetto positivo sul benessere¹⁶. Un'elevata autostima, infatti, influisce positivamente sulla salute mentale e permette una migliore gestione delle situazioni stressanti¹⁷. I programmi orientati alla promozione della salute fisica e alla scelta di uno stile di vita sano dovrebbero, quindi, includere interventi mirati e sensibili alle differenze di genere, volti a rafforzare l'autostima: tali interventi apportano benefici non solo agli individui ma anche alla società nel suo complesso¹⁸.

Sebbene non sia raro che gli adolescenti evitino di comunicare agli altri come si sentono¹⁹, è sorprendente che il 13% degli intervistati dichiarò di non confidarsi con nessuno in caso di eventi spiacevoli. La comunicazione con i coetanei ha un effetto positivo sulle strategie di regolazione funzionale delle emozioni²⁰. Al contrario, la riluttanza a confidarsi con i pari per affrontare il disagio può contribuire a un senso di isolamento e a una minore soddisfazione nelle relazioni tra coetanei. Inoltre, è stato dimostrato che la capacità di confidarsi con i familiari durante l'adolescenza è significativamente associata a un rischio ridotto di disturbi mentali, a una maggiore soddisfazione professionale e a un funzionamento complessivamente più sano in età adulta²¹. Nel nostro campione, la riluttanza a confidarsi con i familiari è accompagnata da dati che sembrano indicare una certa distanza tra genitori e figli nella vita quotidiana. Solo circa la metà degli studenti (47%) ha dichiarato di trascorrere tempo con i familiari, almeno con una certa frequenza, svolgendo attività insieme (ad esempio, sport, visione di film o serie, gite, viaggi) o discutendo di temi di attualità (54%). Questo dato potrebbe riflettere, almeno in parte, quella carenza educativa in ambito emotivo e affettivo che, trasversalmente a tutti gli strati sociali, sembra caratterizzare la genitorialità di questi anni²². Anche gli adulti esterni alla famiglia possono contribuire al benessere degli adolescenti: il *mentoring* (che sia un affiancamento educativo, una relazione di guida, un supporto psicoeducativo), infatti, apporta benefici al benessere psicologico, all'autostima, all'autoregolazione, al concetto di sé, agli atteggiamenti positivi verso l'identità etnica e al senso di progettualità dei giovani²³⁻²⁵.

Un numero crescente di studenti in Italia richiede supporto psicologico⁸. Nel nostro campione, il 27,3% degli intervistati ne ha già usufruito e una quota ancora maggiore (31,1%) esprime il desiderio di accedervi. I partecipanti più giovani, rispetto agli altri, hanno indicato con maggiore frequenza di non sentire la necessità di un supporto psicologico o di considerarlo non adatto a loro. In linea con la letteratura, sono soprattutto le ragazze ad aver cercato un supporto psicologico, sia prima sia durante la pandemia e, allo stesso modo, sono prevalentemente le ragazze a dichiarare l'intenzione di avvalersi di tale supporto (37,6% vs 21,1%, $p < 0,001$).

Nonostante la crescente domanda, il supporto psicologico offerto nelle scuole italiane risulta ancora ampiamente insufficiente: in Italia, infatti, non è ancora presente la figura professionale dello psicologo scolastico. Durante la pandemia sono state introdotte alcune misure temporanee, come il bonus psicologo e un protocollo sperimentale sviluppato in collaborazione con il Consiglio Nazionale dell'Ordine degli Psicologi, che sono tuttora in vigore ma non sono state rese strutturali. Una maggiore attenzione alla salute mentale già nell'ambiente scolastico, anche attraverso l'introduzione dello psicologo dedicato, è ancora più urgente alla luce di recenti studi che evidenziano come gli adolescenti possano manifestare un aumento dei sintomi psicologici se esposti a coetanei con problemi di salute mentale²⁶. La scuola è coinvolta, assieme a famiglia e servizi sociali e sanitari in maniera coordinata, nelle Linee di indirizzo elaborate dalla Regione Emilia-Romagna per la prevenzione e l'intervento tempestivo in caso di segnali di isolamento sociale; l'intervento tempestivo è previsto in caso di segnali di isolamento sociale, ma c'è la potenzialità di agire anche rispetto ad altri tipi di fragilità, non necessariamente patologiche ma comunque di sofferenza²⁷.

La nostra analisi di regressione evidenzia che anche l'ansia da verifiche scolastiche riduce la probabilità di avere fiducia nel futuro. Questo fenomeno diffuso tra gli studenti può essere associato a problemi di salute mentale e a scarsi risultati accademici²⁸. I nostri dati sono in linea con la letteratura: abbiamo riscontrato un'associazione significativa ($p < 0,001$) tra l'ansia da esame e la necessità di supporto psicologico. Molta ansia durante i test scolastici è stata riportata dal 60% circa degli studenti che hanno avuto o avrebbero voluto avere accesso al supporto psicologico, rispetto al 39,7% degli studenti non interessati al supporto psicologico. La letteratura di settore evidenzia che l'ansia da esame può essere modulata dalla resilienza psicologica²⁹, una risorsa fondamentale per il benessere individuale. Poiché la resilienza è un fattore modificabile, si possono sviluppare interventi formativi per potenziarla e supportare così gli studenti che sperimentano ansia da esame. Tali interventi potrebbero includere strategie di umorismo orientato alla crescita personale e al rafforzamento delle relazioni, abilità che aiutano a mantenere rapporti sociali positivi e a potenziare i benefici emotivi che ne derivano³⁰. Altri interventi fonamen-

tali attuabili a scuola sono il rafforzamento del supporto sociale, attraverso il rinforzo delle relazioni positive con compagni di classe e insegnanti^{27,31}, l'implementazione di programmi di apprendimento socio-emotivo^{31,32} e l'introduzione della terapia cognitivo-comportamentale come trattamento efficace per i disturbi d'ansia negli adolescenti³³.

Questo studio presenta alcune limitazioni. In primo luogo, l'utilizzo di un questionario completamente *ad hoc*, che limita le possibilità di confronto con altri studi. Una limitazione specifica del questionario è che non ha previsto domande dirette agli studenti sui loro suggerimenti per migliorare le condizioni dei giovani, al fine di limitare il numero di risposte aperte. In secondo luogo, è stato utilizzato un campione di convenienza, concentrato in una specifica area italiana e composto principalmente da studenti di liceo. Di conseguenza, i risultati dello studio non sono generalizzabili in senso assoluto e in particolare agli adolescenti appartenenti a gruppi ad alto rischio, che spesso si astengono dal partecipare a sondaggi come quello utilizzato in questo studio. In terzo luogo, la natura *cross-sectional* del sondaggio limita la possibilità di trarre inferenze causali. Il riscontro con la letteratura, tuttavia, rende i risultati piuttosto solidi.

RINGRAZIAMENTI

Gli autori desiderano ringraziare tutti gli studenti che hanno partecipato all'indagine e i volontari di "ItaliaAdozioni" APS. Un ringraziamento speciale al Garante per l'infanzia e l'adolescenza della Regione Lombardia, Dott. Riccardo Bettiga.

BIBLIOGRAFIA

- [1] Cushing AM, Liberman DB, Pham PK, et al. Mental Health Revisits at US Pediatric Emergency Departments. *JAMA Pediatr* 2023;177(2):168-76. DOI: 10.1001/jamapediatrics.2022.4885.
- [2] Marin D, Di Gennaro G, Baracetti M, et al. Confirmation of increased and more severe adolescent mental health-related in-patient admissions in the COVID-19 pandemic aftermath: A 2-year follow-up study. *Psychiatry Res Commun* 2023;3(2):100119. DOI: 10.1016/j.psychom.2023.100119.
- [3] Bruininks P, Malle BF. Distinguishing Hope from Optimism and Related Affective States. *Motivation and Emotion* 2005;29(4), 327-55. DOI: 10.1007/s11031-006-9010-4.
- [4] Rincón Uribe FA, Espejo CAN, Pedroso JDS. Role of optimism in adolescent mental health: a protocol for a systematic review. *BMJ Open* 2020;10(7):e036177. DOI: 10.1136/bmjopen-2019-036177.
- [5] Carey RL, Bailey MJ, Polanco CI. How the COVID-19 pandemic shaped adolescents' future orientations: Insights from a global scoping review. *Curr Opin Psychol* 2023;53:101655. DOI: 10.1016/j.copsyc.2023.101655.
- [6] Fakkal M, Peeters M, Branje S, Stevens GWJM, Vollebergh WAM. Decline in positive future orientations among adolescents during covid-19: The role of socioeconomic status, parental support, and sense of control. *J Adolesc* 2023;95(7):1321-32. DOI: 10.1002/jad.12204.
- [7] Rainò E, Ciccolella A, Romagnolo E, et al. Il ritiro sociale in adolescenza: un nuovo modo di esprimere la sofferenza. *Medico e Bambino* 2024;43(6):377-82. DOI: 10.53126/MEB43377.
- [8] Dazzi D, Ingenito A. Chiedimi come sto: studenti e salute mentale ai tempi della pandemia. *PRISMA Economia – Società - Lavoro* 2023; 2022/1-2:34-52. DOI: 10.3280/PRI2022-001003.
- [9] Crespo C, Jose PE, Kielpikowski M, Pryor J. "On solid ground": family and school connectedness promotes adolescents' future orientation. *J Adolesc* 2013;36(5):993-1002. DOI: 10.1016/j.adolescence.2013.08.004.
- [10] Simões F, Marta E, Marzana D, Alfieri S, Pozzi M. An Analysis of Social Relationships' Quality Associations with Hope Among Young Italians: the Role of NEET Status. *JAYS* 2021;4:169-84. DOI: 10.1007/s43151-021-00034-8.
- [11] Bozzato P. The future orientation of Italian adolescents in post-pandemic times: associations with self-efficacy and perceived academic achievement. *Educ. Sci* 2024;14(2):170. DOI: 10.3390/educsci14020170.
- [12] ItaliaAdozioni. I giovani e la speranza nel futuro - Dal malessere alle esperienze positive. Report del convegno 2023.
- [13] R Core Team (2022) R: A Language and Environment for Statistical Computing. R Foundation for Statistical Computing.
- [14] Davoodi T, Lai A. Good Relationships Are a Constant in Young People's Lives. Gallup Blog. 2022.
- [15] Butler N, Quigg Z, Bates R, et al. The Contributing Role of Family, School, and Peer Supportive Relationships in Protecting the Mental Wellbeing of Children and Adolescents. *School Ment Health* 2022;14(3):776-88. DOI: 10.1007/s12310-022-09502-9.
- [16] Luijten CC, van de Bongardt D, Nieboer AP. Adolescents' friendship quality and over-time development of well-being: The explanatory role of self-esteem. *J Adolesc* 2023;95(5):1057-69. DOI: 10.1002/jad.12175.
- [17] Morton MH, Montgomery P. (2013). Youth empowerment programs for improving adolescents' self-efficacy and self-esteem: A systematic review. *Research on Social Work Practice* 2013;23(1):22-33. DOI: 10.1177/1049731512459967.
- [18] Orth U, Robins RW. Is high self-esteem beneficial? Revisiting a classic question. *Am Psychol* 2022;77(1):5-17. DOI: 10.1037/amp0000922.
- [19] Verzeletti C, Zammuner VL, Galli C, Agnoli S. Emotion regulation strategies and psychosocial

- well-being in adolescence. *Cogent Psychology* 2016;3(1). DOI: 10.1080/23311908.2016.1199294.
- [20] Campos-Castillo C, Thomas BJ, Reyes F, Laestadius LI. Seeking Help From Trusted Adults in Response to Peers' Social Media Posts About Mental Health Struggles: Qualitative Interview Study Among Latinx Adolescents. *JMIR Ment Health* 2021;8(9):e26176. DOI: 10.2196/26176.
- [21] Paradis AD, Giaconia RM, Reinherz HZ, Beardslee WR, Ward KE, Fitzmaurice GM. Adolescent Family Factors Promoting Healthy Adult Functioning: A Longitudinal Community Study. *Child Adolesc Ment Health* 2011;16(1):30-7. DOI: 10.1111/j.1475-3588.2010.00577.x.
- [22] Tamburlini G. La promozione dello sviluppo e della relazione, compito fondamentale della pediatria di famiglia. *Medico e bambino* 2022; 41(6):349-50 DOI: 10.53126/MEB41349.
- [23] Sulimani-Aidan Y, Schwartz-Tayri T, Melkman E. Future Expectations of Adolescents: The Role of Mentoring, Family Engagement, and Sense of Belonging. *Youth Soc* 2021;53(6): 1001-20. DOI: 10.1177/0044118X20920081.
- [24] White AE, Lincoln B, Perella J, et al. "My mentor thinks that I can be someone amazing": Drawing out youths' passions and purpose. *J. Adolesc. Res* 2021; 36(1): 98-123. DOI: 10.1177/0743558420942481.
- [25] Ratner K, Zhu G, Li Q, Estevez M, Burrow AL. Interacting with supportive adults predicts greater same-day psychosocial functioning among adolescents in a self-driven learning program. *J Adolesc* 2023;95(4):729-39. DOI: 10.1002/jad.12149.
- [26] Alho J, Gutvilig M, Niemi R, et al. Transmission of Mental Disorders in Adolescent Peer Networks. *JAMA Psychiatry* 2024;81(9):882-8. DOI: 10.1001/jamapsychiatry.2024.1126.
- [27] Paladino MT, Malaguti M, Costa S, et al. Le linee di indirizzo della Regione Emilia-Romagna sul ritiro sociale. *Medico e Bambino* 2023;26(2):e25-e30 DOI: 10.53126/MEBXXVIF025.
- [28] Putwain DW, Stockinger K, von der Embse NP, Suldo SM, Daumiller M. Test anxiety, anxiety disorders, and school-related wellbeing: Manifestations of the same or different constructs? *J Sch Psychol* 2021;88:47-67. DOI: 10.1016/j.jsp.2021.08.001.
- [29] Liu Y, Pan H, Yang R, et al. The relationship between test anxiety and emotion regulation: the mediating effect of psychological resilience. *Ann Gen Psychiatry* 2021;20(1):40. DOI: 10.1186/s12991-021-00360-4.
- [30] Kuhlman KR, Straka K, Mousavi Z, Tran ML, Rodgers E. Predictors of Adolescent Resilience During the COVID-19 Pandemic: Cognitive Reappraisal and Humor. *J Adolesc Health* 2021;69(5):729-36. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2021.07.006.
- [31] Zhu Q, Cheong Y, Wang C, Sun C. The roles of resilience, peer relationship, teacher-student relationship on student mental health difficulties during COVID-19. *Sch Psychol* 2022;37(1):62-74. DOI: 10.1037/spq0000492.
- [32] Grazzani I, Agliati A, Cavioni V, et al. Adolescents' Resilience During COVID-19 Pandemic and Its Mediating Role in the Association Between SEL Skills and Mental Health. *Front Psychol* 2022;13:801761. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.801761.
- [33] Kajastus K, Haravuori H, Kiviruusu O, Marttunen M, Ranta K. Associations of generalized anxiety and social anxiety with perceived difficulties in school in the adolescent general population. *J Adolesc* 2024;96(2):291-304. DOI: 10.1002/jad.12275.