

Menti in Ostaggio

È la Cumbia della noia.

Come la noia alimenta le dipendenze comportamentali nei giovani



Dott. Salvatore Argese

Formatore Attività Sociali

Croce Rossa Italiana

Comitato di Empoli





CHI SONO

Formazione universitaria:

- Laurea in Ingegneria Chimica.

Percorso CRI:

- Dal 2016 al 2020 Consigliere e Rappresentante dei Giovani – Comitato CRI di Pisa
- Dal 2017 al 2020 Membro del tavolo nazionale permanente sulle dipendenze
- Dal 2020 al 2024 Vicepresidente e Rappresentante Regionale dei Giovani per CRI Toscana





INTRODUZIONE

La **noia** non è solo assenza di stimoli: è un vuoto esistenziale che i giovani cercano disperatamente di riempire.

Come la **Cumbia** una danza ripetitiva e ipnotica, la noia genera un circolo vizioso che spinge verso comportamenti compulsivi e dipendenze comportamentali.





Di cosa parliamo?

- **Il 15,2% dei giovani tra i 15-29 sono NEET:** Non studiano, non lavorano, non si formano; Media UE 11%. *[Indagine ISTAT povertà educativa, ottobre 2025]*
- **Quasi 2 milioni di adolescenti italiani** soffrono di dipendenze comportamentali; *[Comunicato Stampa N°23/2023 – Istituto Superiore Sanità]*
- **Oltre 1,15 milioni di adolescenti italiani** sono a rischio dipendenza da cibo; quasi 500 mila da videogiochi e 100 mila da social media; *[Comunicato Stampa N°23/2023 – Istituto Superiore Sanità]*
- **Il 45% dei giovani italiani ha giocato d'azzardo almeno una volta nel 2024.***[European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD) CNR]*





Di cosa parliamo?

Solo il 50% degli studenti italiani dichiara un benessere mentale adeguato.

*[European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD) -
CNR]*





Il paradosso della connessione

Più strumenti abbiamo per essere stimolati e più ci sentiamo vuoti.

La noia diventa così il terreno fertile per dipendenze che non richiedono sostanze ma catturano ugualmente le menti, trasformandole in **menti in ostaggio**.





Giovani NEET

Quando il vuoto diventa una condizione stabile.

Quasi 2 milioni di ragazzi e ragazze italiane tra 15 e 29 anni non studiano, non lavorano e non sono inseriti in alcun percorso formativo.

Siamo al 2° posto in Europa, sotto la Romania.

Routine di un giovane NEET

Attività ripetitive e poco significative: uso eccessivo di social, videogiochi, **consumo passivo di contenuti digitali che diventano un anestetico temporaneo della noia.**





Giovani NEET

Quando il vuoto diventa una condizione stabile.

Le cause in Italia:

- Cause educative;
- Cause economiche e di mercato del lavoro;
- Cause sociali, territoriali, familiari.





Giovani NEET

Quando il vuoto diventa una condizione stabile.

Gli effetti:

- Sfiducia e senso di fallimento;
- Ansia, depressione e disturbi mentali: **51,8% dei giovani (18-34 anni)** soffre di ansia o depressione; *[Consiglio Nazionale dei Giovani]*
- Noia cronica e rifugio nel digitale.





Il rifugio digitale: 11- 17 anni

Gaming e videogiochi

- (11%) 480 mila studenti sono a rischio Internet Gaming Disorder;

Social media e internet

- (2,5%) 100 mila studenti hanno sviluppato una dipendenza.
- 1,8% 50 mila studenti in isolamento sociale estremo (Hikikomori)



[Comunicato Stampa N°23/2023 – Istituto Superiore Sanità]



Croce Rossa Italiana



Il rifugio digitale: 15- 19 anni

Gaming e videogiochi

(70%) 2 milioni giocano regolarmente ai videogiochi.

- (33%) 660 mila spende soldi online per giocare;
- (20%) 400 mila gioca con modalità a rischio dipendenza.



[Rapporto ESPAD Italia 2024 – Ottobre 2025]



Croce Rossa Italiana



Il rifugio digitale: 15- 19 anni

Gioco d'azzardo

- **(50%)** più di un milione ha giocato d'azzardo almeno una volta nel 2024;
- **(10%)** 200 mila mostrano un coinvolgimento problematico;
- **(14%)** 280 mila giocano d'azzardo online.



[Rapporto ESPAD Italia 2024 – Ottobre 2025]



Croce Rossa Italiana



Il rifugio digitale: 15- 19 anni

Social e internet

- (47%) più di un milione ha dichiarato che internet interferisce negativamente con le attività quotidiane.

Psicofarmaci (Xanax)

- (12%) 350 mila usano benzodiazepine senza prescrizione medica.

[75% uomini]



[Rapporto ESPAD Italia 2024 – Ottobre 2025]



Croce Rossa Italiana



Il ruolo di Croce Rossa

Approccio Umanitario e senza stigma

La CRI considera le dipendenze come fenomeni complessi che richiedono di **mettere la persona al centro**, riconoscendo vulnerabilità individuali e sociali, combattendo **stereotipi, pregiudizi e discriminazione sociale** per favorire inclusione e rispetto.





Il ruolo di Croce Rossa

Prevenzione, informazione e sensibilizzazione

La CRI realizza **campagne educative e di prevenzione** rivolte alla popolazione generale, alle scuole e alle comunità per aumentare la consapevolezza sui rischi associati a comportamenti di dipendenza e per facilitare **l'individuazione precoce dei segnali di rischio**.





Il ruolo di Croce Rossa

Formazione

Sono organizzati **percorsi formativi per operatori sociali** e volontari che includono moduli su dipendenze tradizionali e comportamentali, con focus su strumenti di intervento, rete dei servizi territoriali e metodologie di prevenzione/contrasto.





Il ruolo di Croce Rossa

La Fondazione Villa Maraini opera per la prevenzione, cura, riduzione del danno e reinserimento sociale delle persone affette da dipendenze da sostanze e comportamentali.

Rappresenta la CRI in reti nazionali e internazionali sul tema delle dipendenze.





L'approccio di Croce Rossa

- **Umanitario e non giudicante:** centrato sulla persona;
- **Preventivo e educativo:** con attività di sensibilizzazione nelle comunità e di riduzione del danno;
- **Formativo:** formazione continua per i volontari;
- **Collaborativo e integrato:** in rete con servizi sociali, sanitari e istituzionali.





Domande?



Croce Rossa Italiana

CONCLUSIONI



La noia cronica alimenta un circolo vizioso con dipendenze comportamentali, peggiorando ansia, depressione e insoddisfazione di vita. Occorre considerare tutto questo se si vuole instaurare una relazione d'aiuto.

Se un giovane preferisce lo scroll compulsivo al nostro aiuto, forse il problema non è solo il suo smartphone.



Grazie per l'attenzione!



Salvatore



329 9566702



salvatore.argese@toscana.cri.it



Croce Rossa Italiana