

Il commento

## Tutelare il benessere psicologico dei giovani adulti

**Ruben Razzante\***



**L**a salute mentale è diventata un tema centrale nella discussione sul benessere delle persone e delle comunità, specialmente alla luce delle sfide contemporanee che colpiscono i giovani adulti. Il progetto "+PARI -PARE, supporto e confronto di gruppo", realizzato dal Comune di Milano in collaborazione con la Fondazione di Comunità Milano e l'Ordine degli Psicologi della Lombardia, si rivolge ai giovani adulti tra i 18 e i 35 anni e si propone di promuovere il benessere psicologico attraverso un approccio basato sulla sensibilizzazione, il mutuo aiuto e il supporto tra pari. Spesso il linguaggio

utilizzato per descrivere il disagio psicologico è carico di pregiudizi, il che contribuisce a rafforzare barriere culturali e sociali. "+PARI - PARE" si propone di cambiare questo approccio, promuovendo un linguaggio rispettoso e inclusivo, che riconosca il valore delle esperienze individuali senza stigmatizzare chi attraversa momenti di difficoltà.

**«Iniziativa come questa** – sottolinea Laura Parolin, Presidente dell'Ordine degli Psicologi della Lombardia- permettono la creazione di spazi sicuri, stimolanti, inclusivi in cui confrontarsi e superare le sfide psicologiche legate alla transizione alla vita adulta. Una delle priorità più urgenti è abbattere gli ostacoli che impediscono di prendersi cura del proprio benessere psicologico. La salute psicologica

è un diritto, indispensabile per costruire una società consapevole e resiliente». «La salute mentale – aggiunge l'assessore al Welfare e Salute del Comune di Milano, Lamberto Bertolé – viene ancora oggi, purtroppo, considerata un tema di serie B rispetto a quella fisica. Progetti come '+PARI -PARE, supporto e confronto di gruppo' e 'Accogli-Mi' vanno proprio nella direzione di stimolare il protagonismo dei giovani su questo tema con l'obiettivo di accompagnare e favorire un radicale cambiamento di paradigma».

**\*Docente di Diritto dell'informazione all'Università Cattolica**



Peso: 21%