Ordine Psicologi
Regione Campania

Intervista del presidente Cozzuto al Mattino sull'utilizzo dello smartphone da parte dei giovani

Napoli, 31 ottobre 2026

Rassegna stampa

INDICE

QUOTIDIANI

1. MATTINO

MATTINO
(Quotidiani – 31/10/2026)

IL MATTINO

Armando Cozzuto

Presidente dell'Ordine degli Psicologi

«Nessun diktat ma ora serve fissare le regole»



Aumenta il numero di giovani, e non solo, che fa ricorso ai consigli dell'esperto per guarire

Armando Cozzuto, presidente dell'Ordine degli Psicologi della Campania, lo definisce un "fenomeno preoccupante". E la ragione c'è. Il problema - assicura - non è tanto l'uso dei social media ma l'effetto degli algoritmi.

Che cosa vuol dire?

«Vuol dire che creano una vera e propria dipendenza. I like, ma anche i commenti lasciati dai follower, provocano continue gratificazioni che si trasformano rapidamente in riconoscimento sociale. Un tunnel dal quale diventa difficile venire fuori».

Quale potrebbe essere la soluzione?

«Tanto per cominciare bisognerebbe mettere un freno all'uso indiscriminato dei dispositivi».

Non è facile.

«Negli Stati Uniti ci stanno provando. Consapevoli che in gioco c'è la salute dei ragazzi qualche paletto lo hanno fissato».

Faccia un esempio.

«L'uso del cellulare durante l'orario scolastico e poi anche nelle ore notturne. Ma - forse - ciò che mi sembra più importante sono le pause imposte durante lo scorrimento continuo alla ricerca di video e immagini gratificanti».

Regole più che condivisibili ma serve qualcuno in grado di convincere - o obbligare - i giovani a rispettarle.

«È qui che dovrebbero scendere in campo le famiglie ma in linea di massima non lo fanno. Francamente non me la sento di dare colpe a nessuno: i genitori troppo spesso non sono preparati alla gestione del cambiamento».

Se dovesse dare un consiglio a questi stessi genitori che cosa direbbe?

«Direi loro di trovare spazi di confronto per parlare con i figli. Lo so bene, abbiamo tutti un gran da fare: il lavoro, gli impegni, la quotidianità, ma è indispensabile provarci. E se proprio non si riesce sarebbe opportuno rivolgersi a figure in grado di offrire un aiuto».

Lo psicologo.

«Certo. È chiaro che bisogna avere gli strumenti giusti per entrare nelle corde dei ragazzi. Non dimentichiamo che i giovani, quelli che oggi vivono attraverso i social, saranno i cittadini del futuro. Dobbiamo sostenerli e accompagnarli nei percorsi evolutivi e di crescita».

Guardando i numeri le percentuali di chi fa ricorso a uno specialista sono in netto aumento rispetto al passato.

> Vietiamo i cellulari a scuola e anche prima di dormire pause durante lo "scrolling" e divertimento alternativo

«Confermo. Adulti e ragazzi. D'altronde quando il disagio avanza un supporto diventa indispensabile».

Di quale malessere parla?

«Stati d'ansia, disturbi dell'umore, fenomeni depressivi, dipendenze, problemi alimentari, conflitti familiari. E poi isolamento, irritabilità, disturbi del sonno, tanto per fare qualche esempio, ma l'elenco potrebbe essere ancora lungo».

In questi casi l'assistenza è necessaria.

«Eh sì. Il problema vero è che il nostro paese continua a investire molto poco nella salute mentale e nel sociale, siamo pieni di ragazzi che avrebbero bisogno di un supporto e invece devono farne a meno. Anche se, va detto, la Campania è la prima regione che dal 2020 dispone di un servizio di psicologia di base».

Bel risultato.

«Abbiamo vinto un ricorso alla Corte Costituzione, disponiamo di 148 psicologi di base, due per ogni distretto sanitario, il primo anno abbiamo superato i 20mila colloqui. E andiamo avanti così».

© RIPRODUZIONE RISERVATA