

ASSOCIAZIONE GUIDE E SCOUTS CATTOLICI ITALIANI



«Il vero modo di essere felici è quello di procurare la felicità degli altri».

Così scriveva Baden-Powell (B-P), racchiudendo in poche parole un'idea di felicità che nasce dal sentirsi connessi, utili, parte di una comunità. Oggi la scienza conferma ciò che l'intuizione educativa dello scautismo aveva già colto: il benessere mentale non è solo assenza di disagio, ma equilibrio tra mente, corpo ed emozioni. È la capacità di riconoscere e gestire ciò che si prova, di mantenere fiducia in sé e negli altri, di coltivare speranza anche nelle difficoltà.

Ma proprio questo equilibrio è oggi sempre più fragile tra i giovani. Nei loro volti, anche fra quelli che abitano la nostra Associazione, è chiara la richiesta di ascolto, tempo, adulti credibili. In quegli sguardi ritroviamo ciò che i dati confermano: sempre più adolescenti vivono ansia, insonnia, fatica a esprimersi o a fidarsi. Un disagio profondo che, nei casi più gravi, si traduce in comportamenti autolesivi, talvolta con l'intento di porre fine alla propria vita.

Di fronte a questa emergenza, il mondo dell'educazione non può restare spettatore. Le domande che ci interpellano sono urgenti: come si educa al benessere mentale? In che modo gli adulti possono essere parte del cambiamento? La nostra responsabilità educativa si misura nella capacità di creare spazi sicuri dove i ragazzi possano sentirsi ascoltati, riconosciuti e accompagnati a dare un nome alle proprie emozioni. Educare al benessere mentale significa coltivare contesti di fiducia e promuovere la cura di sé e degli altri. Nello scautismo il benessere si vive. È un cammino, un modo di abitare il mondo e se stessi, una palestra di relazioni vere, in cui si scopre che nessuno è solo, mai davvero.

Uno studio pubblicato sulla rivista *Journal of Epidemiology & Community Health* (2016) ha mostrato che chi da bambino ha vissuto lo scautismo presenta, da adulto, una salute mentale migliore. Non stupisce: da oltre un secolo lo scautismo educa, attraverso la vita comunitaria e all'aria aperta, alla fiducia e alla corresponsabilità. Come ricordava ancora B.-P., «ciò che manca ai giovani è un ambiente: nello scautismo lo trovano, ed è quello che Dio ha messo a disposizione di tutti - l'aria aperta, la felicità, l'essere utili agli altri». Restituire un ambiente migliore significa offrire un terreno in cui sentirsi al sicuro, accolti nei limiti e incoraggiati nei talenti, dove possano emergere le paure, ma anche le speranze e i sogni di ciascuno. È lì che nasce il vero benessere mentale: in un contesto che non giudica, ma accompagna; che non pretende, ma sostiene; che aiuta ognuno a scoprire la propria luce e a metterla al servizio degli altri.

In questo orizzonte, la spiritualità è parte essenziale del cammino di crescita. Nello scautismo è esperienza concreta che nasce dal silenzio, dalla natura, dalla condivisione. Aiuta a dare senso alle emozioni, a ritrovare fiducia e speranza, a scoprire che il proprio valore non dipende da ciò



Scautismo, scuola di benessere Capaci di muoversi nel mondo

che si fa ma da chi si è. Coltivare la spiritualità significa educare alla profondità, alla gratitudine e all'equilibrio interiore.

Sono proprio le ragazze e i ragazzi che, osservando il contesto che li circonda, scelgono di affrontare questi temi in molte delle loro imprese o capitoli - esperienze che nascono dall'analisi della realtà e portano a

«È un cammino, un modo di abitare il pianeta e se stessi, una palestra di relazioni vere, in cui si scopre che nessuno è solo, mai davvero». Ecco «La via del Noi» tra le strategie nazionali di intervento

un cambiamento attraverso azioni concrete. Spesso lo fanno partendo da esperienze personali, per comprendere meglio cosa significhi salute mentale, solitudine, pressione sociale, uso consapevole dei social network, con la voglia di capirsi meglio e trovare parole nuove per dirsi. In questo, le ragazze e i ragazzi ci insegnano che la cura non è solo compi-

to degli adulti: è una responsabilità che si impara insieme.

L'Agesci ha deciso di valorizzare questo stile con *La via del Noi*, una delle Strategie Nazionali di Intervento - gli ambiti di riferimento per l'azione e la politica associativa - approvate dal Consiglio generale 2025: impegno nel costruire comunità inclusive e non giudicanti, capaci di riconoscere la fragilità come parte della vita. È un invito a prendersi cura, a tessere legami significativi con le famiglie, con la scuola, con la Chiesa. Il metodo scout - attraverso il gioco, la vita all'aperto, il servizio - aiuta a sviluppare fiducia in sé e negli altri, senso di appartenenza, capacità di affrontare le difficoltà. Per questo, in un tempo che isola e divide, lo scautismo continua a scegliere la via della relazione e della vita all'aperto: camminare insieme, ascoltarsi, ritrovare il contatto con la natura, la spiritualità, sono esperienze che curano e restituiscono fiducia. Educare alla salute mentale, per noi, significa questo: costruire relazioni che fanno bene, comunità accoglienti che restituiscono speranza. Perché - come diceva B.-P. - la vera felicità nasce dal servire e dall'amare.



I testi di questa pagina sono a cura di Grazia Maria Lucia Messina e Ivano De Biasio, incaricati nazionali del Coordinamento metodologico dell'Agesci; Michela Serena Abati e Iacopo Portaccio, incaricati nazionali della Branca esploratori e guide dell'Agesci