

Emergenza adolescenti. Bisogno di ristoro affettivo e di strategie di salute pubblica

Già in un mio precedente articolo ho trattato il tema delle vite di vetro degli adolescenti e delle conseguenze della pandemia sulla salute mentale di tanti ragazzi e ragazze, che hanno pagato durante la reclusione forzata imposta dall'emergenza sanitaria, e ancora stanno pagando, un prezzo non trascurabile^[1].

A due anni dall'inizio dell'emergenza pandemica, infatti, sia pure con una situazione di contesto differente dal suo esordio grazie ai vaccini, lo stress psico-sociale del *long covid* è diventato cronico e rende necessario approfondire quali risposte comportamentali, emotive e relazionali i ragazzi abbiano manifestato a seguito di *lockdown*, didattica a distanza, misure restrittive e convivenza prolungata nel tempo con il virus Covid-19. Con questo obiettivo nel dicembre 2021 è stata promossa una ricerca da Fondazione Soleterre e dall'Unità di ricerca sulla Psicologia del Trauma dell'Università Cattolica, che si propone anche di contribuire a orientare gli interventi della rete nazionale per il Supporto Psicologico Covid-19 in un'ottica di prevenzione e di contenimento degli effetti psicologici e sociali della pandemia negli adolescenti^[2].

La ricerca ha selezionato un campione di adolescenti equamente diviso tra maschi e femmine, distribuito su circa 700 comuni italiani e rappresentativo della popolazione nazionale: il campione copre la fascia d'età tra i 14 e i 19 anni e i segmenti scolastici della scuola superiore (il 77,3%), dell'università (il 15,4%) e la terza classe della scuola secondaria di primo grado (il 7,3%). Le costanti evidenziate nelle risposte al questionario sono le grandi difficoltà con cui fare i conti ogni giorno, la sensazione che l'evento sia diventato parte della propria identità e che la qualità della vita sia notevolmente peggiorata, in paragone con quella pre-pandemia. Oltre il 60% del campione non ha dubbi che se l'evento traumatico della pandemia non fosse accaduto, oggi sarebbe una persona diversa.

Ma se per alcuni queste sensazioni si traducono semplicemente nella percezione di non sentirsi in forma o in disturbi del sonno (34,7%), per la maggioranza comporta una condizione permanente di tristezza, di rabbia verso se stessi o di difficoltà di controllo del proprio comportamento. Una percentuale preoccupante, pari al 17,3%, non nasconde pensieri autolesionisti o di morte.

L'analisi dei dati raccolti chiede al mondo degli adulti di fermarsi a riflettere su quali possano essere i reali bisogni degli adolescenti in tempo di Covid-19. «Questi ragazzi – sottolinea Chiara Ionio, psicologa dello sviluppo a cui è affidato il coordinamento dell'indagine – non solo devono affrontare le intense trasformazioni identitarie tipiche di questa fase evolutiva, ma sono chiamati ad inserirle in un contesto di trauma sociale

come è quello che la pandemia ha creato. Nella loro difficoltà a dare un senso a quello che provano, gli adolescenti ci stanno forse dicendo di un bisogno di confrontarsi con degli adulti che possano aiutarli nel processo di significazione non solo degli eventi che avvengono fuori da loro, ma anche delle emozioni, dei pensieri e dei sentimenti che sentono dentro di loro, a cui non riescono a dare risposte da soli e che possono portarli a vivere momenti di difficoltà e di impotenza talmente grande da non riuscire più ad apprezzare la vita.»

Queste considerazioni preliminari si accompagnano all'appello di attivare e mantenere nel tempo percorsi di sostegno psicologico per questi ragazzi, che siano sostenibili dal punto di vista economico in modo che nessuno ne resti escluso, soprattutto nelle situazioni di maggiore fragilità familiare. Per scongiurare esiti peggiori Damiano Rizzi, Presidente di Fondazione *Soleterre* e psicoterapeuta dell'età evolutiva, rivendica l'urgenza di sviluppare linee guida cliniche per alleviare gli effetti negativi della pandemia Covid-19 attraverso strategie di salute pubblica. Solo così si potrà riorganizzare in modo sistematico e efficace la relazione d'aiuto e sostegno psicologico e provare a recuperare il ritardo accumulato nei compiti evolutivi, affettivi e relazionali in tempo di pandemia.

Gli adolescenti sono alla ricerca di ristoro affettivo, di un futuro relazionale migliore di quello presente e la triste vicenda della pandemia potrebbe rappresentare in positivo l'occasione di avvio di un processo di trasformazione adulta nei riguardi delle reali esigenze della popolazione giovanile. Prende le mosse proprio da questo spunto l'ultimo saggio dello psicologo e psicoterapeuta Matteo Lancini, presidente della Fondazione Minotauro^[3], *L'età tradita*^[4]. Per mettere a fuoco e comprendere a fondo di quale funzione adulta, autorevole e non stereotipata, i ragazzi e le ragazze abbiano bisogno, è necessario – secondo Lancini – andare oltre i luoghi comuni, «*avere il coraggio di abbattere alcuni clichés, ancora oggi troppo diffusi tra gli adulti*. Da tempo infatti Lancini sostiene che *la più grande emergenza educativa e formativa italiana dipenda dal processo di adultizzazione del bambino* – sempre più caratterizzato da anticipazione delle esperienze, iperstimolazione, precocissime occasioni di socializzazione e tratti narcisistici – a cui fa seguito *un'infantilizzazione dell'adolescente*», diventato grande con quel corredo educativo e sulla base dei modelli che la famiglia affettiva gli ha dato, ma spesso incapace di reggere la frustrazione di non essere all'altezza delle aspettative genitoriali.

Ed è riduttivo e sommario attribuire il disagio, la sofferenza e il malessere di giovani e giovanissimi alla pandemia, in quanto questo evento traumatico e inatteso non ha fatto altro che esacerbare e amplificare disagi generazionali già esistenti, che forse in passato rimanevano più sottotraccia: «oggi i ragazzi e le ragazze non parlano con i propri genitori, perché hanno paura di deluderli o di incontrare reazioni materne e paterne spropositate. E i genitori temono a loro volta le paure e le sofferenze dei figli, cosa che gli adolescenti avvertono. (...) Gli adolescenti odierni sono propensi a proteggere la fragilità del ruolo affettivo materno e paterno da notizie e avvenimenti che lo potrebbero ulteriormente indebolire. La pandemia ha consentito di dire

a mamma e papà che non si sta benissimo, ma che le incertezze affettive e psichiche sperimentate non dipendono in alcun modo da loro, non vi sono responsabilità di alcun tipo^[5]»

Ecco dunque che la pandemia può diventare occasione per gli adulti di mettere mano a contraddizioni e fragilità e di proporsi come interlocutori credibili e autorevoli di figli e studenti, che oggi più che mai sono alla disperata ricerca di figure di riferimento.

L'appello che Lancini rivolge a tutti gli adulti di riferimento, in famiglia, a scuola e come istituzioni, è di assumersi qualche responsabilità di ruolo in più, al fine di interpretare una funzione adulta concretamente di supporto per gli adolescenti, di offrire loro uno sguardo di ritorno valorizzante, anche nelle circostanze di inciampo e fallimento, e di dimostrarsi capaci di rispondere ad aspettative di ascolto, anche delle emozioni negative. Per questo motivo tutti gli adulti ? madri, padri e insegnanti?- non dovrebbero mai dimenticare che il desiderio profondo di ogni adolescente è di essere amato e valorizzato per quello che è.

[1]

<http://www.educationduepuntozero.it/studi-e-ricerche/vite-di-vetro-la-pandemi-a-presenta-il-conto.shtml>

[2]

<https://www.psicologisolettere.org/wp-content/uploads/2021/12/Ricerca-adolescenti-Soleterre-dic21.pdf>

[3] <https://minotauro.it/>

[4] M. LANCINI, L'età tradita. Oltre i luoghi comuni sugli adolescenti, Raffaello Cortina, 2021.

[5] M. LANCINI, Op. cit., p.132

Rita Bramante Già Dirigente scolastica, membro del Comitato Nazionale per l'apprendimento pratico della Musica