

Trasmettere fiducia nell'avvenire

Adolescenti e pandemia - Incontro con Isabella Saglio e Gaia Cattaneo, psicologhe e psicoterapeute del Servizio medico-psicologico cantonale attivo presso i licei luganesi

/ 08.03.2021
di Stefania Hubmann

Perdita di esperienze fondamentali per la crescita, ma pure specifiche risorse da valorizzare. Potrebbe essere sintetizzata anche così, con due volti della stessa medaglia, la travagliata situazione con la quale è confrontata la gioventù durante la pandemia. Le misure di confinamento imposte dalle autorità pesano in realtà su tutte le fasce della popolazione con l'accento posto di volta in volta su alcune di esse e su aspetti settoriali: sanitario, economico, sociale, psicologico. Per approfondire quest'ultimo in relazione al vissuto di adolescenti e giovani adulti abbiamo interpellato Isabella Saglio e Gaia Cattaneo, attive da anni quali psicologhe e psicoterapeute presso il Servizio medico-psicologico cantonale (SMP) tramite il quale sono presenti in maniera regolare la prima nel Liceo cantonale Lugano 1, la seconda nella sede Lugano 2. Agli studenti è così offerta la possibilità di esprimere liberamente i loro problemi personali in forma anonima e con un facile accesso alle specialiste. Quali le loro paure e preoccupazioni durante questa inedita emergenza sanitaria? Quali le chiavi di lettura del contesto avanzate dalle due professioniste a diretto contatto con i giovani?

Per Isabella Saglio e Gaia Cattaneo è indispensabile premettere, oltre al circoscritto numero di ragazzi con cui operano, l'impossibilità di osservare il fenomeno senza esserne coinvolti, poiché l'emergenza non è superata e in un modo o nell'altro riguarda ancora tutti noi. Cionondimeno la consapevolezza degli adolescenti di perdere un «pezzo di vita» che non potranno recuperare è ben presente. «I rapporti esterni alla famiglia dalla quale a questa età si inizia progressivamente ad affrancarsi sono essenziali per la crescita», spiegano le due psicologhe. «Si tratta di una tappa fondamentale nel processo evolutivo che contribuisce alla formazione della personalità e alla definizione della propria identità. Anche lo sviluppo fisico tende a rafforzare la spinta verso l'esterno alla ricerca di nuovi modelli con i quali confrontarsi e identificarsi. Ad esempio a 16 anni si inizia ad uscire la sera, a 18 si è maggiorenni ed è l'età dei primi viaggi con gli amici. Queste opportunità significano senso di libertà e nel contempo assunzione di responsabilità».

La normale «fame» di uscire dei giovani si scontra con restrizioni che paradossalmente trasformano la scuola da obbligo quotidiano, vissuto a volte con disappunto, in unico luogo di incontro e attività fuori casa. L'ascolto offerto dalle rappresentanti del Servizio medico-psicologico - dipendente dal Dipartimento della sanità e della socialità e presente in diverse scuole medie superiori - è quindi un prezioso spazio di parola sostenuto dagli istituti scolastici e di cui gli studenti stanno approfittando in numero crescente. In entrambe le sedi luganesi del Liceo cantonale (frequentate rispettivamente da circa 1150 e 750 allievi) le due psicologhe hanno notato questa tendenza. Un segnale che indica l'esistenza di un disagio più diffuso, ma anche la capacità di farsi avanti alla ricerca di aiuto. Cosa esprimono i liceali che sentono sulle proprie spalle l'eccessivo peso di questa situazione?

Rispondono le nostre interlocutrici: «L'ansia di compiere la scelta giusta per il futuro senza perdere tempo è uno stato d'animo ricorrente, così come il desiderio di maggiori contatti. Sentono infatti la mancanza del gruppo dei pari, cerchia spesso legata alle attività extrascolastiche come lo sport o la musica». Riguardo al primo aspetto le due professioniste citano un passaggio del libro *Psicopatologia dell'adolescenza* dell'emerito neuropsichiatra infantile e psicanalista francese Philippe Jeammet, nel quale l'autore precisa: «L'adolescente è di fatto collocato dalla società nella situazione di dover fare delle scelte urgenti. Il suo ambiente ne è spesso più cosciente che lui stesso. In particolare, tutto ciò che ha un effetto negativo sul suo funzionamento scolastico rappresenta rapidamente un handicap che rischia di gravare pesantemente sul suo avvenire».

Altri temi che pur non emergendo in forma esplicita soggiacciono ad alcuni disagi sono i possibili lutti famigliari, così come la consapevolezza del pericolo di contagio. Elemento quest'ultimo che, oltre a portare a un generale rispetto delle regole per proteggere le persone più fragili (ad esempio i nonni), è molto sentito dagli adolescenti in quanto li confronta con un tipo di rischio non percepibile, più difficile da comprendere anche da parte degli adulti.

Adulti considerati comunque, malgrado il senso di ribellione che anima gli adolescenti, un punto di riferimento in grado di offrire sostegno e rassicurazione. Questa visione di certezza è ora incrinata dai dubbi e dalle contraddizioni che caratterizzano il comportamento degli stessi adulti. Le forme di pressione che gravano sui giovani sono quindi molteplici, mentre la sperimentazione, bloccata nella sua forma concreta, tende a limitarsi alla dimensione virtuale offerta dagli strumenti digitali che, con un uso adeguato, mostrano il loro enorme potenziale.

Malgrado questi riscontri, nella riflessione delle due psicologhe trova spazio anche il valore degli strumenti di cui dispongono i giovani e che permetteranno loro di risorgere dalla crisi. Isabella Saglio e Gaia Cattaneo: «Creatività, vitalità, desiderio, spirito di adattamento, sono caratteristiche della gioventù che i genitori possono contribuire a rafforzare trasmettendo fiducia nell'avvenire, perché l'emergenza è una fase destinata ad avere una fine. Una fase, questo è vero, ormai divenuta molto lunga». Le prospettive, grazie alla messa a punto dei vaccini, in effetti esistono, ma ancora una volta i tempi non corrispondono a quelli ai quali la società era abituata prima della pandemia. Per le psicologhe i giovani «devono cercare di essere pazienti, mantenendo viva la propria creatività e continuando a sentirsi attori attivi nella società. Le crisi non comportano sempre solo aspetti negativi. Possono generare nuove opportunità, ad esempio a favore di determinati cambiamenti. Certo, non bisogna cadere nell'errore di riporre nelle giovani generazioni aspettative troppo elevate, né a questo livello, né nel compito di risollevare la situazione dal punto di vista economico e sociale, perché altrimenti la pressione invece di diminuire, aumenta».

Difficile per ogni essere umano in questo momento rispondere al bisogno innato di dare un senso agli avvenimenti. Ancora più arduo per chi alla vita si affaccia con l'entusiasmo e l'energia della gioventù desiderosa di realizzare i propri sogni. Apprezzare la quotidianità, sentirsi parte attiva della società, imparare a conoscere, attraverso le misure di protezione imposte, anche il funzionamento delle istituzioni e le figure che le rappresentano, sono comunque insegnamenti che contribuiscono alla crescita dell'individuo. Sulla gioventù è lecito riporre aspettative e speranze a fini incoraggianti senza che queste diventino un ulteriore fardello o l'espressione dei timori degli adulti.