

Il disagio giovanile

Maria Antonioni

Gran parte dei mutamenti dello stato di salute, inteso come benessere psicofisico e non solo come assenza di malattia, di una popolazione sono il risultato di importanti modificazioni ambientali che, oggi, risentono dalle radicali trasformazioni sociali derivate dal passaggio dall'era elettrica a quella tecnologica e telematica.

Il cambiamento epocale è spinto e sostenuto dalle innovazioni tecno-scientifiche che divengono motori propulsivi di una profonda trasformazione antropologica proprio per le caratteristiche di pervasività, di auto-generazione (ogni cambiamento comporta una serie di nuovi cambiamenti autoindotti) e di modificazione nelle modalità comunicative mai riscontrata prima. Le conquiste della ricerca scientifica pongono inoltre l'uomo di fronte a scelte che riguardano i fondamenti della vita stessa (controllo della nascita e della morte, controllo farmacologico dell'equilibrio psichico, ottimizzazione delle prestazioni fisiche ecc). Questo ha fatto sì che forme di vita strettamente vincolate a leggi della natura e a secolari condizionamenti sociali siano state completamente stravolte in pochi decenni. Tale sradicamento culturale ha generato un senso diffuso di smarrimento e di incertezza che alimentano le tensioni sociali e l'ansia individuale. La compressione spazio-temporale, in base alla quale "lo spazio sembra rimpicciolire fino a diventare un villaggio globale (...) mentre gli orizzonti temporali si accorciano al punto in cui il presente è tutto ciò che c'è" (Harvey), ha trasformato la nostra rappresentazione del mondo ed è uno degli elementi che caratterizzano la nostra epoca.

Etimologicamente il termine "adolescenza" significa "diventare adulto" si tratterebbe quindi di un processo in divenire che risente del condizionamento di un patrimonio proprio (la genetica) e di situazioni collegate al contesto in cui si vive (l'ambiente). I passaggi infanzia-adolescenza-età adulta sono studiati in medicina e psicologia prima di tutto come fenomeni fisiologici,

cioè come normale funzionamento dell'organismo, e poi come eventuali manifestazioni patologiche. La fisiologia ci porta a comprendere perché alcuni comportamenti degli adolescenti siano da sempre prevedibili (impulsività, sbalzi d'umore, goffaggine, ribellione, introversione) proprio perché legate alle modificazioni ormonali e al rimodellamento del cervello che studi recentissimi (con tecniche di neuroimaging) hanno dimostrato durare ben oltre i 20 anni. Se la fisiologia umana è rimasta nei millenni pressoché immutata, l'ambiente invece ha subito cambiamenti che negli ultimi decenni sono diventati velocissimi ed epocali. La giovinezza nelle proprie manifestazioni psicofisiche quindi non sembra cambiare, sono invece mutate notevolmente le condizioni ambientali.

Date queste premesse ci si può chiedere cos'è che rende diversi i giovani del 1911 da quelli del 2011? Un adolescente del 1911 doveva affrontare la fatica fisica, la fame, il lavoro precoce, la miseria, spesso lutti importanti a causa di una ridotta aspettativa di vita a causa delle precarie condizioni ambientali, ma erano comunque ben presenti punti di riferimento sicuri come la famiglia, la chiesa, il paese, i giochi all'aperto, il passare del tempo segnato dal rintocco delle campane e una lunga serie di abitudini che riuscivano a dare sicurezza in se stessi e confermare un ruolo sociale ben definito.

Nel 2011 l'adolescente medio mangia più del dovuto, va a scuola, ha denaro in tasca per poter acquistare il superfluo, ha una serie di apparati tecnologici che gli permettono di rimanere in contatto con la famiglia, gli amici e addirittura con il mondo intero, ma questi rapporti sono spesso solo virtuali. Stimoli continui, notizie contrastanti, spiegazioni spesso ambigue lasciano poi pochi spazi di riflessione al fine di poter distinguere ciò che è bene da ciò che è meno bene. Mancano anche punti di riferimento chiari (genitori assenti per lavoro, problematiche con gli anziani, insegnanti demotivati, parrocchie sempre più gravate da problemi quali i sacerdoti anziani o su più sedi, sport sempre più competitivo, quartieri dormitorio, crisi ideologiche in favore di pragmatismi radicali ecc.) in grado di aiutare i giovani a prendere decisioni forti per il futuro. Gli educatori autorevoli e spesso autoritari del passato sono stati sostituiti da

educatori onnipresenti e facilmente fruibili come la televisione o la rete informatica che trasportano ad alta velocità in mondi eccessivamente patinati dove le lusinghe di un benessere facilmente conquistabile senza fatica offrono modelli di carattere e di spiritualità oltremodo mediocri. Nello stesso tempo proprio gli strumenti mediatici mostrano la minaccia di un futuro senza occupazione, la mancanza di significati per l'esistenza che inevitabilmente viene dominata da un materialismo dove il denaro pare l'unico strumento in grado di ridare senso alla vita. Questa diffusa cultura può contribuire non poco a spegnere gli entusiasmi degli adolescenti intenti ad agire per il bene di sé stessi e della società. Così si manifesta la fatica di vivere dei giovani che in questo terzo millennio non riescono a leggere un senso nella propria esistenza: l'uomo può sopportare condizioni estreme purchè riesca a dare loro un significato. Forse è a causa di questo senso di inutilità che il tasso di suicidi tra i maschi dai 15 ai 24 anni è aumentato del 30% negli ultimi 20 anni. In Italia ogni giorno due giovani si tolgono la vita mentre altri dieci tentano di farlo!

Come poter dare una motivazione alla vita? Il modo migliore è quello di coltivare i propri talenti e attraverso questi riconoscere non tanto il perché filosofico dell'esistenza, ma il motivo dell'essere al mondo di ciascuno di noi. Le esposizioni mediatiche fanno sì che per "talento" venga inteso qualche cosa che si avvicini alle abilità ad esempio nel ballo, nel canto o nel calcio. Al contrario invece ognuno di noi riceve talenti e doti più o meno grandi che devono essere prima scoperti, quindi coltivati e poi messi a disposizione di tutti. Il talento da solo non significa nulla. È necessario che gli adolescenti imparino a credere nelle proprie qualità e siano disposti a lavorare con impegno e fatica per trasformare questi talenti in virtù.

Per fare questo è richiesto un grande impegno ai giovani ma anche alle famiglie e alle istituzioni educative. Chi si trova ad avere un talento significativo e viene incoraggiato sicuramente andrà incontro a successi gratificanti che motiveranno il giovane a fare ancora meglio. Ben più difficile, ma sicuramente molto stimolante, è il lavoro con quegli adolescenti segnati da insuccessi (es.: scolastici) e che alla fine si convincono di far

parte del gruppo di coloro che sono poco dotati. Gli adulti possono aiutare questi giovani a scoprire in loro stessi quelle virtù che sono ancora embrionali e a sviluppare fiducia in sé stessi nella consapevolezza che ognuno può avere propri limiti specifici. Ogni persona possiede una predisposizione particolare ma per poterla scoprire è necessaria una buona autostima e la convinzione di non dover apparire a tutti costi uguale agli altri.

Gli adolescenti vivono un precario equilibrio tra comportamenti e pensieri che oscillano tra la l'autonomia, l'indipendenza, l'assunzione di nuove responsabilità e la dipendenza intesa come regressione. Sono quindi alla perenne ricerca dell'equilibrio tra una spinta evolutiva ed una contro evolutiva. Per arrivare all'autonomia l'adolescente deve completare i compiti di sviluppo: costruzione dell'immagine di sé, accettazione del proprio corpo in rapida evoluzione, inserimento nel gruppo, integrazione della sessualità, progettazione del futuro scolastico e professionale, acquisizione di autonomia, decentramento cognitivo, ricerca di valori di riferimento. Quando i giovani mostrano vulnerabilità genetiche o ambientali si possono manifestare comportamenti rischiosi per la propria salute (ad es. l'assunzione di sostanze stupefacenti). La sostanza può assumere il significato di compenso in un processo di sviluppo problematico, ma inesorabilmente può interrompere il processo evolutivo cerebrale e occultare i talenti posseduti. La migliore prevenzione possibile verso l'uso di sostanze è quella di aiutare l'adolescente a portare a termine i propri compiti di sviluppo, incrementando e rinforzando tutte le competenze di vita (talenti, life skills). I nuovi pattern d'uso, le nuove sostanze ed i relativi problemi di salute ad essi collegati devono condurre le istituzioni a riflettere sulla futura organizzazione dei servizi non solo sanitari (terapie farmacologiche, ricoveri, reparti, lungodegenze, CT ecc) e sociali (servizi sociali adulti e minori), ma anche a ripensare alla prevenzione intesa come impegno della collettività che si attiva per il benessere delle generazioni future. È necessario che la città, sempre più simile a un "luogo non luogo", torni ad essere "comunità" in cui il senso di appartenenza e valori come la solidarietà e l'impegno entrino nella normalità del comportamento di ciascuno fin dalla più tenera età.