



SOPRA, A SINISTRA, AMBIENTALISTI DI FRIDAYS FOR FUTURE A ROMA. IL CARTELLO DICE: "IL TITANIC NON AVREBBE PROBLEMI NEL 2020. AGIAMO ORA". ALLUDE AL TRANSATLANTICO AFFONDATO PER UN ICEBERG. SOPRA, A DESTRA, ATTIVISTI A PALERMO. SOTTO, A SINISTRA, MILITANTE IN MESSICO. A DESTRA, UN ATTIVISTA IN CANADA; IL CARTELLO DICE: "NON C'È UN PIANETA B"



## QUESTO MONDO CI FA STAR MALE

8

Gli psicologi la chiamano **ansia climatica**: è la paura che colpisce molti ragazzi. Sono convinti che la Terra sia condannata alla distruzione, si chiudono in casa, rifiutano di fare acquisti per non sprecare risorse, soffrono di attacchi di panico. Alla vigilia degli scioperi globali per salvare il pianeta, *Grazia* racconta chi sono questi giovani e come aiutarli

di ALESSIA ERCOLINI



**B**ianca ha 7 anni e non mangia più pesce: dice che c'è la plastica dentro. Margherita obbliga la madre a evitare le confezioni al supermercato. Il tema dell'inquinamento ambientale coinvolge anche i più piccoli. Ma sono gli adolescenti quelli più consapevoli della gravità dei problemi del Pianeta e la loro inquietudine si sta trasformando in un'angoscia che gli esperti definiscono ansia climatica. «Provo sempre un profondo senso di colpa e la paura di non fare abbastanza per cambiare le cose», racconta Lavinia Iovino, 15 anni, studentessa liceale di Roma. «A volte non riesco a dormire. Se le cose continuano così, come sarò in grado di vivere tra 20 anni? Nonostante il mondo degli adulti ci dica che riusciremo a cavarcela, temo che non ci sarà il lieto fine».

Il futuro è spaventoso per il 75 per cento dei 10 mila ragazzi dai 16 ai 25 anni intervistati in dieci Paesi. Lo rivela una ricerca relativa all'ansia da clima finanziata dall'organizzazione Avaaz e condotta da esperti di sei atenei. Oltre la metà dei giovani ha provato spavento, tristezza, rabbia, solitudine, senso d'impotenza o di colpa. Su tutti, il 64 per cento ritiene che gli adulti non stiano facendo abbastanza per evitare la catastrofe. È lo stesso pensiero di Lavinia. «Da due anni sono un'attivista di Friday for Future, fondato da Greta Thunberg, e proprio facendo attivismo mi è venuta l'ansia, perché più sai, più hai paura», dice. «Andando a parlare con le Istituzioni mi sono resa conto di quanto la politica non sia né pronta né preparata ad affrontare la crisi climatica. Ho avuto momenti in cui ero maniacalmente attenta a tutto; se non avevo con me la borraccia, sarei morta di sete pur di non comprare una bottiglietta di plastica. Mesi fa ho avuto un crollo nervoso, ora va meglio. Fare attivismo mi aiuta. E anche i social lo fanno. Un follower mi ha scritto: "Non puoi salvare da sola il mondo intero"».

Quel malessere dovuto al senso di impotenza di fronte ai disastri ambientali causati dall'uomo oggi ha un nome, "solastalgia", parola coniata da un gruppo di psichiatri dell'università di Newcastle in Australia e dal filosofo Glenn Albrecht. «Il contesto sociale contribuisce a saturare quel disagio psichico-affettivo personale, che va dal disturbo alimentare al tema del ritiro sociale degli adolescenti», spiega Matteo Lancini, psicoterapeuta e presidente della Fondazione Minotauro di Milano, che si

occupa di adolescenti. «Ci sono disagi nella nostra società che si trasformano in forme di malessere come l'ansia climatica. La mancata attenzione degli adulti, che prima hanno deforestato e poi riempito di plastica il mare, il disastro atmosferico e ora la pandemia hanno creato una situazione per cui quattro giovani su dieci non pensano a fare figli. Hanno scarse prospettive sul futuro e c'è chi pensa al peggio. Quell'ansia si colloca in questo ambito. Le scelte degli adulti non sono state fatte per garantire il loro futuro. E ora gli adulti devono prendersi carico di questa fatica. La famiglia non può incidere più di tanto, ma può accogliere gli aspetti affettivi legati a questa percezione e non soltanto fare la raccolta differenziata. Ai bambini e agli adolescenti, però, non si raccontino bugie». La consapevolezza spinge tanti ragazzi a scegliere corsi di studi sull'ambiente. «Ma oggi uno studente che vuole lottare e studiare il cambiamento climatico non può farlo con una laurea triennale, ci vogliono anni e non c'è tempo», dice Mattia Grosso, 20 anni, di Torino, studente di Scienze internazionali dello Sviluppo e Cooperazione, attivista dei Fridays for Future, il movimento che torna nelle piazze con uno sciopero il 24 settembre.

La percezione che non ci sia più tempo è tra i fattori che aggravano l'eco-ansia. «Attenzione però a non trasformare tutto in patologie psichiatriche», avverte Alberto Pellai, psicoterapeuta dell'età evolutiva, autore del saggio *Vieta ai minori di 14 anni* (De Agostini). «I ragazzi hanno diritto di avere ansie sane, da trasformare in energia e progetti. Hanno il sogno di salvare il mondo e questo magari li spinge a diventare attivisti, come quelli dei Friday for Future. L'ansia come prima reazione a uno stimolo sfidante è una risposta fisiologica sana». Spinge a voler cambiare le cose. «Ho visto discariche a cielo aperto e avevo il terrore di mangiare prodotti contaminati o di bere acqua tossica», racconta Raffaele D'Alfonso Del Sordo, 18 anni, studente in Giurisprudenza di San Severo, in provincia di Foggia. «Ho provato paura e rabbia, però poi le ho trasformate nella voglia di fare. All'inizio raccogliendo la spazzatura dalle strade, chiamando il Comune che affiancava me e altri ragazzi. Poi abbiamo creato associazioni per il territorio. Il futuro prossimo ci appartiene. A livello globale ci vuole ben altro, ma anche le piccole cose possono cambiare il mondo». ■

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## E poi ci sono quelli che non si preoccupano

C'è chi si preoccupa troppo per l'ambiente e chi per nulla: una ricerca del centro studi Nomisma ha rivelato che la metà degli italiani non si pone il problema della **sostenibilità degli alimenti** al momento dell'acquisto. Sono consumatori che non sono disponibili, per esempio, a pagare una somma più alta per avere prodotti che abbiano un impatto ridotto sugli equilibri naturali, come scegliere una confezione senza plastica, oppure completamente riciclabile, o che non comporti sprechi di cartone e vetro. Un altro problema riguarda la consegna dei prodotti a domicilio: con lo shopping online le città sono attraversate da furgoni che aumentano lo smog.