

Di **Gianluca Brambilla, Viola Francini**

Nel 2021, un adolescente su quattro ha sperimentato sintomi depressivi. Uno su cinque manifesta problemi legati all'ansia o al panico sociale. E questa la fotografia fornita dall'ultimo rapporto dell'Osservatorio nazionale sull'adolescenza. Questi dati non rappresentano certo una novità, ma confermano una tesi che da anni ormai si fa largo tra gli esperti: i disturbi legati alla salute mentale sono in continuo aumento, soprattutto tra i giovani.

Professor Lancini, tutte le ricerche sembrano dimostrare un continuo aumento delle richieste di terapia, soprattutto tra i più giovani. È colpa della pandemia?

«Non del tutto. Credo sia importante sottolineare che la pandemia ha esacerbato e reso evidenti segnali che già erano presenti. Altrimenti si finisce per legittimare la tendenza degli adulti di individuare prima in internet e ora nel Covid la responsabilità di una sofferenza generazionale. L'aumento di richieste di supporto psicologico da parte dei giovani e dei giovani adulti era evidente sia nei servizi pubblici che privati già diversi anni prima dello scoppio della pandemia».

Quali sono i disturbi più frequenti oggi?

«In genere si tratta di disturbi che hanno a che fare con l'attacco al corpo, che è diventato il megafono di un dolore che non trova espressione altrove. Nelle ragazze si nota soprattutto un aumento dei disturbi del comportamento alimentare. L'equivalente maschile, invece, è il ritiro sociale, collegato anche al fenomeno degli hikikomori. Poi ci sono i tagli, i gesti autolesivi e i tentativi di suicidio. Gli adolescenti di oggi non sono più trasgressivi. Di fronte al senso di inadeguatezza che provano, preferiscono attaccare se stessi. Io mi auguro che si arrabbino e ci tagliano la testa. Fino ad ora, però, riversano tutto su di sé».

Lei sostiene che oggi gli adolescenti abbiano sostituito la rabbia con la delusione. Come è successo?

«Tutto nasce dal processo di identificazione con i propri genitori, che gli hanno sempre chiesto di essere bambini relazionali, socievoli, espressivi. Fino a qualche decennio fa, in famiglia, la norma era la sottomissione all'altro. Oggi invece la società prevede che bisogna avere tanti amici fin dall'asilo nido. È un modello che spinge – fin dalla più tenera età – a cercare il successo personale, anche a costo di prevaricare l'altro».

E cosa succede con l'arrivo dell'adolescenza?

«Succede che, raggiunta una certa età, sviluppano una forte delusione rispetto alla mancanza di successo. Alcuni manifestano questa sensazione verso l'esterno, contribuendo

a fenomeni come il cyberbullismo, il sexting o la sovraesposizione in rete. La maggioranza, invece, rivolge tutto verso l'interno: oggi è più difficile trovare adolescenti ribelli. Se cresci in una società in cui i sensi di colpa e la sessualità repressa diventano la norma, i problemi sono evidenti».

È per questo che parla di "età tradita"?

«Il tradimento consiste in parte sul fatto che costruiamo, durante l'infanzia, modelli ideali che poi con l'arrivo dell'adolescenza vengono totalmente disattesi. Il vero problema però è un altro e ha a che fare con un doppio processo: l'adultizzazione dell'infanzia e l'infantilizzazione dell'adolescenza. In altre parole, trattiamo i bambini come se fossero degli adulti, ma – una volta che diventano adolescenti – torniamo a trattarli come bambini. Nel post pandemia tutto questo è ancora più evidente. Per due anni si sono fatte lezioni tramite pc e smartphone. Oggi, con il ritorno in presenza, si è tornato a chiedere ai ragazzi di non portare a scuola i propri cellulari e computer, che oggi sono strumenti indispensabili per entrare nel mondo del lavoro. Se io trattassi i miei studenti universitari come vengono trattati al liceo, il rettore mi caccerebbe».

Come si esce da questa situazione?

«Dobbiamo abbandonare modelli educativi stereotipati e iniziare a farci carico dei problemi di questa generazione. Altrimenti i risultati sono evidenti: il suicidio è diventata la seconda causa di morte giovanile in Italia. Se la scuola torna alla normalità di prima, vedremo un aumento dell'abbandono scolastico. La scuola dovrebbe essere aperta 24 ore al giorno e diventare un luogo di ritrovo, anche per combattere la povertà educativa e digitale. Le famiglie, poi, dovrebbero interessarsi alle scelte virtuali dei propri figli e parlare con loro del dolore e del fallimento. Oggi c'è grande difficoltà da parte dei genitori nel vedere i figli per chi sono veramente. Bisogna togliere l'idealità e spiegare loro che esistono gli inciampi, i fallimenti, la morte. Per quanto riguarda la politica, infine, sono ancora troppo pochi i ragazzi che vengono coinvolti attivamente nei processi politici, anche a livello locale».

L'impressione è che le nuove generazioni si stiano abituando a vivere in uno stato di crisi su più fronti.

«Non so se si stanno davvero abituando. È certo che la definizione dell'identità è cambiata: i giovani di oggi dovranno crescere in una società liquida, in cui definirsi non è più necessario. Oggi la nuova normalità è essere fluidi. La capacità di adattarsi, non solo nel mondo del lavoro ma nella vita, è il modo in cui i ragazzi sopravvivono. La difficoltà più grande credo che non sia dover crescere in una crisi continua, quanto il fatto di doversi sempre modificare per stare al passo con una società che si muove a una velocità inarrestabile verso obiettivi che ancora non conosciamo».

MATTEO LANCINI

È psicologo, psicoterapeuta e docente all'Università Milano-Bicocca.

Presidente della Fondazione Minotauro, è direttore del Master "Prevenzione e trattamento della dipendenza da internet in adolescenza".

È autore di numerose pubblicazioni sull'adolescenza. L'ultimo suo libro è "L'età tradita" (Cortina editore, 2021).



Intervista a

Matteo Lancini

«I GIOVANI? SEMPRE MENO RIBELLI E PIÙ DISILLUSI»