







## Giovani e sguardo al futuro: incertezza e speranza. aspetti psicologici

La speranza è il faro che guida i giovani attraverso le turbolenze dell'età adulta e nelle incertezze che possono verificarsi nel Tam-tam quotidiano, ne rappresenta il vero carburante che alimenta il loro impegno, la loro creatività e la loro capacità di affrontare le sfide. La speranza aiuta i giovani a superare gli ostacoli e a rialzarsi dopo le cadute. È un antidoto alla frustrazione e alla rassegnazione. Eventi come la pandemia da Covid-19 hanno messo a dura prova la resilienza dei giovani e hanno generato un senso di incertezza per il futuro, ma la speranza è alla base dell'innovazione, è ciò che spinge i giovani a perseguire i loro obiettivi, anche quando le prospettive sembrano lontane. La speranza unitamente alle proprie ambizioni e motivazioni può rappresentare la chiave congrua, l'imput giusto per affrontare invece, le difficoltà con determinazione. E allora, come è possibile coltivare la speranza anche quando il futuro può sembrarci incerto? Quali sono i fattori che possono favorire lo sviluppo della resilienza nei giovani e sostenere in tal modo, il benessere psicologico? Di questo e molto altro, ne parliamo con Adelia Lucattini, Psichiatra e Psicoanalista, Ordinario della Società Psicoanalitica Italiana

Dott.ssa Lucattini, quali sono le principali sfide che i giovani affrontano oggi?

“Sono molteplici e spesso intrecciate tra loro, riflettono la complessità della società contemporanea.

La crisi climatica, l'instabilità economica e politica, l'evoluzione rapida delle tecnologie generano un senso di insicurezza e ansia rispetto alle prospettive future, sia personali che sociali.

I social media creano un ambiente in cui i giovani si sentono costantemente esposti e giudicati, l'ideale irraggiungibile di successo e perfezione amplifica sentimenti di inadeguatezza e può portare a disturbi dell'umore e dell'autostima. Le difficoltà nel trovare occupazioni stabili e gratificanti aumentano l'incertezza e il senso di precarietà. Il divario tra formazione e mercato del lavoro rende complesso il passaggio dall'istruzione alla carriera. Per ciò che concerne proprio la salute mentale, possiamo constatare e ce lo dicono i dati recenti post- pandemia di covid-19, che ansia, depressione e stress sono problemi sempre più diffusi tra i giovani, acuiti proprio da essa e dalle sue conseguenze individuali e sociali.

Un altro aspetto importante riguarda le relazioni e il senso di comunità: nonostante la connessione virtuale, molti giovani si sentono isolati e faticano a costruire relazioni autentiche e profonde.

Credo che queste sfide richiedano un approccio integrato, che coinvolga famiglia, scuola e istituzioni, affinché i giovani possano trovare risorse e strumenti per affrontarle con fiducia e coraggio”;

In che modo l'incertezza influisce sulla motivazione e l'impegno dei giovani verso i propri obiettivi?

“L'incertezza ha un impatto significativo sulla motivazione e l'impegno dei giovani verso le proprie aspirazioni, poiché genera un conflitto tra il desiderio di costruire un futuro e la difficoltà di immaginarlo con chiarezza. Gli effetti possono rendere difficile pianificare a lungo termine, portando molti giovani a sentirsi bloccati o demotivati. Quando il futuro appare nebuloso, investire energie mentali in obiettivi di lungo respiro può sembrare inutile o frustrante. La sensazione di non avere controllo su ciò che accadrà può generare ansia, che a sua volta interferisce con la capacità di concentrarsi e perseguire obiettivi con costanza.

D'altra parte, “il nuovo” e “lo sconosciuto”, a differenza dell'incertezza, rappresenta una sfida che li stimola a essere curiosi, flessibili e costanti”;

Quali sono, in particolare, le principali implicazioni dell'incertezza sulle relazioni interpersonali e sociali

