







## Giovani e futuro. Il peso dell'incertezza, la spinta della speranza

Oggi, per un giovane, avere speranza non significa essere ingenuo, ma compiere un atto di resistenza consapevole, continuando a sviluppare resilienza efficace, ovvero quella capacità che ci permette di affrontare, superare e adattarci positivamente agli eventi stressanti, segnando quel passaggio fondamentale di trasformare il trauma o la difficoltà in un vantaggio evolutivo.

In un mondo segnato da crisi climatiche, precarietà lavorativa e incertezza geopolitica, la speranza permette di tracciare il percorso di un cammino luminoso che porta a quel "fare costruttivo", che impariamo ad imprimere nella nostra Vita e che suona di conseguenza, di ciò che si chiama per noi "Futuro", quel passaggio fondamentale, che va dalla sopravvivenza alla trasformazione. Di questo e molto altro, ne parliamo con Adelia Lucattini, Psicologa e Psicoterapeuta, Ordinario della Società Psicoanalitica Italiana.

Lucattini: "Seguire le proprie passioni anche se la strada sembra complessa. Ciò che entusiasma dà energia, stimola la motivazione e diventa la base di progetti duraturi".

Dott.ssa Lucattini, quali sono oggi le sfide più rilevanti che i giovani si trovano ad affrontare?

"Le sfide che i giovani si trovano ad affrontare oggi sono molte e profondamente interconnesse, tanto da creare un quadro complessivo di grande complessità e vulnerabilità. Da un lato, devono confrontarsi con cambiamenti globali che generano insicurezza strutturale, come la crisi climatica, l'instabilità politica e i continui mutamenti economici; dall'altro, vivono in un contesto sociale e culturale che richiede loro rapidità di adattamento e competenze sempre nuove.

La crisi climatica non rappresenta solo un problema ecologico, ma incide anche sulle dimensioni emotive e identitarie: molti giovani parlano di eco-ansia, di paura per il futuro e di percezione di impotenza rispetto a fenomeni su cui sentono di avere un controllo limitato. A ciò si aggiunge l'instabilità economica, che rende difficile immaginare un progetto di vita stabile: l'incertezza sul lavoro, la precarietà contrattuale e la difficoltà di accesso all'autonomia abitativa contribuiscono a un senso di precarietà esistenziale diffuso.

Il rapidissimo sviluppo tecnologico, pur offrendo opportunità straordinarie, crea anche nuove forme di pressione. I giovani si muovono in un ambiente in cui non solo devono acquisire continuamente competenze digitali aggiornate, ma devono far fronte a una competizione percepita come costante e spesso estenuante. La quantità di stimoli, informazioni e richieste può diventare difficilmente gestibile e contribuire a sensazioni di sovraccarico mentale";

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

"L'incertezza ha un impatto significativo, 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 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.

Mentre il nuovo e lo sconosciuto, a differenza dell'incertezza rappresenta una sfida che li stimola a essere curiosi, flessibili e resilienti. Sono stimolati dal mistero, potremo immaginare i giovani come "investigatori" alla scoperta del mondo, il proprio mondo interno e la realtà al di fuori dell'ambiente familiare";

La formazione può rappresentare una leva importante per la costruzione di piani progettuali per il

