



Spesso la scuola è percepita come fonte di agitazione

I giovani e l'ansia

L'ansia scolastica è in crescita, anche se si tratta di un fenomeno non tecnicamente diagnosticabile come tale, perché non rientra nella letteratura medica ufficiale. In Italia, soffre di ansia una percentuale compresa tra il 5% e il 28% di bambini e adolescenti e la scuola è il luogo dove il dato emerge in maniera più significativa. Particolare allarme suscitano le condotte autolesive, in forte crescita e spesso "invisibili" alle famiglie. Anche i social network contribuiscono ad amplificare il disagio interiore di molti.

Ne parliamo con **Pierpaolo Triani**, professore ordinario di pedagogia presso la Facoltà di Scienze della Formazione dell'Università Cattolica del Sacro Cuore.

Professor Triani, siamo di fronte a un'emergenza reale? L'ansia scolastica è in crescita?

I giovani, secondo alcuni studi e la percezione di diversi insegnanti, manifestano una forte fragilità emotiva, spesso accompagnata da crisi di ansia. Questo tipo di disagio appare più frequente soprattutto in alcuni contesti scolastici, nei licei in particolare. Le ricerche più recenti sulla salute dei ragazzi mostrano che gli studenti italiani, pur apprezzando complessivamente la vita scolastica e riferendo di avere buone relazioni con i docenti, hanno una percezione più bassa del benessere a scuola rispetto ai loro coetanei europei.

Perché questo tipo di disagio esplose più visibilmente proprio a scuola?

La scuola è un luogo di confronto sociale, dove la dimensione performativa e competitiva sta assumendo un peso sempre maggiore. Nel contesto scolastico spesso si genera una sorta di equivoco tra l'auspicabile desiderio di "fare bene" e la pretesa, irrealizzabile, di non commettere errori. Quando il filosofo francese

Jacques Maritain parlava delle "disposizioni fondamentali" della persona, affermava che l'educazione avrebbe dovuto aiutare a sviluppare l'attitudine al lavoro "ben fatto", che, mi permetto di aggiungere, non vuol dire "perfetto". Abbiamo qui un nodo educativo fondamentale: i giovani devono essere responsabilizzati e spronati a dare il meglio di sé, ma non investiti da una pressione sociale che tende a identificare il valore di un essere umano con i risultati che egli raggiunge. Miguel Benasayag, filosofo e psicoanalista, nel suo volume "Funzionare o esistere?" (2019, **Vita e pensiero**) evidenzia la tragica confusione che porta a ritenere che "funzionare" sia più importante di "esistere". Obiettivo della scuola non è la realizzazione di un'ottima performance, ma la formazione dell'essere umano, lo sviluppo della sua libertà e della sua responsabilità.

Spesso gli stati ansiosi sfociano in forme di autolesionismo...

È un tema complesso. L'autolesionismo è espressione di un forte disagio che chiama in causa il rapporto con la dimensione dell'aggressività, rivolta in questo caso verso sé stessi. È anche, in un certo senso, anche una domanda drammatica di aiuto. Da un punto di vista educativo è importante innanzitutto riconoscere il fatto che l'aggressività fa parte dell'essere umano. Non si tratta di rimuoverla e dare a essa soltanto una valenza negativa, ma piuttosto imparare a riconoscerla e disciplinarla.

Che ruolo giocano i social network nella crescita del disagio e degli stati ansiosi nei giovani?

Incidono in maniera importante, lo testimoniano diversi studi. Il volume "La generazione ansiosa" (Rizzoli, 2025) di Jonathan Haidt, ad esempio, spiega con chiarezza come l'uso precoce di smartphone e social media abbia in-

fluenzato lo sviluppo emotivo e relazionale dei giovani, in particolare della Generazione Z (nati dopo il 1995). Il libro analizza come l'infanzia e l'adolescenza siano state trasformate negli ultimi decenni, passando da un modello di gioco libero a uno dominato dalle notifiche e dall'iperconnessione.

Si parla anche di una "carenza di ascolto" da parte di scuola e famiglia...

La domanda di ascolto dei ragazzi va accolta, ma anche interpretata correttamente. A mio parere essi chiedono innanzitutto di essere riconosciuti nel proprio valore al di là della prestazione che riescono a offrire. Attenzione, però, a non rendere questa richiesta un alibi rispetto alle responsabilità che i giovani devono assumersi. A scuola è giusto che gli studenti vengano responsabilizzati, ma in un'ottica formativa. Tra i banchi si va per imparare e, quindi, anche per sbagliare. La pedagogia dell'errore si realizza nella restituzione di una valutazione che non classifichi "numericamente" chi lo riceve, ma che riesca a trasmettere un insegnamento formativo.

A questi ragazzi serve più supporto psicologico, o un cambiamento nel modo di fare scuola?

Entrambe le cose. Occorre un cambiamento nel fare scuola, che dovrebbe realizzarsi a più livelli: attraverso un rinnovamento curricolare che permetta agli insegnanti di lavorare con meno frenesia, di avere più tempo per lavorare con gli alunni, di avere spazi e tempi per il confronto con i colleghi. Il supporto psicologico serve non solo per gli studenti; sempre di più stiamo capendo che gli insegnanti hanno bisogno di sentirsi supportati. Per questo è importante operare per far sì che nei territori vi siano équipe multiprofessionali che lavorino con le scuole, per sostenere il percorso dei ragazzi e il lavoro dei docenti.

Silvia Rossetti