

26/04/2018

## L'adolescenza sospesa: gli effetti psicologici del precariato



Bamboccioni e indolenti, accusati di essere incapaci di giungere all'indipendenza sia economica sia di vita, cominciando dallo staccarsi dalla famiglia d'origine. Sono stati tacciati così i giovani delle ultime generazioni. A tal proposito, l'Ordine degli Psicologi dell'Emilia-Romagna vuole evidenziare un aspetto spesso sottovalutato: non si è tenuto conto della reale prospettiva esistenziale che queste ragazze e questi ragazzi si trovano ad affrontare. Gli effetti, soprattutto psicologici, che si determinano quando un individuo non intravede un futuro per sé e per la propria giovane famiglia.

Vengono a cavallo della rivoluzione digitale, sono la generazione dei nati tra l'80 e il 2000, quelli che vengono chiamati Millennial: la loro epoca doveva essere quella del consolidamento economico e del benessere diffuso e invece è stata quella della peggiore crisi dai tempi della Grande Depressione, il cui leitmotiv sembra essere la mancanza di certezze.

### Gli effetti psicologici del precariato

"Il mondo del lavoro attualmente offre poco, ma esige comunque molto in cambio. Quel che bisogna chiarire è che una condizione di precariato lavorativo non rende instabile solo la situazione economica, ma mina anche lo stato psicologico delle persone. Perché non possono emanciparsi dalla famiglia di origine e costruire una propria realtà, ma si ritrovano a vivere forzatamente in una sorta di 'adolescenza sospesa'. I giovani si trovano a volte in condizioni comparabili all'indigenza, con conseguenti frustrazione e perdita dell'identità sociale; quasi sempre, quando hanno un lavoro, sono comunque sottopagati. Tutto ciò crea incertezza anche a livello delle proprie capacità e competenze, abbassando la stima di sé" commenta Anna Ancona, Presidente dell'Ordine degli Psicologi dell'Emilia-Romagna.

"La difficoltà di realizzarsi nel lavoro può causare un senso di impotenza e disorientare, bloccare, determinando significative ricadute in ambito affettivo-relazionale. La persona può rimanere immobilizzata nel presente e in continua negoziazione con le emergenze quotidiane, incapace di proiettarsi in un futuro esistenziale soddisfacente. Dover cercare e cambiare spesso lavoro, inoltre, può significare anche trasferirsi in luoghi diversi e abituarti a nuovi contesti, con la necessità di ricostruire continuamente non solo le proprie abitudini, i punti di riferimento che per molte persone hanno un ruolo importante nel dare solidità, ma anche i propri legami", aggiunge Elisabetta Manfredini, Vicepresidente dell'Ordine.

La resilienza, come reagire all'incertezza del domani

Una sensazione diffusa tra i giovani precari è la costante preoccupazione per il domani, una preoccupazione che a lungo andare può avere anche conseguenze fisiche, associata a un quadro di sofferenza psicologica. Disagio e demotivazione procurati dalla precarietà di lavoro possono comportare vissuti di inadeguatezza, depressione e stati d'ansia o panico accompagnati da una sintomatologia psicosomatica.

Nonostante questo contesto di instabilità, molte persone possono comunque reagire all'incertezza cercando di gestire autonomamente la situazione di crisi, utilizzando al meglio le proprie competenze, conoscenze, abilità relazionali, cercando anche appoggio quando necessario. La capacità di far fronte in maniera positiva alla precarietà, di riorganizzarsi quando ci si trova in difficoltà, riporta al concetto psicologico di resilienza. La resilienza è una risorsa che permette di reagire alle sfide esistenziali, anche mantenendo un'apertura nei confronti delle possibili opportunità che si incontrano, andando avanti nonostante le frustrazioni. È una risorsa che tutte le persone possono acquisire e incrementare, anche con interventi di sostegno psicologico mirati.