

“Educare gli adolescenti allo studio per non avere più paura della paura”

IL NEUROLOGO SORRENTINO: “SERVONO RIFERIMENTI SOCIALI E CULTURALI SOLIDI”

Il Coronavirus ha arricchito l'immaginario collettivo di icone, simboli, nuove figure della paura, fino al punto in cui la paura è diventata più contagiosa del virus stesso. Più che sconfiggerla, va sfruttata in modo consapevole per un vantaggio individuale e sociale. Ne parliamo con Rosario Sorrentino, neurologo, divulgatore scientifico e scrittore.

La paura è un'emozione ambivalente; può farci cadere nel panico, ma ci avvisa della presenza di un pericolo. Come farne buon uso in questo periodo?

Il tema della paura è centrale, noi parliamo di questa emozione in senso negativo, quando in realtà rappresenta una risorsa straordinaria, che ci consente, se utilizzata con razionalità, di sviluppare autodisciplina e responsabilità nei confronti dei singoli e della collettività. La paura, che va differenziata dal panico, può renderci capaci di sfruttare moltissime delle nostre risorse; occorre, tuttavia, cambiarne la percezione culturale, cambiarne il paradigma. Il mio cavallo di battaglia sta nel motto: “Allenarci alla paura e allearci con la paura”, perché ci offre uno sterminato terreno biologico dove coltivare quell'autocoscienza e quella consapevolezza delle sfide che ci troviamo davanti.

In un periodo di incertezza e spaesamento come quello che stiamo vi-

vedo quanto contano i riferimenti sociali e culturali?

Dobbiamo puntare con fermezza sul concetto di cultura nel nostro paese, e risanare la frattura fra cultura umanistica e cultura scientifica, un conflitto che è sempre esistito in Italia. Nell'accezione più ampia del termine il concetto di cultura è legato a quello di esperienza, questi due margini vanno riunificati. L'Italia deve poter contare sulla formazione, ma anche su un modello di speranza che si rapporti alla paura cosciente e consapevole. Questa paura la dovrebbero avere soprattutto i nostri leader politici. In giro c'è molto narcisismo, è arrivato il momento di riconnetterci alle persone e riconfigurare il rapporto tra scienza, politica e società. La scienza deve riscattarsi dal suo ruolo marginale al tavolo delle decisioni e orientare le politiche sociali. Il Covid-19 ci sta imponendo un corso accelerato di pazienza, resilienza e resistenza, concetti che torneranno molto utili nel futuro, ma adesso servono esempi individuali importanti, fatti di capacità, esperienza e cultura. Pensiamo a quello che facevano un tempo gli intellettuali quando anticipavano le crisi, i malesseri sociali e ci indicavano la strada, mi riferisco a modelli di questo tipo.

Sono usciti dati allarmanti sull'aumento della depressione e dei comportamenti autolesionistici e ag-

gressivi fra gli adolescenti. Come proteggere i giovani dall'isolamento e dal malessere?

L'adolescenza è un'età straordinaria, ma si contraddistingue per un'alta propensione al rischio e al pericolo. Quasi il 50 per cento per cento di tutte le forme di disagio mentale ha esordio durante l'adolescenza, un periodo che va da 12-13 ai 18-20 anni, al punto che si parla di tarda adolescenza. Adesso il rischio è quello di definire un'età della vita dove l'adolescenza potrà arrivare fino ai 35-40 anni, con adolescenti, appunto, che restano tali quando dovrebbero già essere adulti e maturi. Mai come in questo momento quindi è importante coinvolgere i giovani, e far capire loro che la società ha bisogno di questa parte pulsante del paese, perché è l'età in cui si affrontano le sfide. Devono apprendere l'importanza dello studio, della conoscenza e dell'esperienza. Bisogna spiegare loro che le scorciatoie sociali anche se promettono bene non portano a un'effettiva consapevolezza, a una crescita vera. Se non investiamo sulla formazione e sui ragazzi siamo destinati a uno scenario di autismo collettivo e scontri sociali e generazionali. La scuola è la principale agenzia di socializzazione e formazione dei più giovani. Siamo animali sociali e troppo spesso lo dimentichiamo.

Giulia Catricalà

