

Cosa si nasconde sotto la nebbia? **di Alessandra Tamiati, psicologa**

In queste settimane, con l'inverno alle porte, la campagna della Pianura Padana, specialmente nelle prime ore del mattino, può coprirsi di quella coltre di umidità, più o meno intensa e disagiata, che poco piace agli automobilisti ma che ha una sua utilità in natura. Spostandoci in auto o in pullman da un paese all'altro, a volte semplicemente affacciandoci dalla finestra di casa, ci troviamo di fronte a uno spettacolo per certi versi particolare, soprattutto per chi non è abituato al clima umido degli inverni del Nord Italia. Tutto ad un tratto sembra che i campi, le strade, le case, le piazze siano spariti, sfumati in una visione indefinita e uniforme, che ti entra dentro, a volte anche in senso fisico talmente è intensa. Ad un primo colpo d'occhio, è come se la nebbia avesse cancellato tutto, se lo fosse in qualche modo mangiato, avesse inglobato in sé case, piazze, alberi, distese di terreni. Invece no. La nebbia copre ma non cancella. Tutto sotto di lei rimane intatto e intonso, e quando il vento o il sole la spazzano via, ai nostri occhi torna la visione di ciò che è. E' brutto muoversi in mezzo alla nebbia. A volte si rischia di perdere la strada, il senso, la direzione: è veramente un attimo rischiare di andare fuori strada. In senso concreto quando siamo al volante, in senso metaforico quando la nebbia può essere metafora di una forma di confusione, specialmente se intensa e protratta nel tempo.

Sempre stando a fil di metafora, chissà a quanti di noi è capitato di sentirsi così almeno una volta nella vita: di fronte a scelte importanti, di fronte a difficoltà o cambiamenti improvvisi e criticità inaspettate, di fronte all'incertezza per fattori fondamentali della nostra vita, che si stanno delineando come poco chiari, potenzialmente preoccupanti, di difficile gestione.

Pertanto, vien da sé che non possiamo obiettivamente abbinare una condizione di incertezza ad una specifica fase della vita. Ma possiamo sicuramente considerare l'incertezza come fattore potenzialmente presente nella vita di un adolescente. Sarebbe impreciso e fuorviante voler individuare ambiti specifici nei quali essa potrebbe fare la sua comparsa. In adolescenza i cambiamenti sono tanti, fisiologicamente il ragazzo e la ragazza affrontano fasi di crescita, scelte importanti e l'emergere di lati di sé non ancora incontrati, aspettative personali e di chi li circonda (che, tra l'altro, non sempre collimano) con le quali confrontarsi e fare i conti.

Tra le scelte significative, troviamo quella del percorso futuro, dapprima formativo e poi professionale: classe terza della scuola secondaria di primo grado, classe quinta della scuola secondaria di secondo grado, le superiori, come si chiamavano qualche anno fa. E in qualche caso anche i cambi di rotta, con il passaggio a percorsi formativi diversi da quello inizialmente intrapreso. Passaggi socialmente definiti i primi, opportunità per ritrovarsi e ripartire i secondi. Una scelta formativa e professionale che potrebbe condizionare la vita futura, e che nel frattempo scandisce il presente. Abbiamo preadolescenti convinti di chi vorrebbero diventare "da grandi", con le idee chiare rispetto a se stessi e a cosa chiedere alla vita, a questa specifica porzione della loro vita. Ma la maggior parte dei nostri figli e allievi non ha le idee così chiare, e rimane a volte per mesi combattuto nell'incertezza e nella confusione rispetto alla strada da intraprendere. I fattori coinvolti sono legati sia alle caratteristiche degli specifici percorsi in sé, che alla conoscenza di se stessi, ma anche all'oggettiva difficoltà nel capire veramente cosa possa voler dire "da grande farò...". Ci vuole tempo per conoscersi veramente, per individuare serenamente limiti e potenzialità, per capire cosa posso dare e cosa vorrei. Servono

occasioni per poter sperimentare piccoli assaggi del mondo del lavoro. Sopra a tutto, il senso di responsabilità, che riconosce significato e attribuisce rilevanza a ogni scelta e che rende al tempo stesso più complicato il giungere a una decisione definitiva. Quell'emozione del "non si torna più indietro" alberga spesso nell'animo inquieto di tanti preadolescenti alla ricerca di un po' di chiarezza. In questi casi, sarebbe bello che qualcuno decidesse per noi. Ma non può e non deve essere così.

A volte l'incertezza rispetto al percorso intrapreso emerge poco alla volta nel corso dei cinque anni, portando a demotivazione, incostanza nell'applicazione, perdita dell'entusiasmo iniziale.

In altri casi, la confusione, se così la si può chiamare, non è tanto rispetto alle scelte effettuate, quanto rispetto a se stessi: ciò che viene meno è la fiducia rispetto alle proprie capacità e alla possibilità di essere all'altezza. Una fragilità nel percepire se stessi e la propria adeguatezza in alcuni trasversale, in altri che coinvolge l'immagine che abbiamo maturato relativamente a specifici ruoli e ambiti. Smarrimento e disorientamento, ansia, chiusura, tristezza e tanta, tanta sfiducia.

Non sempre, però, l'incertezza assume una connotazione esclusivamente negativa. "Può sembrare un paradosso, ma l'incertezza è fondamentale nelle scienze esatte. Proprio la ricerca dell'esattezza delle analisi e delle misure richiede di conoscere con precisione i loro limiti" (Parisi, Giorgio, **Incerteza**. *Interpretare il presente, prevedere il futuro*, 2021). L'essere umano è molto più di una scienza esatta, è un qualcosa di complesso ma anche di meraviglioso. "Prendete la vostra vita e fatene un capolavoro" disse Giovanni Paolo II. L'incertezza fa parte della vita, va accettata e affrontata, per poter spazzare via quella nebbia che copre le nostre effettive potenzialità e che, fin tanto che non potranno esprimersi, continueranno a farci sentire e sembrare inadeguati o lontani da una meta che in realtà è raggiungibile, ma nella quale dobbiamo credere innanzitutto e prima di tutti noi!