

Questo articolo ha un titolo che a molti può ricordare una vecchia canzone di Renato Zero, ma allora la domanda sorge spontanea cosa c'entra con l'università? Fondamentalmente niente, probabilmente tutto. Mi spiego meglio.

Come penso già sappiate, da poco tempo l'università ha messo a disposizione degli studenti uno psicologo che può essere consultato gratuitamente, semplicemente prenotandosi; ma da dove deriva la necessità di curare il lato psicologico di ognuno di noi? Perché dovrebbe esserci una figura professionale specializzata nel "curare" la nostra mente? Dopotutto stiamo vivendo i nostri migliori anni, nell'immaginario collettivo, gli anni trascorsi all'università rappresentano il periodo della nostra vita dove si forma il carattere, dove impariamo a vivere, diventiamo responsabili, impariamo ad autogestire il nostro tempo, i nostri soldi, è il periodo di transizione da adolescenti a uomini. Questi anni, sono quelli che modelleranno il nostro carattere, le esperienze che faremo, la gente che conosceremo, le cose che impareremo verranno immagazzinate in un grande data base che si trova nel nostro cervello, verranno interpretate e poi incideranno sul nostro modo di essere. Tutto questo contribuirà a formare i genitori del futuro, tutto ciò che faremo durante la nostra vita universitaria inciderà in modo significativo sul nostro futuro, e su questo siamo tutti d'accordo. Ma allora perché sempre più ragazzi si trovano ad affrontare un periodo che si rivela alquanto diverso da quello che ci viene descritto? Perché ultimamente si legge sempre più spesso di giovani in preda ad attacchi di panico, ansia o nei casi più estremi, depressione? Da dove nasce questo disturbo? Perché quello che per i liceali sembra un sogno, si trasforma dopo qualche anno in un incubo? Perché la paura di affrontare gli esami sta diventando un problema insormontabile per le nuove generazioni? Perché i nostri genitori non hanno avuto tutti questi problemi nell'affrontare il loro percorso di studi? Cos'è cambiato? Cosa c'è di diverso? Proviamo a fare il punto della situazione e ad analizzare la questione. Le difficoltà che la vita universitaria ci pone davanti sono molteplici, la corsa contro il tempo, il sovraccarico di lavoro, la costante pressione per ottenere dei risultati soddisfacenti, l'alta competizione con i nostri pari, e perché no, nella lista inserirei anche l'approccio alle volte "traumatizzante" che molti professori hanno nei confronti degli studenti, sia all'esame che durante le lezioni; quante volte infatti ci sentiamo descrivere il corso di studi come una corsa infinita dove chi arriva ultimo viene tagliato fuori?

Io penso che sia la combo di molti fattori la vera causa di tutto questo, penso che non sia del tutto colpa nostra, come penso che non sia del tutto colpa degli altri, del sistema, penso che parte della colpa sia anche della sfortuna che ci sta girando intorno in questo periodo storico, siamo i figli di mezzo della storia, siamo quelli nati prima della crisi ma che non vedranno mai la rinascita, ci siamo trovati in una società troppo incentrata sull'ottenere le massime prestazioni da ogni individuo ed abbiamo perso di vista l'essenza della nostra vita, facendola diventare un circolo di studio, impegni, cose da imparare e nessun momento libero da dedicare a noi stessi, alla cura della nostra psicologia, nessun momento per capire realmente chi siamo, ma soprattutto dove stiamo andando! Non abbiamo tempo, dobbiamo produrre, dobbiamo passare gli esami, dobbiamo lottare, lottare col tempo, lottare con i docenti che sempre più spesso sono chiamati ad attuare una politica di estrema scrematatura per permettere all'ateneo di sfornare i "prodotti" più competitivi sul mercato, lasciando senza scampo chi non è abbastanza, chi è più fragile, chi non riesce a correre ai ritmi del sistema, chi si perde nel sopra citato limbo, chi ha bisogno di una mano, o per lo meno di una certezza. In sostanza questo articolo l'ho scritto, si per evidenziare un problema che si sta facendo sempre più presente nella nostra quotidianità,

## I migliori anni della nostra vita

Scritto da Caporedattore

Martedì 10 Luglio 2018 05:54 -

---

ma anche per invitare tutti a riflettere sulla questione della psicologia che tante volte dimentichiamo finché non ci troviamo immersi in un mare troppo agitato per affrontarlo da soli. La presenza di una figura specializzata messa a disposizione degli studenti in maniera del tutto gratuita quindi, a mio avviso risulta una grande occasione per tutti noi che ogni giorno dobbiamo affrontare lo stress universitario, affinché possiamo ricordare questi anni, come i migliori anni della nostra vita.

Quante volte i professori descrivono l'esame più simile allo sbarco in Normandia che all'idea di conoscenza ? " Vi presenterete in 90 ma ne passerete in 10 , e di quei 10 dopo l'orale solo 5 di voi avranno superato l'esame " , questa è una delle frasi con cui molti professori si prendono la briga di contribuire allo stress che ci opprime quotidianamente. Ma perché? Perché ogni volta che decido di preparare un esame, devo prepararmi ad affrontare notti insonni? Periodi di ansia, stress, paura? La fatidica domande che prima o poi tutti ci poniamo: ma chi me lo fa fare ? E poi per cosa ? A cosa vado incontro? Devo sacrificare i migliori anni della mia vita, trascorrendoli in un limbo fatto di attacchi di panico e xanax per poi non avere neanche la certezza di poter lavorare? A questo punto il gioco vale la candela? Secondo alcuni studi, circa il 20% degli studenti universitari, soffre o ha sofferto almeno una volta di disturbi di ansia dovuti allo stress accumulato durante il suo percorso di studi. Ma allora il problema dov'è? Dovremmo rifletterci su per capire su chi dobbiamo scaricare la colpa, su chi dobbiamo puntare il nostro indice, che troppo presto puntiamo verso noi stessi, autogiudicandoci falliti, e cadendo inesorabilmente nel limbo prima citato. Il problema nessuno sa bene quale sia, probabilmente è vero, non siamo in grado di gestire tutto lo stress, probabilmente ci viene descritto un mondo fittizio che nella realtà è totalmente diverso, probabilmente siamo cresciuti con molte, forse troppe comodità e non siamo più abituati/disposti a compiere grandi sacrifici, o forse nessuno, e dico nessuno ci ha preparato realmente per ciò a cui stavamo andando incontro.

Leonardo Di Virgilio