

## **Giovani e Covid-19, perché non hanno paura? Giannini (Sapienza): «È l'ansia di ricominciare a vivere»**

*La professoressa Giannini (coordinatrice dell'area "psicologia dell'emergenza" dell'Ordine Psicologi del Lazio) spiega il ritorno alla movida dei giovani, il loro rapporto con Covid e l'angoscia del tempo che passa.*

Prima ringraziati dal ministro della Salute per l'impegno e il rispetto delle regole durante il lockdown, ora tacciati di aver rialzato la curva dei contagi con le vacanze e la movida. I giovani hanno vissuto un 2020 molto complesso dal punto di vista emotivo e psicologico con Covid-19. E questo settembre pesa sugli **universitari della fascia d'età 18-24**, che dovranno affrontare la fase di convivenza con la pandemia con più di un sacrificio. Su di loro pesa, infatti, il desiderio di tornare alla normalità e l'angoscia di non poterne conoscere la data. *Sanità Informazione* per parlarne ha raggiunto **Anna Maria Giannini**, professore ordinario di Psicologia all'Università "La Sapienza" di Roma e coordinatrice dell'area "psicologia dell'emergenza" dell'Ordine Psicologi del Lazio.

### **GIOVANI E CONTATTO FISICO**

La psicologia si è molto interessata alle reazioni e ai comportamenti sviluppati durante la pandemia. Sia perché è un evento che non ha precedenti al mondo, spiega la professoressa, sia perché l'unica vera misura di prevenzione è legata al comportamento umano. «La fascia di cui parliamo (18-24) – precisa – è una fascia in cui le relazioni sociali e il **contatto interpersonale sono fondamentali**», per la crescita e la formazione delle singole personalità. «Tagliare di colpo una delle funzioni principali della loro vita, cioè quella relazionale, è stato molto difficile», aggiunge.

La pandemia ha dato modo a psicologi e ricercatori di rivalutare quella teoria che vuole i giovani sempre più rifugiati nelle relazioni virtuali e lontani dalla socialità fatta di luoghi d'incontro e [contatto fisico](#). «Abbiamo invece scoperto – racconta Giannini – un livello intenso di sofferenza per l'assenza di relazioni sociali. Finita l'epoca del lockdown è stato infatti **impossibile impedire episodi di "movida"** nei pub e nei bar, proprio perché l'aggregazione è una motivazione molto forte per i ragazzi».

## «DURANTE IL LOCKDOWN SIMULAVANO LA VITA DI PRIMA»

Durante la chiusura forzata, la professoressa Giannini ha raccolto una serie di questionari online per avvicinarsi alla situazione psicologica che stavano vivendo i ragazzi. Le reazioni sono state differenti, anche in base al proprio equilibrio e alla storia personale. Sono stati evidenziati tuttavia alcuni tratti comuni: sia nei meccanismi di reazione che nei disagi riscontrati.

Molti di loro cercavano di ricreare da subito situazioni che ricordassero la normalità. «**Simulavano l'aperitivo serale**, chiamandosi in webcam o dal cellulare, con qualcosa da bere e mangiare di fronte e chiacchieravano per ore», spiega la dottoressa. Altri si sono rifugiati nel sostegno delle proprie famiglie: «Quelli che hanno potuto avere delle relazioni familiari e una situazione abitativa costruttiva, hanno reagito meglio».

## NOSTALGIA DELLA ROUTINE E FUGA DALLE INFORMAZIONI

Si è notato un curioso fenomeno di «valorizzazione delle azioni scontate e di nostalgia della normalità». Per gli universitari non poter vedere colleghi e compagni, fare il break tra una lezione e l'altra, frequentare le lezioni è diventata una mancanza più che profonda, anche quando prima era considerata noiosa. «Ci sono state delle risposte in cui ci hanno detto **“io ho rimpianto persino il traffico”**, prendere un autobus o stare in fila. Quelle azioni banali che significano normalità».

«È emerso anche il rapporto con i “bollettini di guerra”, ovvero l'annuncio dei dati relativi ai contagi – racconta l'esperta -. L'ansia di scoprire i nuovi numeri e le immagini terribili che arrivavano li ha colpiti molto. Molti hanno cercato di **difendersi dalle troppe informazioni** per preservarsi, ascoltando meno notizie e rifugiandosi nei propri rapporti».

## «L'IDEA DEL LONTANO DA ME» E LA MOVIDA

Dopo il lockdown il loro [comportamento è cambiato](#). Da responsabili e rigidi osservanti a nuovi diffusori del virus in estate, con discoteche e pub di nuovo aperti. Si tratta di un **meccanismo di rimozione**, spiega l'esperta, «che fa loro dimenticare che questa nuova fase non è un “liberi tutti”, ma un momento di convivenza con Covid-19». Infatti l'età media dei nuovi contagi è scesa fino a toccare [quota 29 anni](#). «Ma le spinte motivazionali della fascia giovanile,

sono proprio inclini a soddisfare nell'immediato quelli che sono i loro bisogni. Quindi loro si sono orientati sul "tanto la persona che ho di fronte non è malata". Lo stesso meccanismo che si ripete in altre situazioni di rischio in cui si ritrovano: abuso di alcol, guida spericolata, comportamento sessuale irresponsabile», per esempio.

È quella che la professoressa definisce «**l'idea del lontano da me**», che si sviluppa con l'ansia di ricominciare a vivere. «Sostenuta dal messaggio dei media – prosegue – per cui la malattia colpisce maggiormente anziani e adulti. Falso per giunta, perché in realtà colpisce tutti. C'era bisogno di fare un ragionamento prospettico, che prevedesse ciò che poteva accadere nel futuro. Ma è contrario all'approccio giovanile, che non vuole pensare alle conseguenze».

I ragazzi quindi, **non hanno paura di morire?** «Non di morire, ma di [sentirsi limitati](#) e non poter godere della vita ricca che avevano prima. L'idea di morte nella mente di una persona giovane è molto lontana: cognitivamente riescono a capire che esiste, ma non li riguarda mai. È anche questo un meccanismo di difesa contro l'angoscia».

## **COME AFFRONTARE L'AUTUNNO**

La professoressa Giannini ora invita i giovani ad affrontare l'autunno 2020 con una consapevolezza rinnovata, fatta di razionalità e aderenza alle regole. «La [vita universitaria](#) – fa presente – sarà regolata da procedure di sicurezza. C'è una proporzione stabilita di studenti per le aule e degli standard per la frequentazione dei luoghi pubblici. Si può vivere in sicurezza, basta non dimenticare mai che stiamo convivendo con il virus. Non è la vita di prima, e ci impone comportamenti contrari a quelli che ci vengono spontanei».

«L'umanità – conclude – ha superato cose terribili. Se ci lasciamo andare troppo all'approccio emozionale, perdendo di vista quello razionale, possono nascere ansie forti o comportamenti errati. La misura del rischio deve essere studiata, ma i ragazzi devono conservare il loro rapporto con il mondo».

[di Gloria Frezza](#)

7 settembre 2020

[https://www.sanitainformazione.it/salute/giovani-e-covid-perche-non-hanno-paura-risponde-giannini-sapienza/?utm\\_source=newsletter&utm\\_medium=email&utm\\_campaign=nl08092020](https://www.sanitainformazione.it/salute/giovani-e-covid-perche-non-hanno-paura-risponde-giannini-sapienza/?utm_source=newsletter&utm_medium=email&utm_campaign=nl08092020)