

Università degli Studi di Palermo
Inaugurazione Anno Accademico 2025-2026

Prolusione

Salvatore Gullo, Direttore del Servizio Integrato di Ateneo per il Supporto Psicologico – S.I.A.S.P.

Magnifico Rettore, gentili Ospiti, illustri Componenti del Senato Accademico e del Consiglio di Amministrazione, Autorità istituzionali tutte, cari Colleghi e, soprattutto, care Studentesse e cari Studenti.

Desidero rivolgervi il mio più sincero ringraziamento per aver onorato, con la vostra presenza, l'apertura di questo nuovo anno. La scelta di inaugurare l'Anno Accademico 2025-2026 nel segno della vulnerabilità e della resilienza rappresenta un segnale chiaro che questa Università intende trasmettere ai giovani e alla comunità intera. L'intento è porre l'accento sul ruolo fondamentale che il benessere psicologico riveste nel percorso universitario, inteso come esperienza di formazione che è, anzitutto, un percorso di crescita personale.

Nel corso della relazione esporremo dati che delineano una situazione per certi aspetti preoccupante. Questa analisi non mira a creare allarme, ma risponde a un preciso dovere: in quanto comunità che trae fondamento dalla conoscenza, abbiamo l'obbligo di osservare la realtà con sguardo lucido e di interrogarci sui fenomeni che oggi siamo chiamati a comprendere.

Viviamo un momento storico attraversato da profondi mutamenti e segnato dal venir meno di molti punti di riferimento delle precedenti generazioni e sappiamo quanto spesso, soprattutto tra i più giovani, le crisi possano elicitare condizioni di disagio e malessere.

I dati sono evidenti e testimoniano come negli ultimi anni il tema della salute mentale sia divenuto centrale nel dibattito scientifico, sia in Italia sia a livello internazionale. Volgendo lo sguardo alla cosiddetta *emerging adulthood* (18-30 anni), il panorama clinico appare critico: i dati dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) e dell'Istituto Superiore di Sanità (ISS) descrivono una realtà in cui i disturbi psichici rappresentano la seconda causa di mortalità giovanile, con un'incidenza che nell'Unione Europea coinvolge undici milioni di cittadini.

Oltre alla crescente prevalenza di sindromi ansiose e depressive, che nel 2025 hanno riguardato il 27% della popolazione under 30, la letteratura scientifica documenta l'insorgere di nuove e polimorfe fenomenologie del disagio: dalle alterazioni della percezione corporea e del comportamento alimentare, alle derive dell'isolamento sociale - come il fenomeno

dell'*hikikomori* - sino alle moderne forme di *internet addiction* e alle condotte autolesive e suicidarie.

La Commissione Psichiatrica Internazionale sulla salute mentale giovanile, in un recente contributo su *The Lancet*, non ha esitato a definire tale quadro una "crisi mondiale", invocando l'adozione di contromisure immediate. Tuttavia, la gravità del fenomeno è nota da molto tempo: già nel 2011 il World Economic Forum identificava nelle patologie mentali la principale causa di perdita del PIL globale, a causa della precocità d'insorgenza dei disturbi e della persistenza dei loro effetti a lungo termine, se non adeguatamente affrontati.

Ma c'è un altro dato che riveste particolare interesse per noi in questa giornata: la ricerca internazionale concorda nell'affermare che la diffusione del disagio psichico è più alta negli studenti universitari rispetto ai coetanei che non frequentano l'università. Oggi ci occupiamo di questo tema perché come comunità siamo consapevoli di quanto il malessere individuale possa trasformarsi in un limite strutturale alla capacità dei nostri studenti di abitare il futuro con equilibrio e pienezza.

I dati provenienti dall'Organizzazione Mondiale della Sanità indicano che tra gli studenti universitari la prevalenza globale di disturbi mentali si attesta tra il 30% e il 35% nell'arco di un anno. È un fenomeno che interessa gli studenti di tutto il mondo e che, pur radicandosi in matrici geo-culturali eterogenee, manifesta tassi di incidenza sorprendentemente omogenei a livello globale.

L'analisi diacronica rivela un aumento preoccupante: gli studi condotti all'inizio del 2000 sulla popolazione studentesca riportavano una prevalenza del 15% per le condizioni depressive. Negli anni della pandemia, tale prevalenza ha toccato livelli del 60%. Oggi, una delle revisioni più recenti condotta su 64 studi, che ha coinvolto oltre 100.000 studenti universitari, stima la prevalenza dei sintomi depressivi al 33,6% e dei sintomi ansiosi al 39,0%.

Sono numeri allarmanti, che segnalano un fenomeno dalla diffusione vastissima e con una tendenza ancora instabile che rende complessa ogni proiezione sul prossimo futuro. Ma, oltre i numeri, è ciò che scorgiamo attraverso le richieste d'aiuto dei nostri studenti che ci preoccupa e ci interroga. Dietro l'ansia da prestazione, il blocco degli esami e le difficoltà di concentrazione - già autorevolmente richiamate dal Magnifico Rettore - scopriamo tutta la complessità del vivere oggi: isolamento, relazioni sfilacciate o tossiche, storie di maltrattamenti e bullismo, profonda incertezza sul futuro e pressioni sociali percepite come insopportabili. Una fragilità del Sé per molti versi inedita, che deve fungere da monito per mantenere desta l'attenzione su una generazione che, pur abitando i luoghi dell'alta formazione, si ritrova a navigare in un mare di incertezza esistenziale.

In risposta a questa emergenza silenziosa, il panorama accademico globale ha assistito alla genesi di numerosi programmi di prevenzione e intervento. L'OMS ha promosso la *WMH-ICS (World Mental Health International College Student initiative)*, un protocollo internazionale per mappare il disagio e strutturare strategie mirate. Parallelamente, negli Stati Uniti, lo *Healthy Minds Study* rappresenta oggi lo standard per il monitoraggio sistematico della salute mentale studentesca, supportato da strumenti pratici come il *College Student Mental Health Toolkit*. Modelli interessanti emergono anche dall'Europa e dall'Australia, dove il riconoscimento precoce del disagio è parte integrante della cultura dei campus. In tal senso, il Canada si distingue per l'approccio olistico promosso dalla *Mental Health Commission of Canada*, che guida le università nella creazione di ambienti sicuri.

In Italia, nel 2023, il Ministero dell'Università e della Ricerca ha stanziato oltre 40 milioni di euro per consolidare i percorsi di benessere psicofisico. Tra questi, il progetto *PRO BENE COMUNE (PROMozione del BENEssere della COMunità UNivErsitaria)* rappresenta una delle iniziative più ambiziose per affrontare in modo integrato le fragilità degli studenti.

Nell'ambito di questo ampio progetto, l'Università di Palermo ha promosso nel 2025 - e programmato per il 2026 - una fitta rete di iniziative per il benessere, dalla *mindfulness* allo yoga, dagli incontri esperienziali e di sensibilizzazione alle attività ludico-sportive. Inoltre, come parte di una ampia cordata accademica con gli Atenei di Messina, Trieste, Siena e Reggio Calabria, il nostro Ateneo ha contribuito a un'indagine che coinvolge oltre 3.500 studenti. I dati emersi offrendo una interessante e approfondita fenomenologia dello stress universitario.

Dall'analisi emerge la percezione di un profondo disequilibrio tra impegno e ricompensa. Molti studenti avvertono una dolorosa asimmetria tra le energie cognitive ed emotive investite e il ritorno in termini di gratificazione e riconoscimento. Questo sbilanciamento non solo intacca la qualità della vita, ma genera un'insoddisfazione che investe la valutazione stessa delle competenze acquisite. La ricerca evidenzia come il benessere si muova lungo un continuum che va dal *flourishing* - uno stato di pienezza relazionale e di scopo - al *languishing*, una condizione di atonia vitale e disconnessione che, pur non essendo patologica, priva il percorso accademico di senso. Le criticità maggiori si concentrano nella dimensione sociale: la gestione delle relazioni, la vitalità degli scambi e la percezione di poter esprimere autenticamente la propria identità. Questi segnali suggeriscono che, nonostante una base solida, il benessere resta vulnerabile laddove le dinamiche interpersonali si fanno complesse o le condizioni istituzionali appaiono meno favorevoli. Di contro, gli studenti di Palermo figurano tra coloro che manifestano i più bassi livelli di frustrazione e malessere riconducibili a fenomeni di discriminazione, sia essa di genere, culturale o socioeconomica, posizionando il nostro Ateneo tra le realtà più inclusive del campione.

Riportando l'attenzione sui nuclei centrali del disagio, i dati rilevati presso il nostro Ateneo attestano come circa il 26-30% della popolazione studentesca riporti manifestazioni ansiose o depressive di entità moderata o grave. Tali evidenze non costituiscono un'eccezione locale, ma sono sovrapponibili a quelle di altri atenei, evidenziando una condizione diffusa nell'intero panorama universitario nazionale e internazionale. Se trasliamo queste

percentuali sull'intera coorte dei nostri oltre 40.000 iscritti, emerge un bacino potenziale di oltre 10.000 casi di disagio psicologico autoriferito.

A fronte di tale necessità, lo scorso anno il nostro servizio di supporto ha accolto circa 1.000 istanze: un dato che suggerisce come, allo stato attuale, solo uno studente su dieci formalizzi una richiesta d'aiuto all'interno dell'Ateneo. Sarà obiettivo prioritario della nostra ricerca futura indagare quanti di essi si rivolgano a presidi esterni, per comprendere meglio il rapporto tra disagio percepito e domanda di cura.

Tuttavia, è innegabile che il *trend* delle richieste presso la comunità UNIPA appaia in costante ascesa, in piena sintonia con un contesto globale in cui il *counseling* universitario assume un ruolo sempre più nodale nelle strategie di risposta post-pandemica. Siamo orgogliosi di poter affermare che, durante lo scorso anno accademico, il servizio ha garantito supporto a circa 800 studenti, conseguendo esiti di straordinario rilievo: gli interventi erogati hanno prodotto non solo una riduzione sintomatologica significativa di ansia, depressione e stress, ma hanno favorito un rinnovato coinvolgimento accademico. Di particolare pregio scientifico è il dato relativo al *follow-up*: a quattro mesi dalla conclusione del percorso, la quasi totalità degli studenti mantiene stabili i livelli di benessere raggiunti, confermando l'efficacia trasformativa dell'intervento.

Non possiamo tuttavia sottacere come il nostro Ateneo si trovi oggi in una condizione di oggettiva tensione nel fronteggiare una domanda di supporto così vasta. Tale pressione è acuita dall'emergere di quadri clinici di tale gravità da eccedere i perimetri del tipico counseling universitario, imponendo una riflessione urgente sulla necessità di nuove risorse e sinergie territoriali.

Vorrei essere chiaro su questo punto, perché è fondamentale che agli studenti arrivi un messaggio inequivocabile: *«Se ci si ammala non bisogna vergognarsi; non c'è alcuna vergogna nel chiedere aiuto. Anche di vergogna si muore»*. Queste parole non sono mie, sono di Daria Colombo, madre di Arrigo Vecchioni, figlio del noto cantante, scomparso a 36 anni dopo una coraggiosa vita di lotta contro il disagio psichico.

A questo riguardo, possiamo notare che rispetto allo stigma, negli ultimi tempi, qualcosa è cambiato. Certamente la pandemia ha inciso nel legittimare il ricorso alle cure psichiche: oggi, nei paesi occidentali, la maggior parte delle persone ritiene che il proprio medico dovrebbe indagare anche la salute psichica, non solo quella fisica. Notiamo una progressiva riduzione del pregiudizio soprattutto nelle fasce di popolazione più giovani, dove gli stereotipi sembrano essere diminuiti. I giovani si mostrano oggi generalmente più disponibili a socializzare con persone che hanno problemi di natura mentale, considerando i disturbi psichici come qualcosa da non stigmatizzare.

I molti sforzi di sensibilizzazione compiuti negli ultimi tempi hanno contribuito ad un aumento delle richieste d'aiuto e il ricorso ai professionisti della salute mentale è in forte espansione. Ma certamente non tutto è stato superato: ci si vergogna ancora del proprio malessere;

raccontarsi e chiedere aiuto è ancora troppo spesso difficile, un atto imbarazzante che fa sentire "diversi". È pertanto necessario continuare a ribadire pubblicamente, ad alta voce, l'importanza del chiedere aiuto.

Ed è con altrettanta chiarezza che va ribadito quanto sia vitale che ogni singola richiesta d'aiuto venga accolta: laddove vi è una domanda di cura deve esserci un'offerta di cura.

Ma qui oggi siamo chiamati ad alzare lo sguardo, spostandolo dal piano individuale - in cui ogni singola richiesta è sacra ed esige una risposta tempestiva - al piano sociale, dove l'occuparsi del disagio giovanile non può limitarsi all'offerta di supporto. L'ampiezza del fenomeno della "fragilità giovanile" impone una riflessione più ampia sul senso di questo malessere diffuso.

Partiamo dalla consapevolezza che è sempre più complesso differenziare tra comportamenti patologici e non patologici: come dare senso al comportamento violento di un giovane quando, nel corpo sociale, i rapporti tra persone o istituzioni si sviluppano spesso sotto il segno della sopraffazione? Come riconoscere un uso problematico di Internet quando viviamo una realtà normalmente iperconnessa? La comprensione di questi fenomeni può avvenire solo se il malessere individuale dialoga con il contesto in cui si manifesta. Questa sofferenza emergente non può non interrogarci sulle complesse cause biologiche, socioculturali, relazionali e educative alla base del disagio cui assistiamo.

Sotto il profilo biologico, è doveroso riconoscere come parte della criticità rappresentata dalla fragilità derivi dalle proprietà strutturali del cervello umano. Nel suo recente contributo, *Cosa significa essere umani*, Vittorio Gallese rileva come le spiegazioni basate sul dato biologico dell'*Homo sapiens* siano talvolta svalutate come riduzionistiche; tuttavia, egli riafferma l'ineludibile necessità di comprendere la nostra architettura organica per decifrare l'esperienza fenomenica.

La persistenza di tratti giovanili nell'età adulta e la straordinaria plasticità neuronale del nostro cervello hanno consentito alla nostra specie di raggiungere traguardi di eccezionale entità e con grande rapidità.

Tuttavia, questa stessa flessibilità ci rende profondamente sensibili e vulnerabili. Gran parte della sofferenza psichica contemporanea origina, infatti, da un ambiente in mutamento troppo repentino rispetto ai nostri tempi d'adattamento. Alcuni ricercatori sostengono che sia in atto un progressivo disallineamento evolutivo: le nostre emozioni di ansia e paura, originariamente funzionali per fronteggiare minacce fisiche immediate, vengono oggi iper-attivati da stimoli astratti e incessanti: scadenze accademiche, competizione professionale, pressioni performative, segnali di esclusione o isolamento sociale. Questo eccesso di

sollecitazioni determina un "cortocircuito" del sistema nervoso, costretto a operare in un contesto ambientale al quale non ha ancora avuto il tempo biologico di adattarsi.

Inoltre, il percorso universitario - e in particolare la delicata transizione dalla scuola secondaria al mondo accademico - si sovrappone alla fase finale del passaggio all'età adulta, la cosiddetta *emerging adulthood*: un periodo contraddistinto da una particolare sensibilità verso gli stimoli sociali, la competizione e i sistemi di gratificazione. Questa specifica configurazione neurobiologica rende il giovane adulto straordinariamente ricettivo, ma proprio per questo più esposto agli urti del giudizio e della performance, giocando un ruolo decisivo nella formazione dell'identità e nella definizione di aspettative personali che possono rivelarsi, talvolta, dolorosamente distanti dalla realtà. Sebbene questo processo sia intrinsecamente fisiologico, esso deve oggi misurarsi con la cultura dell'immagine e con il predominio della dimensione digitale su quella fisica.

Non a caso, l'uso dei social media e l'iperconnessione sono generalmente indicati tra i principali fattori di rischio del disagio giovanile, perché impattano fortemente sulle transizioni identitarie tipiche di questa età. Come gestire interiormente le aspettative di un mondo sociale in cui bisogna essere i più attraenti, i più seguiti, i più bravi? Dove bisogna sempre centrare gli obiettivi e dimostrare di essere sempre all'altezza? Come si fa a resistere a tutto questo?

Le evidenze empiriche più recenti confermano come l'impatto dei social media sul benessere individuale sia mediato da variabili non solo quantitative, legate al tempo di esposizione, ma soprattutto qualitative e modali. Risulta particolarmente nocivo l'utilizzo focalizzato sulla dimensione estetica, dove l'impiego sistematico di filtri e dell'intelligenza artificiale sposta il confronto da "persone reali" a "ideali inarrivabili", fino a toccare derivate allarmanti come la *Snapchat Dysmorphia*, in cui si ricorre alla chirurgia estetica per far corrispondere la propria immagine a quella filtrata e artificiale del social. Non meno critico è il ruolo degli algoritmi di piattaforma, capaci di generare "bolle di contenuto" (*echo chambers*) che tendono a radicalizzare le posizioni individuali e a normalizzare condotte a rischio, quali ad esempio le restrizioni alimentari estreme, o a generare potenti angosce di esclusione, come la cosiddetta FOMO (*Fear of Missing Out*), in cui l'assenza coincide col non-essere.

Assistiamo, in definitiva, a una saturazione dei bisogni emotivi mediante esperienze virtuali che, quando divengono totalizzanti, compromettono la capacità di gestire le complessità relazionali negoziando tra le proprie e le altrui istanze. In tale scenario, la rete cessa di essere uno strumento di connessione per mutarsi in una difesa dalla vita stessa: ciò che lo psicoanalista John Steiner (1993) definiva icasticamente un "rifugio della mente": un mondo onirico e sostitutivo che si erge a baluardo contro le asperità del reale, ma che finisce per imprigionare il soggetto in un'esistenza disincarnata, privandolo degli strumenti necessari per abitare autenticamente il proprio tempo.

Tuttavia, parte della comunità scientifica solleva il dubbio che l'enorme diffusione del disagio giovanile sia almeno in parte dovuto a un fenomeno di *overinterpretation*: una tendenza a sovrastimare stati emotivi transitori o lievi, etichettandoli come disturbi patologici. Alcuni ricercatori sostengono l'idea che l'auto-attribuzione di un'etichetta diagnostica inneschi una profezia che si autoavvera: passo dal 'percepire ansia' al pensarmi come un 'soggetto

ansioso', ristrutturò allora la mia immagine su questa insicurezza che mi conduce sistematicamente ad evitare le situazioni sfidanti. Ma ogni evitamento - lungi dall'essere una risposta neutra - conferma e consolida la mia convinzione di essere strutturalmente inidoneo a gestire le sollecitazioni ambientali.

In questo processo, il vissuto ansioso e depressivo tende a cristallizzarsi rapidamente in un'etichetta identitaria. Uno stato situazionale, per quanto prolungato, che affonda le proprie radici in una dimensione esistenziale, viene traslato sul piano della patologia. Risulta, di conseguenza, necessario riflettere sulla mutazione del paradigma della sofferenza che investe le nuove generazioni, segnando una frattura epistemica rispetto al passato.

A ben guardare, infatti, buona parte della sofferenza psichica che accogliamo nei nostri servizi sembra far riferimento alla complessità del tutto naturale del vivere, come se fosse diventata patologica. Esiste oggi una reale incapacità di farsi carico di una situazione di angoscia senza considerarla di competenza delle tecniche di cura? Tutta la sofferenza è di competenza della psicologia?

Si avanza in questa sede l'ipotesi che l'incapacità di tollerare la sofferenza-ciò fenomenologicamente chiamiamo fragilità - costituisca l'esito di una crisi esistenziale profonda, rifletta la difficoltà nel progettare la propria esistenza originata da un diffuso senso di precarietà, dalla mancanza di fiducia in se stessi (cioè l'incapacità percepita di riuscire ad imprimere una direzione alla propria vita) e dall'urgenza temporale che spesso ritroviamo nei racconti dei giovani che ci chiedono aiuto. Laddove queste tre dimensioni - precarietà, mancanza di fiducia e urgenza - diventano centrali nella vita di un individuo, il farsi quotidiano diviene una serie continua di compiti operativi da svolgere il prima possibile (poiché ogni sosta è già una sconfitta), gravata da una pressione che risulta intollerabile perché minacciata da un costante senso di fallimento.

In questa condizione di crisi i nostri studenti ci chiedono di ritrovare serenità, ma il nostro compito, come psicologi e psicoterapeuti, appare cambiato rispetto al passato: oggi la nostra funzione sembra configurarsi, talvolta, come un tentativo di stabilizzazione all'interno della precarietà stessa... Non si tratta più - scriveva Miguel Benasayag nel suo saggio sull'*"Epoca delle passioni tristi"* - di portare la barca dal mare in tempesta al porto sicuro; si tratta di non affondare nella tempesta, sapendo che il porto potrebbe non apparire mai all'orizzonte.

Risiede forse in questo il senso nuovo della sofferenza dei nostri tempi. Diversamente da quanto accaduto alla generazione di coloro che oggi insegnano in questo Ateneo, per la generazione attuale il futuro ha subito un'inversione di segno.

L'idea stessa di futuro non è più promettente, non ispira fiducia; le utopie sono state sostituite dalle narrazioni distopiche, dove il futuro appare minaccioso e ancora più incerto del

presente. Ma se il futuro non è più desiderabile, se viene meno la spinta propulsiva del desiderio, il sistema di obiettivi, compiti e prestazioni diventa per i nostri giovani - almeno nella loro percezione - soltanto un inutile gioco di sopravvivenza. Come una sorta di *Squid Game* -serie non a caso molto popolare tra i giovani - quale perfetta metafora di un sistema cinico che sottopone l'individuo a test continui; questi generano una pressione incalzante senza tuttavia offrire alcuna reale progressione, se non la possibilità di restare in vita. Uno scenario ben diverso dal romanzo d'avventura e di formazione delle generazioni passate, dove il rischiare la vita era sempre teleologicamente proteso ad uno scopo, a un desiderio o, quantomeno, ad un'esperienza di crescita.

Ecco: in una vita priva di desiderio, la precarietà, la mancanza di fiducia in sé stessi e l'urgenza trasformano le normali pressioni del vivere in qualcosa di distruttivo, qualcosa a cui sentiamo di non poter più resistere, che ci spezza e ci consegna un senso di fragilità.

La fragilità è una delle strutture portanti della vita», afferma lo psichiatra Eugenio Borgna nel suo saggio *La fragilità che è in noi*, avvertendoci della tentazione del mondo moderno di non considerare più la fragilità come un'esperienza umana dotata di senso, bensì unicamente come espressione di malattia. Ma cosa significa, allora, essere fragili oggi? A cosa rimanda questo termine? Fragile rimanda a ciò che è frangibile che può rompersi e per estensione a qualcosa di delicato, di prezioso, meritevole di protezione. Nella contemporaneità, tale istanza protettiva diventa assoluta: la fragilità va nascosta dietro un'immagine appariscente, in una potente estetizzazione del sé. Non a caso la fragilità si intreccia strettamente al narcisismo, tratto distintivo dei nostri tempi. Il narcisismo è la negazione della fragilità, la sua antitesi.

La condizione fragile mal sopporta la rappresentazione arrogante e prepotente del soggetto isolato, dell'individuo onnipotente che rifugge i legami. Ecco allora che guardando la solitudine di Narciso in controluce scorgiamo nella fragilità un significato alternativo. La fragilità rende difficili le relazioni umane e ci condiziona nel timore di non essere accettati; al tempo stesso, però, essa ci informa del bisogno dell'altro, dissolvendo l'illusione dell'assoluta autonomia e dell'onnipotenza. Ci ricorda il nostro essere esposti agli altri e all'urto del vivere. Essere fragili significa abitare una condizione di costante apertura e sensibilità verso il mondo - una condizione che richiede la capacità di curare di prendersi cura. Poiché siamo fragili, necessitiamo di un ambiente caloroso che ci protegga, un calore che scaturisce dalle relazioni, da ciò che unisce, la fragilità viene bilanciata dal simbolo, da ciò-che-lega. Tuttavia, se 'fragilità' rimanda a una rottura oggettuale non più saldabile, il termine 'vulnerabilità' si presta meglio a descrivere la condizione umana dell'essere. Pensiamo al nostro essere corpo: un corpo vulnerabile (da *vulnus*, ferita) è tale in quanto può essere ferito, esposto al caso, alla passione, alle piaghe della vita. Attraverso le ferite che l'esistenza quotidiana infligge, l'esperienza lascia un segno tangibile del suo passaggio; la ferita, allora, non è solo sofferenza: è storia e memoria.

La nostra società tollera malamente la sofferenza e il segno di debolezza che essa contiene, la evita fobicamente, la anestetizza con la tecnica - per citare un'espressione cara a Ernst Junger- ma soprattutto, vorrebbe dimenticarsene. La sofferenza ci appare inutile: quel valore catartico che le si attribuiva in passato risulta oggi anacronistico. Ed è, in effetti, vero

che in una vita priva di desiderio, priva di progetto, la sofferenza non riveste alcun significato, non serve a costruire e non racconta più nulla.

Dovremmo, da questa prospettiva, pensare a desiderio-e-sofferenza come a un'endiadi, considerare la vita come un *desiderare-soffrendo*, poiché dolore e vita sono indissolubilmente intrecciati. Lo intuiscono, in modo pre-simbolico, quei ragazzi che ricorrono al dolore dell'infliggersi una ferita per sentirsi vivi. Quell'atto ci spaventa e ci allarma - certamente per le conseguenze sul singolo o sui nostri cari - ma, in senso più ampio ci allarma perché ci desta dal torpore, da quell'indifferenza, da quella rimozione del dolore che operiamo nel quotidiano affaccendarci. Eppure, proprio in quel dolore risiede la più potente possibilità trasformativa, a condizione di avere il coraggio di guardarlo, d'ascoltarlo e attraversarlo. Per spiegarmi meglio, riprenderò la celebre metafora dello psicoanalista junghiano Aldo Carotenuto, che vedeva nella ferita una possibile feritoia: uno squarcio da cui si può osservare il proprio mondo interno e un varco attraverso cui passare per andare oltre. Ciò che permette la crescita umana non è l'accettazione passiva della sofferenza né, al suo opposto, l'evitamento di essa, bensì il suo attraversamento consapevole e l'impegno profuso ad oltrepassarla. Consapevolezza e impegno definiscono un modo di stare nel mondo - un *esser-ci* - che si realizza nell'atto presente dell'esperire e in quello, proteso al futuro, dell'attraversare. Tutto ciò ci richiama a un'etica dell'impegno capace di arginare il dispositivo della gratificazione immediata e di quella felicità solipsistica, vissuta come fatto privato e perseguibile a discapito dell'altro e sopra ogni cosa; una felicità, dunque, intrinsecamente 'a-politica' e 'a-solidale'. Nei nostri percorsi non sempre riusciamo a rimarginare la ferita, a chiuderla del tutto; in taluni casi, essa rimane. Ma anche allora, l'aver potuto osservare attraverso la feritoia resta una esperienza di crescita e di consapevolezza, un'esperienza che ci restituisce il senso del poter guardare.

Noi qui oggi, in ultima analisi, abbiamo l'occasione di acquisire una consapevolezza semplice ma fondamentale: il malessere che osserviamo non è un'anomalia isolata, bensì il precipitato del mondo che abbiamo costruito. È il riflesso esatto dell'architettura sociale in cui le nuove generazioni faticano a fiorire. Dobbiamo allora guardare a questa sofferenza come al punto di contatto tra la fragilità, necessaria al divenire adulti, e la qualità di un ambiente che si rivela, oggi, drammaticamente poco adatto a favorire una crescita serena. Non basta, dunque, intervenire sul singolo: occorre agire sullo spazio comune. La via d'uscita non risiede in una sommatoria di interventi frammentati, bensì in un rovesciamento del nostro sguardo sul mondo accademico - una nuova *Weltanschauung* che superi le visioni monocentriche che pongono, di volta in volta, il docente o lo studente al centro del sistema. L'*Universitas* è, per sua natura, un universo senza centro: un insieme di corpi in costante relazione, tenuti in orbita da una forza di gravità fatta di valori condivisi e di una corale, indifferibile responsabilità. Perché ciò avvenga è necessario che ogni nodo della rete accetti di sentirsi attore responsabile di un cambiamento orientato al benessere comune.

Il primo nodo della rete è politico e strutturale. È necessario che le istituzioni riconoscano il supporto psicologico non come un sussidio emergenziale, ma come un pilastro fondante della salute pubblica. Con una spesa sanitaria che ci vede ancora fanalino di coda nel G7,

investire nella rete dei servizi non è solo una scelta economica, è un atto che qualifica il grado di civiltà del nostro Paese. Ma è altrettanto necessario affiancare alla cura della patologia - la *Mental Health* - la promozione attiva della "*Mental Wealth*", una ricchezza mentale intesa come patrimonio collettivo, capace di proteggere la traiettoria di vita dei nostri giovani attraverso interventi di sensibilizzazione e promozione di stili di vita salutari.

Tuttavia, l'investimento strutturale rappresenta la condizione necessaria, ma non sufficiente. Come comunità scientifica e accademica, abbiamo il dovere di generare i nostri anticorpi a questo 'male di vivere'. L'Università deve farsi spazio di condivisione e partecipazione attiva: predisporre un ambiente sano, sicuro e inclusivo è il presupposto ontologico affinché gli studenti possano dispiegare il proprio potenziale umano e intellettuale, affrontando con equilibrio le sfide della contemporaneità.

Nel prossimo futuro, l'intelligenza artificiale rappresenterà un alleato imprescindibile, certamente anche nel fornire strumenti di aiuto, ma non possiamo permettere che l'altro-virtuale si trasformi in un erogatore di supporto on-demand, riducendo lo studente a un utente passivo, privato della propria autonomia e costantemente dipendente dal responso algoritmico per timore di sbagliare. La tecnologia deve potenziare la relazione, non sostituirla.

Analogamente, i nostri servizi di ascolto sono chiamati a un'evoluzione profonda: non più semplici sportelli assistenziali, ma centri di irradiazione culturale per la salute mentale e luoghi di apprendimento di nuove competenze esistenziali.

È infine fondamentale richiamare al senso di responsabilità e alla partecipazione attiva ogni singolo componente di questa comunità, a partire proprio dagli studenti. È necessario che essi riscoprano il senso di una resilienza autentica, che non risponde all'imperativo di tornare subito produttivi dopo una crisi, ma la capacità di abitare il dolore senza spezzarsi. Dobbiamo legittimare la fragilità - la tristezza, la rabbia, la paura - restituendo centralità all'ascolto e all'accettazione dell'altro nella sua interezza. È urgente rimettere al centro il Progetto. Progettare non significa rincorrere un ideale astratto, o una perfezione standardizzata, bensì dare forma alla propria originalità a partire dalla propria vulnerabilità. Crediamo fermamente che l'engagement - l'impegno accademico inteso come partecipazione vitale - sia un potente anticorpo. La letteratura scientifica è concorde: la partecipazione attiva, il legame profondo con i docenti e i colleghi, l'integrazione dello studio in un progetto di vita autentico sono i fattori che trasformano la vulnerabilità in forza. Favorire il coinvolgimento significa abbattere il muro dell'apatia e dell'insoddisfazione, creando un ambiente dove la fioritura intellettuale sia il naturale riflesso del benessere psichico, e non il tragico frutto dell'immolazione di sé.

Concludiamo con le parole di una poetessa, Alda Merini, che ha vissuto in prima persona il disagio mentale, ma che ha saputo trasformare la sua sofferenza e la sua vulnerabilità in arte, in versi come questi:

*Non siate solo stendardi,
ma anche terra presente,
non siate solo musica,*

*ma anche silenzio di perla.
Non perdetevi mai il contatto
del vostro cammino:
ricordatevi che il sangue si ferma
perché non vuole parlare.*

Che queste parole possano essere di ispirazione per tutti noi, buon anno accademico, *ad maiora!*