



Federazione Universitaria
Cattolica Italiana

Mozione di indirizzo

Padova, 19.04.2023

Il gruppo **FUCI Padova** propone all'Assemblea Federale la seguente mozione di indirizzo:

“SALUTE MENTALE E DIMENSIONE UMANA”

INTRODUZIONE ALLA MOZIONE

L'ambiente universitario, parte integrante della nostra quotidianità, sta diventando sempre per più studenti fonte di malessere psichico, invece di costituire un ambiente in cui crescere ed attingere a conoscenze per poter arricchirsi e diventare individui sempre più maturi e consapevoli al servizio del prossimo. Alla luce dei tristi e inaccettabili avvenimenti degli ultimi mesi, in cui alcuni dei nostri colleghi sono arrivati a perdere la vita a causa del sistema meritocratico universitario, ci è sembrato doveroso portare alla luce il tema della salute mentale e la sua basale importanza nella vita umana. Il benessere psichico, infatti, non deve essere un privilegio, ma la sicurezza da cui partire per costruire il nostro futuro su basi solide, in quanto parte fondante della nostra persona.

ASPETTO SOCIOPOLITICO-CULTURALE

La nostra generazione, quella dei "giovani adulti", ha iniziato a farsi spazio nella società e nell'immaginario collettivo in tempi relativamente recenti. E la generazione che ha iniziato a dedicarsi in modo importante al proprio benessere psicologico, eppure sembra essere la più sofferente. Paradossalmente sembra esserci più attenzione alla salute mentale, ma anche una maggior richiesta di perfezione. La narrazione di oggi sui giovani quanto incide sulla salute mentale? Oggi il benessere mentale è diventato un'esigenza, ma cosa è cambiato rispetto al passato? E cosa significa essere un giovane adulto e quali sono le potenzialità e le speranze della nostra generazione.

Viviamo in un mondo in cui è sempre più difficile, eppure sempre più importante, entrare davvero in relazione con il prossimo, immerso in una cultura individualista in cui la persona diversa da noi viene spesso vista più come un pericolo da cui difendersi che come una risorsa. Questo ha forse a che vedere con una scarsa percezione di efficacia dell'individuo nel sentirsi protagonista attivo della propria vita, la cui azione può davvero fare la differenza nella propria comunità. Attualmente, infatti, siamo immersi in una società che si rifugia nei propri schemi di routine quotidiana e attribuisce una maggiore importanza all'efficienza della prestazione, costantemente da dimostrare. Come esseri umani la nostra identità è costruita anche su modelli sociali e sul bisogno di ricercare un senso a ciò che accade. Al contrario, si ha come l'impressione che dedicarsi del tempo per riconoscere le proprie emozioni e per riflettere su chi si è, sulle proprie aspirazioni future, generi maggiore incertezza. A fronte di un'analisi attenta alle esigenze della società tanto dinamica ed eterogenea in cui viviamo, nel nostro piccolo come fucini, come possiamo cambiare il modo in cui si costruiscono la sofferenza e i problemi all'interno della stessa? Come possiamo riconoscere e accogliere l'altro, valorizzando le risorse di ognuno per mettersi a servizio in una comunità più inclusiva ed accogliente?



ASPETTO TEOLOGICO-SPIRITUALE

In quanto esseri umani siamo costituiti da una natura molteplice, da tanti aspetti non sempre uniformi ed omogenei tra loro, ma soprattutto da ambivalenze e contraddizioni. Quali sono le dimensioni che ci costituiscono? Come poterle accogliere per giungere ad una conoscenza sempre più profonda di noi stessi? Due dimensioni fondamentali per il nostro essere tanto simili, quanto distinte, sono quella spirituale e quella psicologica, le quali sono così imprescindibili tra loro che spesso all'interno della Chiesa quella psicologica viene assimilata a quella spirituale mentre, al di fuori della dimensione di credo, quella spirituale viene annullata in quella psicologica. Nelle relazioni tra le nostre dimensioni interne, quali sono i limiti che ci permettono di individuare i punti fermi della nostra persona e fare discernimento? Quanto è importante far interagire la dimensione spirituale con quella psicologica per portarci ad avere un senso di unità del nostro Sé?

ASPETTO UNIVERSITARIO

Come anticipato nell'introduzione, all'interno dell'università il benessere psichico, da bisogno primario di ogni essere umano, si sta trasformando in un lusso concesso ai pochi che riescono a raggiungere l'eccellenza. In questo modo tra la popolazione studentesca si afferma sempre più un Sé ideale collettivo irraggiungibile e troppo discrepante da quello che è il Sé reale oggettivo, ovvero il resto della popolazione studentesca. Questo porta inevitabilmente alla sostituzione della normalità con l'eccellenza, trasformando l'ambito universitario in pura competizione meritocratica, riserbando il sapere a pochi eletti e soprattutto mettendo in secondo o terzo piano la salute mentale dello studente. Come possiamo "farci spazio" attivamente nell'ambiente accademico mantenendo dinamiche relazionali positive, che favoriscano la cooperazione e il sostegno reciproco, e attente alle esigenze dell'altro senza il bisogno di prevalere? Partendo dai piccoli gesti, come possiamo quindi promuovere attorno a noi un ambiente sano come base da cui partire per il nostro percorso?

All'interno della dimensione universitaria avanziamo una proposta pratica: il volontariato. L'ideale di apparente perfezione e assenza di limite cui la società ci spinge a tendere si innesta su fondamenta fragili che contribuisce a mantenere tali, tanto nella dimensione del singolo quanto in quella collettiva. A tal fine crediamo che il volontariato possa costituire un'occasione profondamente ricca di risorse per entrambi i piani che coinvolge, l'individuale e il comunitario/sociale. Sfruttare la dimensione universitaria, nella quale la luce è direttamente partecipe, per stimolare l'inizio di percorsi e proposte di volontariato tra i nostri coetanei studenti potrebbe costituire un fattore protettivo da quella solitudine che troppo spesso li attanaglia e ne acuisce il malessere.

EVENTUALE BIBLIOGRAFIA

- Andreoli, S. (2023). *Perfetti o felici. Diventare adulti in un'epoca di smarrimento*. Rizzoli.
- Benasayag, M. (2016). *Oltre le passioni tristi. Dalla solitudine contemporanea alla creazione condivisa*. Milano: Feltrinelli.
- Galimberti, U. (2021). *Il libro delle emozioni*. Feltrinelli Editore.
- Lingiardi, V. (2019). *Io, Tu, Noi. Vivere con se stessi, l'altro, gli altri*. UTET.
- Stanghellini, G. (2017). *Noi siamo un dialogo. Antropologia, psicopatologia, cura* (pp. 1-281). Raffaello Cortina Editore sil.