SCRITTURE e PRATICHE

Atti di convegno

Pina Del Core

"Imparare la speranza" tra attesa, orientamento e ricerca di senso.

Dinanzi alla realtà drammatica e critica che stiamo vivendo, a tutti i livelli, non possono bastare delle ricette semplicistiche offerte da chi coltiva un ingenuo ottimismo. In situazioni di emergenza noi cerchiamo abitualmente ragioni di senso e di speranza, prospettive di futuro, relazioni di accoglienza reciproca che consentano il dialogo tra adulti e giovani, tra le diverse generazioni che si susseguono nella storia fino al presente e con quelle che si aprono all'avvenire. L'esercizio della fiducia che ci permette di confrontarci serenamente con il presente e con il futuro è impensabile, anzi diventa impraticabile, senza la speranza, senza formarsi e senza formare nell'animo umano l'attitudine alla speranza. Qui sta la sfida: occorre puntare sull'educazione e sul suo potere generatore di vita e trasformante. "Educare" non è forse dare al presente il respiro della speranza che può rompere i determinismi e fatalismi di chi vuole imporsi con visioni e paradigmi ritenuti come l'unica strada possibile? "Educare" non è forse una "scommessa" sul futuro? Educare è promozione di novità, è apertura al cambiamento, generazione del nuovo, cioè *atto creativo che genera il futuro*, innanzitutto delle persone, dei giovani, attraverso la fiducia nelle loro potenzialità, nella loro capacità di guardare e di costruire un futuro migliore.

Educare, allora, è *orientare*, è promuovere la progettualità personale e professionale delle nuove generazioni perché siano in grado di approcciarsi serenamente al futuro e di governarlo nel segno della speranza.

L'educazione stessa è un *atto di speranza*… Così afferma Papa Francesco parlando dei giovani e con i giovani:

> «Educare è di per sé un atto di speranza, non solo perché si educa per costruire un futuro, scommettendo su un futuro, ma soprattutto perché l'atto stesso di educare è intriso di speranza».[1]

La categoria della *speranza* è da lui considerata come *criterio e metodo dell'educare*, come *contenuto e direzione* che fonda ogni intenzionalità educativa: '*lavorare per il futuro*', '*orientare al futuro*', '*camminare verso…*' Per questo, ai membri della Congregazione per l'Educazione Cattolica riuniti in Assemblea plenaria ha calorosamente raccomandato:

> «C'è un'ultima attesa che vorrei condividere con voi: il contributo dell'educazione al *seminare speranza*. L'uomo non può vivere senza speranza e l'educazione è generatrice di speranza. Infatti l'educazione è un far nascere, è un far crescere, si colloca nella dinamica del dare la vita. […] Sono convinto che i giovani di oggi hanno soprattutto necessità di questa vita che costruisce futuro. […] La speranza non è un superficiale ottimismo, nemmeno la capacità di guardare alle cose benevolmente, ma anzitutto è un saper rischiare nel modo giusto, proprio come l'educazione».[2]

La *speranza*, dunque, è la prima attitudine che ogni educatore dovrebbe sviluppare in maniera preminente: non la speranza ingenua che alla fine tutto andrà bene e le cose si aggiusteranno quasi per magia, ma una *speranza 'affidabile'*, cioè fondata sull'impegno e la responsabilità, sulla fiducia accordata a qualcuno perché l'ha vissuta e testimoniata in maniera significativa nella sua concreta esistenza. L'incontro con tali persone aperte agli altri e alla realtà ha inciso profondamente nella loro personalità tanto da impregnare ogni motivazione, attività e comportamento, così da comunicare la medesima passione, i medesimi orientamenti di valore, il senso profondo della propria vita. E ciò genera quasi automaticamente un atteggiamento di speranza e di fiducia in sé, nella vita, nelle relazioni interpersonali, nella società e nel mondo.

Per chi si occupa di educazione "*imparare la speranza*" costituisce un imperativo e una sfida, in un tempo di profonde trasformazioni culturali, politiche e sociali e di grande complessità e incertezza nei confronti dell'avvenire. Si tratta di ricostruire

---

[1] Bergoglio J. M. - Francesco, *La bellezza educherà il mondo*, Bologna, EMI 2014, 35. Per l'approfondimento del tema rimando a un mio contributo: Del Core P., *Papa Francesco ai giovani. Alcune interpellanze educative e pastorali*, in Diaco E. (a cura di), *L'educazione secondo Papa Francesco*, Edizioni Dehoniane, Bologna 2018, 99-119.

[2] Papa Francesco, Discorso ai partecipanti alla Plenaria della Congregazione per l'Educazione Cattolica, Città del Vaticano, 9 febbraio 2017, in https://w2.vatican.va/content/francesco/it/speeches/ 2017/february/documents/papa-francesco_20170209plenaria-educazione-cattolica.html

percorsi educativi di attesa, orientamento e ricerca di senso, laddove la complessità, la frammentazione e il disorientamento esistenziale sembrano renderli impossibili.

Siamo invitati a guardare al futuro con speranza, superando ogni forma di scetticismo e pessimismo, in questo anno giubilare indetto da Papa Francesco con l'auspicio che l'intera umanità possa approcciarsi e governare il futuro nel segno della speranza. L'impossibile speranza cui tutti guardiamo e che desideriamo, si apra dinanzi a noi come possibilità, come proposta che vada 'oltre' le avversità e le incertezze del momento presente.

La prospettiva con cui mi accingo ad affrontare il tema della "speranza" è quella di riflettere, dal punto di vista delle scienze umane, sulle *dimensioni* e sulle *dinamiche evolutive* che consentono di farla crescere in noi e negli altri, su quali possibili *processi educativi* si dovrebbe puntare per far crescere e consolidare la speranza nei giovani e, di conseguenza nella società del futuro. Porrò l'attenzione agli studi e alle ricerche che, a livello scientifico, la psicologia ha realizzato in questi ultimi decenni, dal momento che in precedenza l'indagine sulla speranza fosse stata piuttosto ignorata.[3] Dalle indicazioni e dai risultati ottenuti dalle ricerche anche a livello empirico, è possibile cogliere le *istanze educative* emergenti dalla riflessione sulla speranza.

Attualità del tema e le sue sfide

Abbiamo bisogno di speranza… perché? Basta guardarsi attorno, nel vissuto e nelle vicende personali e sociali, nelle riflessioni che le interpretano quanto sia urgente e attualissimo il tema della speranza. Di fatto, la domanda sulla speranza affiora sempre nei tempi difficili, tanto più in una situazione come quella attuale di estrema complessità e carica di incognite.

Uno degli esiti più drammatici del profondo e radicale cambio culturale che caratterizza il nostro tempo è la perdita delle *ragioni di senso e di speranza*, o meglio, di *prospettive per il futuro* ma anche di responsabilità nel presente, a tutti i livelli, soprattutto in ambito educativo, per una sorta di rottura del dialogo tra i giovani e le generazioni che li hanno precedute.

[3] La ricerca psicologica ha dimostrato una certa riluttanza nel prendere in considerazione il tema della "speranza", così come del resto è avvenuto con altri temi di carattere esistenziale, non necessariamente legati a situazioni di disadattamento o di patologia, ma piuttosto legati alla condizione di benessere esistenziale della persona. Solo dopo la seconda guerra mondiale si è sviluppato un nuovo filone di indagine psicologica collegata agli aspetti motivazionali della condotta umana, di cui la speranza è considerata una coordinata essenziale.

Parlare di *speranza*, soprattutto al mondo giovanile odierno, avrà ancora senso? Non è possibile, infatti, proporre ragioni sicure e convincenti che possano fondare senso e speranza, laddove non si tenga conto della difficoltà a ricomporre pensieri, rappresentazioni di sé, relazioni con gli altri e con il mondo, a dialogare e a confrontarsi con se stessi, a definirsi nella propria unica e irrepetibile identità, incapaci di fiducia e di affidamento. Pertanto, l'enfasi posta sul carattere spiritualistico di stampo prevalentemente religioso della *speranza* rischierebbe di limitare la disponibilità alla ricerca e all'apertura. Lungo il tempo il concetto di speranza ha assunto una valenza alquanto negativa, perché ritenuta foriera di un atteggiamento passivo nei confronti della vita, quasi che si trattasse di un semplice e ottimistico attendere che le cose vadano meglio, invece di adoperarsi nell'affrontare le avversità e le inevitabili difficoltà della vita. Una speranza che abbia il nome dell'illusione o della pura utopia desta ancora oggi sospetto, perché si corre il rischio di viverla come una fuga dall'azione, dall'incertezza del presente e soprattutto del futuro. Il rapporto tra *presente* e *futuro*, che da sempre ha nutrito la speranza, è cambiato, anche perchè avendo allontanato la responsabilità per l'incapacità di accettare il sacrificio necessario per costruire il futuro, si nutre delle delusioni del presente.

Dinanzi alla crisi del futuro, di fronte alla sofferenza e all'angoscia che ci sorprendono quando si fa l'esperienza della perdita, della separazione, della malattia e della morte, o dinanzi a tragici eventi come devastazioni, guerre, pandemie, alluvioni e terremoti, quale speranza affidabile e quali orizzonti di senso offrire soprattutto alle nuove generazioni? Non tutti hanno la capacità di resistere e di sopportare il peso delle avversità e della prova. Allora cosa fare? In che modo affrontare la realtà divenuta sempre più complessa e incapace di far fronte a quella che viene definita una *crisi sistemica*, generatrice di 'smarrimento' esistenziale, perchè tutto quanto si pensava come un solido o stabile riferimento si è rivelato invece molto friabile o liquido?

Nel tempo della rete, così ricco di relazioni ma nello stesso tempo povero di punti di riferimento, è ancora pensabile credere nella possibilità di impegnarsi per qualcosa che conti veramente, di appassionarsi nella lotta per un ideale, sopportando ogni fatica e continuando a guardare in avanti verso una meta?

Gli scenari socioculturali odierni evidenziano come la *crisi della speranza*, che non ha risparmiato neppure la fede cristiana[4], è presente soprattutto a livello

[4] Per il cristianesimo, mentre la fede è un atto di obbedienza a Dio, ascolto della sua Parola e atteggiamento di abbandono a Dio con l'adesione dell'intelletto e della volontà, la speranza è l'atteggiamento teologale vissuto al futuro e quindi l'attesa della sua Parola e dell'azione divina nelle sue forme ancora non espresse nella creazione. Vivere la speranza significa attendere Dio ogni giorno e accoglierne il dono che irrompe come novità nella storia umana.

antropologico, laddove la speranza è intesa come un dinamismo tipicamente umano che spinge la persona nella direzione di qualcosa che possa esprimere una pienezza di vita e di senso. La speranza, difatti, si configura come una *risorsa psicologica* necessaria per ogni cambiamento personale e sociale, in quanto non è soltanto un'attesa ipotetica di qualcosa che si desidera realizzare, ma è una decisa volontà di costruire il futuro, secondo una progettualità intravista che conduca in primo luogo alla realizzazione di sé. Ciò significa che la speranza non consiste certo nel perseguire illusioni, ma nell'assumere consapevolmente gli ostacoli, nel superare le sfide del presente in vista di una pienezza di realizzazione nel futuro.

Pertanto, l'incertezza e la precarietà che sembrano divenute una 'normalità', insidiano notevolmente ogni dinamismo che rimandi alla speranza. L'imprevedibilità del futuro genera sentimenti contrapposti, tra paura e fiducia, tra ansietà e preoccupazione, tra dubbio e voglia di fuggire. Tuttavia, anche questa esperienza si sta rivelando ricca di risorse e di sollecitazioni positive. Difatti, quando c'è un'emergenza sovente si sviluppano nelle persone delle forze positive di miglioramento, di resilienza, di solidarietà e di cura dell'altro, di speranza per il futuro. In questa crisi è proprio il futuro che ci viene incontro come spinta ed *esigenza di cambiamento*.

C'è bisogno di fiducia, di una fiducia che apra al futuro, che creda nella vita, nelle forze del creato, nelle energie vitali presenti nel mondo e in ogni persona umana. Ma per "*abitare il futuro*" e far fronte al cambiamento è necessario imparare ad "*abitare la speranza*", per non correre il rischio di impedire l'irruzione del futuro verso le generazioni che verranno, verso la vita che deve svilupparsi e raggiungere nuove forme di fraternità, di umanità, di solidarietà.

Si comprende perché in tale contesto, sia assai difficile individuare *sentieri nuovi* e soprattutto avviare una *prassi* che sia realizzazione dei bisogni concreti. Allora diventa naturale chiedersi: "*Cosa si può sperare*"? La risposta non è scontata, in primo luogo perché, se da una parte sono molte le convergenze di elementi che rimandano all'ambito antropologico, dall'altra ci si rende conto che per la molteplicità e la varietà di contenuti e di aspetti, di atteggiamenti e dimensioni, è necessario partire da una rivisitazione del concetto di *speranza*, innanzitutto in una prospettiva più specificamente psicologica e pedagogica.

Imparare la speranza: una prospettiva psicologica

In una stagione di crisi di senso e di caduta di ogni certezza, in cui le persone sembrano abbandonate a "deserti di speranza", è quanto mai indispensabile

promuovere *atteggiamenti e dinamismi interiori* che concorrono ad ampliare il respiro della speranza.

Per molti la speranza è una parola 'consolatoria' ma che prima o poi si rivela generatrice di illusione e di conseguente delusione. Ma cosa è davvero la speranza? Cosa significa 'sperare' specialmente per i giovani di oggi? Come si caratterizza in una società complessa e fluida ma anche tanto frammentata, dove precarietà e insicurezza minacciano ogni forma di legame o impegno, dove l'instabilità e la mancanza di punti di riferimento ostacolano la costruzione di identità, perché sia in grado di far fronte al cambiamento, di scelte affettive e professionali libere, consistenti capaci di condurli alla realizzazione di sé e alla pienezza di vita.

Agli uomini e alle donne del nostro tempo, immersi in una cultura che sembra aver smarrito la direzione, o meglio, le coordinate essenziali per vivere e per proiettarsi nel futuro, resta molto più difficile "*abbracciare la speranza*", cioè mantenere viva una strada che possa sottrarli dal pericolo di naufragare nell'angoscia, nello sconforto e nella tristezza, nell'esperienza della depressione e dello smarrimento esistenziale. Ciò è ancora più rilevante nelle nuove generazioni che di fronte al futuro incerto e sempre meno prevedibile sono tentati di lasciarsi andare, di *lasciar morire la speranza* e così facendo si privano della possibilità di aprirsi al futuro, con il rischio di bloccare la propria *progettualità esistenziale*, cioè quel *dinamismo motivazionale* intrinseco ad ogni persona ma che connota in maniera tipica l'età adolescenziale e giovanile.

A ragione, Eugenio Borgna, noto psichiatra italiano, riferendosi al pensiero di Kierkegaard descrive la speranza come *la passione del possibile*, come *apertura* che riscatta il passato e il presente, affacciandosi sul futuro, come una continua *ricerca di senso della vita*. E quando tale senso viene meno, la speranza si trasforma nel suo contrario, cioè nella *disperazione*. *Speranza* e *disperazione*, infatti, sono correlative, nel senso che se non c'è la speranza si fa strada la disperazione e, al contrario, la speranza mantiene viva una possibilità che ci sottrae dalla disperazione. [5]

Il tema della *speranza*, fino a poco tempo fa ritenuto radicalmente estraneo al discorso prettamente scientifico, è stato a lungo trascurato o considerato piuttosto negativamente, sovente associato a tematiche di matrice filosofica o fenomenologica, come ad esempio, la solitudine, la nostalgia, la gentilezza o la tenerezza, ecc.

---

[5] Cf Borgna E., *Speranza e disperazione*, Torino, Einaudi 2020, 5.7. L'autore sostiene che la speranza fa parte della vita e che non è possibile vivere senza speranza, la quale consente di vedere la realtà con occhi non turbati dalle esteriorità e dalle convenzioni, e di aprirci al futuro, senza rimanere prigionieri di quello che è avvenuto nel passato e di quello che avviene nel presente (cf *ivi* 101).

La speranza, invece, costituisce una *risorsa psicologica* formidabile per la *crescita integrale della persona*, in particolare per gli adolescenti e i giovani. Si tratta, in altri termini, di individuare quali sono i fattori rilevanti e strettamente correlati con il costrutto della *speranza*, come l'*ottimismo, la resilienza, la progettualità e la ricerca di senso*, che sono stati oggetto di studio e di ricerca in molteplici aree sempre più vaste di interesse, non solo in psicologia e psichiatria, in filosofia e in teologia, ma anche in altre discipline mediche e nell'area delle neuroscienze.

Quale speranza?

"Speranza" è un concetto polisemico. Evoca una varietà di contenuti e aspettative, di atteggiamenti e dimensioni. Nella molteplicità degli aspetti che la definiscono si intravvedono tuttavia delle profonde convergenze che rimandano all'ambito antropologico e più esplicitamente all'ambito psicologico, ma anche a un orizzonte teologico, perchè mentre richiama l'esistenziale incompiutezza e finitudine della persona, fa emergere il bisogno di trascenderla, in quanto va 'oltre' l'immediato futuro.

Galimberti (1999) definisce la speranza come *fiducia nel futuro che permane anche dopo insuccessi o vane aspettative* e che a livello psicologico funziona come difesa delle conseguenze patologiche delle frustrazioni.

La speranza, in una prospettiva fenomenologica, è considerata un tipico atteggiamento 'umano' che si configura come *attesa*, *desiderio* e nello stesso tempo, *azione concreta* quale via per rivolgersi al futuro. È attesa fiduciosa di un bene futuro perché si realizzi qualcosa che si desidera, perciò interpella radicalmente la libertà nella certezza interiore di poterlo raggiungere. Nello stesso tempo, è un fattore fortemente motivante perché spinge all'azione, all'impegno diretto nel conseguimento dell'obiettivo.

All'interno dell'approccio teorico della psicologia positiva, l'*orientamento verso il futuro* rappresenta una delle componenti fondamentali del costrutto della *speranza*, costituisce una forza dinamica che agisce da propulsore dello sviluppo della persona coinvolgendo tutte le sue potenzialità e attitudini. Così come del resto, secondo la teoria dello sviluppo di Erikson, la speranza gioca un ruolo rilevante nell'evoluzione del bambino e nella formazione dell'identità, in quanto stimola e accompagna la spinta dinamica ed evolutiva verso la ricerca di un'esperienza positiva di fiducia e di accettazione di sé, del mondo e della vita.

Inizialmente la speranza è stata definita come *un'emozione complessa* caratterizzata da una percezione ottimistica e positiva nei confronti della vita,

un'emozione che contrariamente alla paura spinge verso delle finalità da raggiungere, mentre la paura immobilizza e allontana dall'obiettivo che si è proposto. Ma la speranza, a differenza della paura, della gioia, della tristezza o di altre emozioni non presenta un impatto diretto sul sistema fisiologico, cioè un'attivazione neurofisiologica, oltre il vissuto psicologico. Per questo, si è ritenuto più significativo a livello scientifico collocare il costrutto della *speranza* tra l'area motivazionale e cognitiva perché più legata a dinamismi interiori che coinvolgono la persona nell'ideazione, oltre che nella progettazione e nella realizzazione di finalità e obiettivi.

Secondo Charles Richard Snyder, il padre della *teoria della speranza*, la speranza è un costrutto multidimensionale, mettendo in luce le peculiarità cognitive della speranza, la motivazione che spinge ad agire e la capacità di tendere verso obiettivi definiti, integrando anche la dimensione affettiva. Egli la definisce come

> «uno stato motivazionale positivo che si basa sull'interazione tra il senso di successo nel produrre percorsi cognitivi o le strategie cognitive da utilizzare nel conseguire un determinato fine desiderato e il senso di successo nel produrre l'energia mentale nell'utilizzare tali percorsi o strategie per realizzare la finalità desiderata».[6]

In particolare, Snyder e collaboratori hanno concettualizzato il costrutto della *speranza* come un'organizzazione cognitiva composta da due differenti aspetti e finalizzata al raggiungimento di scopi e obiettivi. I due aspetti costitutivi del costrutto sono tra loro interrelati. Il primo riguarda la percezione di *agency* rispetto al raggiungimento di un esito desiderato, ciò rappresenta la spinta motivazionale a porsi e perseguire attivamente i propri obiettivi. Il secondo aspetto è la percezione della propria abilità di poter immaginare e generare piani e strategie per poter efficacemente raggiugere i vari obiettivi che si sono stabiliti (*pathways thinking*). In quest'ottica, un efficace perseguimento degli obiettivi richiede il corretto funzionamento di entrambe le componenti. Così ad esempio, ci sono soggetti che posseggono adeguati livelli di *agency* in un determinato obiettivo, ma percepiscono una mancanza nella loro abilità di generare una strategia appropriata per raggiungerlo. Al contrario, ci sono altri che hanno molti modi diversi di raggiungere uno stato desiderato, ma sembrano mancare dell'*agency* che li spinge ad impegnarsi attivamente ed efficacemente.

---

[6] Cf Snyder C.R.- Cheavens J. - Micheal S.T., Hope theory: History and elaborated model, in Eliott J. (a cura di), Interdisciplinary perspectives on hope, New York, Nova Science Publishers 2005, 102; Snyder C. R.- Irving L.- Anderson J. R., Hope & Health: Measuring the will and the ways, in Snyder C. R., Forsyth D. R. (a cura di), Handbook of social and clinical psychology: The health perspective, Pergamon Press, Elmsford, New York 1991, 285-305. Si veda pure: Snyder C. R., The psychology of hope: You can get there from here. New York, NY, US: Free Press 1994.

È da precisare che si tratta di un *processo* in cui confluiscono tre componenti determinanti: la percezione della propria capacità di prefigurare le mete da perseguire (*goals*), i percorsi cognitivi da utilizzare nel conseguirle (*pathways*) e la capacità di produrre l'energia mentale interiore che attiva, orienta e mantiene il soggetto verso tali finalità desiderate (*agency*). [7]

Dalle ricerche fatte Snyder comprese che la speranza, pur essendo un'attesa fiduciosa e positiva, può convivere anche con situazioni negative e rende possibile individuare finalità positive e di riscatto che diventano fortemente motivanti anche per ottenere dei successi. Egli trovò che soggetti con un alto indice di speranza reagiscono alle avversità in maniera diversa rispetto a quelli che ottengono un basso indice, nel senso che anche gli ostacoli vengono percepiti come delle sfide da superare, per cui riescono a utilizzare strategie di azione alternative per raggiungere gli obiettivi.

Speranza e futuro

L'analisi del costrutto della *speranza* ha evidenziato che ciascuno di noi è intrinsecamente orientato al futuro e alla realizzazione delle finalità e delle aspettative nei confronti del proprio futuro e questa apertura intrinseca all'umano permette di riconoscere l'atteggiamento verso la vita.

In tempi di complessità e di incertezza si percepisce ancora di più come la speranza sia collegata al futuro, soprattutto negli adolescenti e nei giovani. I sociologi sostengono che è stata la crisi provocata dall'economia ad averci rubato il futuro e questo ha determinato un clima globale di grande insicurezza che ormai accomuna tutti. I giovani hanno paura di non trovare lavoro, di non poter progettare il loro avvenire e si sentono bloccati in un eterno presente fatto di precarietà. I loro genitori, invece, hanno paura di perdere la pensione, l'assistenza sociale, di finire in miseria. Per questo, è divenuto molto più difficile anticipare e costruirsi un futuro non solo per i giovani ma anche per gli adulti. Se da una parte il futuro si presenta decisamente più imprevedibile, instabile, incerto e minaccioso rispetto al passato, dall'altra occorre trovare la strada e individuare strategie adatte che, mentre riescono a far fronte all'emergenza del presente, siano in grado di prospettare vie di futuro.

La dimensione di *orientamento al futuro* che caratterizza il concetto di *speranza*, si accosta molto bene al *dinamismo progettuale* che si risveglia in modo tipico nello

[7] Cf Snyder et Alii, Hope for rehabilitation and vice versa, in Rehabilitation Psychology 51(2006)2, 89; Snyder C.R.- Cheavens J. - Micheal S.T., Hoping, in SNYDER C. R. (a cura di), Coping: The psychology of what works, New York, Oxford University Press 1999, 205-231.

sviluppo dei preadolescenti. La progettualità, mentre presuppone la maturazione di una nuova consapevolezza di sé, allo stesso tempo la promuove, perché è intrinsecamente collegata all'incipiente definizione di sé, in particolare all'immagine di sé e al progetto di sé che ne strutturano la direzione futura.[8] Del resto, *futuro* e *progettualità* sono due coordinate della crescita che si fondano sull'acquisizione della speranza e della fiducia come presupposto di base che si è costruito nell'infanzia.

Dal punto di vista evolutivo, infatti, la speranza si configura in relazione e in concomitanza con le esigenze e i *compiti di sviluppo* dell'adolescenza e coincide con lo sviluppo della progettualità. È chiamata in causa la *prospettiva temporale*, in particolare quella *futura*, e la dimensione progettuale. Il *futuro*, cioè, acquista consistenza, rilevanza e profondità nella misura in cui si riesce a visualizzarlo attraverso un *progetto* che, a partire dal presente, orienta le azioni a uno scopo differito nel tempo. Il vissuto temporale degli adolescenti, è segnato soprattutto dalla relazione con il futuro, in particolare dalle *proiezioni di sé* nel futuro, a breve e a lungo termine.[9]

In contesti di fluidità e pluralismo, il rischio del disagio e del malessere psichico è divenuto più frequente e più consistente e mette alla prova la forza e la *resilienza* delle nuove generazioni. Come sostenere la loro speranza e la loro progettualità futura? È un compito non facile, dal momento che siamo di fronte a giovani che, pur possedendo ottime risorse e potenzialità, sembrano ispirarsi a valori di tipo meramente estrinseco o sopraffatti dal presente immediato e dominati da dipendenze di vario tipo, cognitivo, emotivo, affettivo-relazionale, ecc.

Chi si occupa di giovani, di educazione o di orientamento dovrà prendere in seria considerazione tutto ciò e non potrà più procedere così come si era abituati a fare in tempi con maggiori opportunità e possibilità per il futuro. Non si potrà più procedere come se il futuro fosse ancora prevedibile e pieno di possibilità, ma bisogna prepararsi a progettare *percorsi formativi e orientativi* segnati da una maggiore temporaneità e flessibilità. Nello stesso tempo, occorre promuovere *strumenti e spazi educativi* che favoriscano la crescita di abilità necessarie a far fronte alle difficoltà e

---

[8] Cf Del Core P., *Prospettiva futura e progettualità*, in COSPES (a cura di), *L'età incompiuta. Ricerca sulla formazione dell'identità negli adolescenti italiani* (Coordinamento di Tonolo G. - De Pieri S.), LDC, Torino-Leumann 1995, 315-332.

[9] La progettualità, come presupposto dello sviluppo della speranza, è il punto di partenza dell'indagine che ha voluto rilevare l'opinione dei preadolescenti e adolescenti delle Scuole Secondarie di I e di II grado presenti nella Diocesi di Porto e Santa Rufina (Roma).La ricerca è stata condotta su di un campione di 3843 adolescenti (1881 Maschi e 1864 Femmine e 98 NR) fra i 13 anni e i 18-19 anni di età che frequentano le Scuole Secondarie di I e di II grado (21 scuole e 264 classi) presenti nel territorio della diocesi (cf Favorini A. M. (a cura di), Educare alla Speranza. Itinerari Pedagogici e Didattico Speciali, FrancoAngeli, Milano 2010).

all'incertezza, che siano in grado di favorire l'incremento della *resilienza* nelle persone. Si tratta, cioè, di trasmettere fiducia e speranza, di istillare speranza e ottimismo nel pensare positivamente al futuro.

Nel cammino di crescita della persona è quanto mai necessaria la *speranza*, che non è vuota aspettativa ma è fonte inesauribile di vita e di futuro. È fondamentale anche il *tempo*, o meglio, una *prospettiva temporale* che non vuol dire insofferenza e sospensione ma pazienza e attesa della bellezza che emergerà in futuro. Ci vuole inoltre *ottimismo* e *coraggio*, che significa impegnarsi e progettare il domani facendo i conti con il rischio e l'incertezza, vivendolo come sfida e scommessa con se stessi e con il mondo.

Nel campo dell'educazione, dell'orientamento e del *counseling*, come pure della psicoterapia, economia e nell'ambito dell'apprendimento, i concetti di *speranza*, *ottimismo*, *progettualità* e *resilienza* stanno emergendo con forza e numerose ricerche mettono in evidenza una chiara correlazione tra di essi.

Speranza e ottimismo

Sono numerosi gli studi e le ricerche che evidenziano una stretta relazione fra *speranza* e *ottimismo*, come pure il loro influsso sul funzionamento psicologico e sul benessere esistenziale. In particolare, si rileva che i livelli di speranza sono in relazione con la percezione di competenza cognitiva, sociale, sportiva e con migliori risultati scolastici. La speranza, inoltre, risulta positivamente associata con elevate abilità di *problem solving* e con maggiori livelli di creatività, e aiuta a far fronte agli eventi negativi della vita in modo migliore.

Gli studiosi della psicologia positiva hanno potuto dimostrare che la speranza e l'ottimismo hanno un ruolo positivo sulla salute in generale, in particolare sulla depressione e sullo stress, come pure sulle malattie croniche, come quelle cardiache o respiratorie e relative al sistema immunologico.[10]

Gli studi sull'ottimismo negli adolescenti sottolineano che esso si associa a una minore presenza di sentimenti negativi, a minori livelli di depressione, di ansia, di comportamenti disadattavi o un minore ricorso all'abuso di sostanze. Peraltro, si

[10] Cf Seligman M. E. P., Imparare l'ottimismo. Come cambiare la vita cambiando il pensiero, Giunti Editore, Firenze 2013.

registra una stretta relazione anche fra i livelli di ottimismo e speranza posseduti dai genitori e quelli posseduti dai figli.[11]

La presenza di *speranza* e di un livello alto di *ottimismo* si associano, oltre a una migliore capacità di riuscita scolastica, alla presenza di fiducia e di autonomia, ma anche a una più elevata capacità di *coping*, cioè di far fronte agli ostacoli e/o alle difficoltà che si incontrano nel cammino della vita, nelle relazioni interpersonali e nell'inserimento lavorativo.

Come sostengono alcuni studiosi, parlando del "*capitale psicologico*" nel contesto lavorativo, per sviluppare una *progettualità personale* e favorire una buona riuscita nella carriera professionale sono importanti dimensioni, come la *fiducia* nel portare a termine i compiti che vengono affidati, l'*ottimismo* nel credere nella propria possibilità di successo, la *resilienza* e la *perseveranza* nel perseguire i propri obiettivi, la capacità di far fronte (*coping*) agli ostacoli e ai problemi.

In particolare, gli studi sul *ruolo della speranza* di fronte a diverse *situazioni avverse* e alle *strategie di adattamento* messe in atto dalle persone, hanno dimostrato che in soggetti in salute, come in soggetti con malattie fisiche severe,[12] la presenza di speranza e di ottimismo è correlata a

- un miglior funzionamento e adattamento psicosociale,
- una maggiore capacità di resistenza a eventi stressanti e all'elaborazione di più strategie di *coping* funzionali a gestire lo stress, preservando così il proprio benessere psicologico;
- una maggiore soddisfazione per la vita, una migliore considerazione del proprio benessere e della qualità di vita.

---

[11] Cf Carrieri L. (2012), *Speranza e ottimismo in età evolutiva: dallo sviluppo all'intervento*. Comunicazione presentata alla Giornata di Studio in Speranza, ottimismo, prospettiva temporale e resilienza, Padova, Università degli Studi di Padova; Ginevra M. C. (2012), Sviluppo professionale dei figli, speranza e ottimismo nei genitori. Comunicazione presentata alla Giornata di Studio in Speranza, ottimismo, prospettiva temporale e resilienza, Padova, Università degli Studi di Padova.

[12] Alcune ricerche realizzate sui malati terminali di cancro hanno dimostrato come la speranza sia uno dei fattori di guarigione e di resilienza al dolore e alla sofferenza fisica e psicologica di fronte alla malattia e alla morte, come elemento di contenimento per lo stress e un significativo fattore del benessere fisico e mentale (cf Proserpio T., *La speranza nei malati oncologici e onco-ematologici. Prospettive pastorali alla luce di una ricerca sul campo*, Milano, Glossa Editrice 2019).

Speranza e resilienza per ricostruire nuove progettualità

La *speranza* è anche strettamente collegata alla capacità di *resilienza*. Entrambe rappresentano il filo conduttore delle strategie terapeutiche, secondo Milton H. Erikson: mentre la speranza è il sentimento con cui si guarda fiduciosi al futuro, la resilienza è la forza d'animo con cui si superano le difficoltà o i traumi subiti.[13]

La *resilienza* è la capacità di far fronte in modo positivo a eventi traumatici, di riorganizzare positivamente la propria vita dinanzi alle difficoltà, di ricostruirsi restando sensibili alle opportunità positive che la vita offre, senza perdere la propria identità.

La *resilienza* è indubbiamente una parola chiave per interpretare l'attuale fase storica di transizione e di incertezza. Essa si può definire come l'arte dell'adattamento al cambiamento che consente di trasformare le incertezze e le crisi in opportunità, le difficoltà e i rischi in innovazione.

La resilienza, in altri termini, è la capacità di rigenerarsi, di reinventarsi, di auto-ripararsi dopo un danno o una perturbazione, di far fronte, resistere, ma anche costruire e riuscire a riorganizzare positivamente la propria vita nonostante le difficoltà e le situazioni problematiche che farebbero pensare a un esito negativo.

In ambito clinico e psicoterapeutico, la *resilienza* indica la capacità di reagire a eventi traumatici o stressanti e di andare avanti nonostante le ferite, per ricostruire un nuovo percorso di vita. La psicologia ha fatto proprio questo termine per ribadire che ogni persona ha la capacità di resistere ai traumi e alle sofferenze che la vita porta con sé, e soprattutto di progettare positivamente il proprio futuro, di riprendersi e di uscire più forti e pieni di risorse dalle avversità e dalle prove.[14] Le persone *resilienti*, pertanto, reagiscono con tolleranza alla sofferenza e invece di crollare o lamentarsi amplificando il problema, la sfidano e trovano la forza di dirigere le proprie energie verso cambiamenti risolutivi e praticabili.

La propria sofferenza viene considerata come un valore aggiunto e fonte di maggiore sensibilità nei confronti della bellezza e della positività dell'esistenza, nonché verso le sofferenze altrui. Certe ferite forse non si rimargineranno mai completamente, qualunque trauma, se non è vissuto passivamente come punizione o negazione della felicità, può rappresentare, nel suo accadere repentino e imprevedibile, un'occasione di realizzazione superiore. Le difficoltà allora vengono percepite come una sfida che

---

[13] Short D. - Casula C. C., *Speranza e Resilienza. Cinque strategie psicoterapeutiche di Milton H. Erickson*, Milano, FrancoAngeli 2004.

[14] Cf Malaguti E., *Educarsi alla resilienza*, Trento, Erikson 2005, 16ss.

mobilita le proprie risorse, sia interne sia esterne, una sfida dalla quale non ci si può esimere, in nome del raggiungimento di un equilibrio più funzionale.

È opinione comune e condivisa che la *resilienza* non è una caratteristica che è presente o assente nella persona; essa presuppone comportamenti, pensieri ed azioni che possono essere appresi da chiunque. Esiste, infatti, una dimensione evolutiva e psicodinamica che consente di imparare, di educarsi ed educare alla resilienza, di sviluppare la capacità di trasformare le esperienze dolorose, stressanti o traumatiche in apprendimento.

Va notato però che possedere un alto livello di *resilienza* non significa non sperimentare affatto le difficoltà o gli stress della vita, né tanto meno essere infallibili, ma indica che si è disposti al cambiamento quando esso sia necessario; consapevoli di poter sbagliare e quindi anche di poter correggere la rotta.

Le difficoltà sono parte della vita e le situazioni problematiche possono portare a scoprire risorse personali, parentali e amicali da mobilitare per affrontare le vicissitudini negative. L'esperienza del dolore può far crescere e stimolare una maggiore fiducia in se stessi, come pure una grande curiosità nei confronti di un mondo ricco di possibilità inesplorate. Del resto, le avversità che inevitabilmente si incontrano nella vita producono una crisi di significato e una certa disorganizzazione della coerenza del sé. Tale tensione, a sua volta, sollecita processi di costruzione e rielaborazione della propria storia di vita e delle proprie convinzioni o credenze. Come afferma Walsh, nel contesto di un approccio clinico alla resilienza, ogni individuo nel corso del tempo rivede la propria storia, costellata di avversità e di resilienze, per raggiungere coerenza e integrità narrativa. Si è rilevato, infatti, che le persone con storie difficili alle spalle hanno la possibilità di cambiare radicalmente il corso della loro vita una volta divenute adulte; e che una crisi può trasformarsi in un punto di svolta positivo.[15]

Speranza e ricerca di senso

Eugenio Borgna, psichiatra e uomo di grande umanità, si è dichiarato "affascinato dalla speranza": la speranza lui l'ha incontrata in psichiatria, ascoltando i pazienti con le loro angosce e i loro smarrimenti, nei quali la malattia si intrecciava alla perdita e alla rinascita della speranza che sconfinano l'una nell'altra.

> «Non ci sono certezze in psichiatria, ma solo speranze, solo attese, che le parole moderino le angosce dei pazienti, ampliando gli orizzonti di una

[15] Cf Walsh F., *La resilienza familiare*, Milano, Raffaello Cortina Editore 2008.

> speranza che non rimanga prigioniera delle programmazioni e delle apparenze. Non ho certezze e non potrò mai averle, la ragione è ogni volta sconfitta dalle emozioni, che sono in chi cura, e in chi è curato, e che di momento in momento modificano la percezione delle cose nell'uno e nell'altro».[16]

Per l'autore, dunque, la speranza è declinazione esistenziale e *ricerca infinita di senso*, che trova nella *relazione di cura* una forza rivoluzionaria.[17]

Tale istanza psicologica può essere accostata al pensiero di Victor E. Frankl, psicologo e psichiatra, fondatore della Logoterapia, sul significato della sofferenza. Il cuore del suo messaggio è unico: di fronte alla malattia, alla morte e ad altre situazioni-limite, come violenza, abusi, prigionia, torture fisiche e morali, dobbiamo rimanere sempre aperti alla vita, anche quando subiamo tremende ingiustizie o siamo costretti a misurarci con la transitorietà della nostra esistenza.

Sopravvissuto all'esperienza drammatica dei lager nazisti, ha potuto sperimentare che anche il dolore e la prova possono trasformarsi in un "compito" unico e avere un senso.

> «Non è stato di secondaria importanza l'insegnamento che ho portato con me dai campi di concentramento di Auschwitz e Dachau: in grado di sopravvivere a quelle tragiche situazioni limite erano solo coloro che guardavano al futuro, ad un compito che li attendeva, a un significato che avevano da realizzare».[18]

Trovare un "significato" nelle avversità, infatti, trasforma il dolore che si sperimenta in un fenomeno carico di senso. E in un mondo affamato di senso e di speranza, come quello complesso e globalizzato in cui viviamo, il messaggio di Frankl risuona ancora più attuale e prezioso che mai.

Se la sofferenza, considerata come fonte di maturazione, di crescita e di interiore trasformazione, di realizzazione del compito della propria esistenza, diviene autentica mediante l'accettazione, allora è necessario trascenderla, perchè non è mai fine a se stessa, ma può essere dotata di senso, solo quando si soffre per amore di qualcosa o di qualcuno.

La prospettiva frankliana offre interessanti indicazioni per elaborare dei *percorsi formativi* orientati alla ricerca di senso e alla realizzazione del compito unico e

---

[16] Borgna E., *Speranza e disperazione*, Torino, Einaudi 2020, 101-102.

[17] Cf ivi 6.

[18] Frankl V. E., *La sofferenza di una vita senza senso. Psicoterapia per l'uomo d'oggi*, Leumann (Torino), ElleDiCi 1982, 26.

irrepetibile della propria esistenza, in un'ottica di speranza. Si tratta di credere nella capacità della persona di fronteggiare qualsiasi situazione di dolore, in quanto «chi ha un perché per vivere può sopportare qualsiasi come»[19], e di imparare a "*sopra-vivere*" guardando al futuro, verso un compito aperto da realizzare (auto-trascendenza).

Di fatto, la Logoterapia, nata dall'esperienza clinica e realizzata a partire dall'esigenza di curare e accompagnare il travaglio dell'esistere umano verso una costante ricerca di senso, si presenta come una *cura educativa* di esistenze ferite o disorientate, come uno *strumento pedagogico* prima che *terapeutico* nei confronti dei giovani o di chiunque, dinanzi al rischio dilagante di perdere o negare il valore della vita, cade in forme di disagio o di devianza, di depressione o di evasione, di marginalità e isolamento.[20]

Educazione a coltivare e custodire la speranza

"Avere speranza" costituisce un traguardo emozionale piuttosto complesso, perché non si tratta di una peculiare predisposizione, né soltanto di una emozione o sentimento, ma, come è stata delineata dalla ricerca psicologica, la speranza è un *dinamismo motivazionale* che è alla base degli atteggiamenti mentre è sollecitata dai valori in cui la persona crede.

La speranza, dunque, va coltivata, va 'imparata' ma anche elaborata e portata a consapevolezza. Essa è frutto di una "coltivazione" – come ci ha indicato Snyder – e per renderla disponibile in quantità nella nostra vita, va fatta crescere, nutrita e protetta. Va accompagnata e costruita lungo l'esistenza con la mediazione di persone significative, tra famiglia, scuola, amici, adulti educatori, … attraverso la relazione interpersonale e la testimonianza di vita.

Gli elementi che permettono di svilupparla e di farla crescere si muovono sia sul piano cognitivo che emotivo, sia sul piano motivazionale che valoriale. Si tratta di imparare a vagliare i propri pensieri, a promuovere quelli positivi, a mantenere l'orizzonte aperto e individuare finalità, obiettivi e strategie raggiungibili ma progressive, impegnandosi nell'implementare i risultati a partire dalla consapevolezza della propria autostima ed autoefficacia.

---

[19] Frankl V. E., *Homo patiens. Soffrire con dignità*, Brescia, Queriniana 1998, 76-77.

[20] Cf Frankl V. E., *La vita come compito. Appunti autobiografici*, Torino, SEI 1997, 45-47. Si veda pure un volume più recente: Frankl V. E., A*bbracciare la speranza. Significato, libertà, responsabilità*, Milano, Mondadori 2024.

Insomma, divenire e, ancor più, *essere persone capaci di speranza*, non significa di certo vivere un'attesa passiva di un mondo migliore, ma proprio perchè si tratta di una virtù, è data dall'esito di un lavoro intenso e profondo su di sé. È indispensabile innanzitutto lavorare sulla percezione di sé e della propria capacità di prefigurare le mete concrete e i percorsi che conducono a realizzarle e nello stesso tempo attivare i dinamismi motivazionali che orientano verso le finalità scelte.

Educare alla *speranza*, alla *resilienza* e alla *progettualità* è un'istanza sempre più diffusa e urgente perché tali dimensioni, che sono tipicamente 'umane', ricoprono un ruolo molto positivo e significativo nello sviluppo e nella crescita delle persone, non solo a livello attitudinale e motivazionale ma soprattutto a livello antropologico, sociale e di benessere psicologico.

In conclusione

Affinché il futuro torni ad essere *possibile* e *abitabile*, meno minaccioso e inospitale, occorre instillare speranza e fiducia, soprattutto nei giovani. L'educatore e la stessa comunità educativa dovranno aiutare i giovani che si ritrovano sempre più soli, senza riferimenti valoriali verso cui dirigere le proprie scelte e la loro esistenza, a reimparare a immaginarlo, anticiparlo, progettarlo, giorno per giorno, esercitando la propria capacità e libertà di scelta.

Come afferma Michele Pellerey richiamando la teoria della speranza di Snyder,

> «L'atteggiamento più consono all'impegno educativo delle comunità e dei singoli è […] quello animato dalla speranza educativa, che dà forza e costanza nel cercare vie nuove e mezzi nuovi per risolvere problemi antichi, ma resi diversi dalle mutate circostanze storiche, e che sostiene nella tensione costante tra ideale e reale, tra dover essere ed essere, tra oscurità del presente e anticipazione del futuro. La speranza è la sorgente profonda della fiducia necessaria a predisporre un cammino educativo, a percorrerlo con fedeltà sostanziale e adattare continuamente il passo e lo stile alle reazioni dei giovani».[21]

[21] Pellerey M., *Educare. Manuale di pedagogia come scienza pratico-progettuale*, Roma, LAS 1999, 168