

ATTUALITÀ

Prendersi del tempo in modo
"attivo" permette di fare scelte più
consapevoli mettendosi alla prova

gap year

UNA PAUSA PER DECIDERE IL FUTURO

Dodici mesi di pausa, per capire che forma dare al proprio futuro, per fare esperienze al di là di quelle scolastiche, per imparare una lingua o fare volontariato. L'anno sabbatico, che prende in prestito la pausa settimanale ebraica del sabato, è sempre più comune tra i ragazzi giunti alla fine delle superiori. Un'abitudine che si ispira al "gap year" inglese, l'anno di intervallo in uso nei Paesi anglosassoni.

restare *nel guado*

«Il vero anno sabbatico, in effetti, è dedicato non agli studenti ma a chi già lavora, all'università o altrove, e decide di fare un'interruzione per approfondire degli aspetti della propria attività», spiega Matteo Lancini, psicologo e psicoterapeuta, autore del libro *Sii te stesso a modo mio. Essere adolescenti nell'epoca*

della fragilità adulta (Raffaello Cortina editore). «Oggi però è diventato pratica diffusa che segnala un cambiamento che investe tutta la società. Per decenni siamo stati abituati a vedere la maturità come una sorta di passaggio dall'età infantile all'età adulta, con un lungo passaggio attraverso il guado

dell'adolescenza. Oggi questa visione è, invece, messa in discussione da nuove condizioni sociali, psicologiche ed economiche. Viviamo un'epoca di incertezza, di nuova complessità e soprattutto fluidità. La nuova normalità è proprio restare nel guado e non approdare subito all'età adulta in cui tutto è definito.

LA NECESSITÀ di esperienze extrascolastiche

I ragazzi si trovano oggi in un sistema economico in cui molte professioni sono ancora in divenire e dovranno cambiare da 4 a 6 volte lavoro. Aggiungiamo che la scuola è un luogo pensato più per gli adulti che per i ragazzi, dove si applicano modelli poco adatti alla realtà in cui i giovani si troveranno a lavorare. In questa situazione è normale che ricerchino altrove le competenze che l'istituzione scolastica ancora non riesce a fornire.

CAPIRE IL SENSO

Un momento di pausa può servire a fare nuove esperienze relazionali e pure professionali oltre che chiarezza dentro di sé. «Non c'è nessuna fretta di andare verso un sistema di apprendimento che è spesso mnemonico e ripetitivo», aggiunge Lancini. «Non mi stupisce che in questo contesto i ragazzi pensino di voler vivere un anno di libertà, che permetta loro di mettersi alla prova». Ma come rapportarsi a un figlio o una figlia che chiede ai genitori di fermarsi per un anno? «Consiglio di cercare di comprendere qual è il senso di questa scelta».

UN'OCCASIONE DA COGLIERE

«Una cosa da chiedersi è: l'anno sabbatico segnala un blocco, anche temporaneo, un momento di crisi in cui ci si sente disorientati, o un desiderio di evoluzione? A mio avviso, in ogni caso non va presa come uno stop, ma come un'occasione per sperimentarsi, per misurarsi con delle parti di sé che in famiglia e a scuola non sempre è stato possibile esprimere».

un'abitudine sempre più diffusa

Il 13,8% dei maturandi, dice un sondaggio di EF Italia, organizzazione che si occupa di formazione e scambi culturali, sta andando in questa direzione. Un dato confermato dai ritardi sull'ingresso all'università. Sempre più spesso ci si iscrive non nei mesi immediatamente successivi alla maturità, ma a distanza di un anno e mezzo. Si preferisce posticipare perché non si sa cosa fare dopo il diploma nel 23% dei casi e ci si vuole prendere del tempo per valutare bene che direzione dare alla propria vita. Altri decidono di prendersi una pausa per prepararsi meglio a un test universitario oppure per darsi una seconda chance se non lo si è superato. C'è anche chi si concede un anno sabbatico alla fine dell'università o di un master, quando si è appena usciti dalla comfort zone dello studio e prima di inserirsi nel mondo del lavoro. Anche chi già esercita una professione può aver bisogno di un gap year per staccare e ricaricare le pile.

ATTUALITÀ

LA TESTIMONIANZA “mi ha reso più sicura”

Gloria ha 19 anni. Nel 2022 ha finito il liceo coreutico, poi si è concessa una pausa di un anno. Oggi studia psicologia e ha due lavori: è commessa da Zara e nel weekend fa la ballerina in discoteca.



● Perché hai deciso di concederti un anno sabbatico?

«Perché non sapevo bene cosa fare della mia vita. Pensavo di continuare a studiare, anche lavorando, ma volevo chiarirmi le idee sulla facoltà da scegliere. Ero indecisa tra scienze motorie e psicologia. Ora, a distanza di un anno, ho scelto la seconda».

● Che cosa hai fatto in questo periodo di pausa?

«Mi sono iscritta a un'accademia di danza, perché nella mia vita c'è sempre stato il ballo. La mia grande passione, che a un certo punto ho pensato che potesse diventare davvero la mia professione».

● E poi?

«Poi, mi sono resa conto che mi serviva un piano B al di là della danza e ho deciso di riprendere gli studi all'università. Da settembre quindi mi sono iscritta a psicologia».

● Ritieni che sia stato utile fermarti?

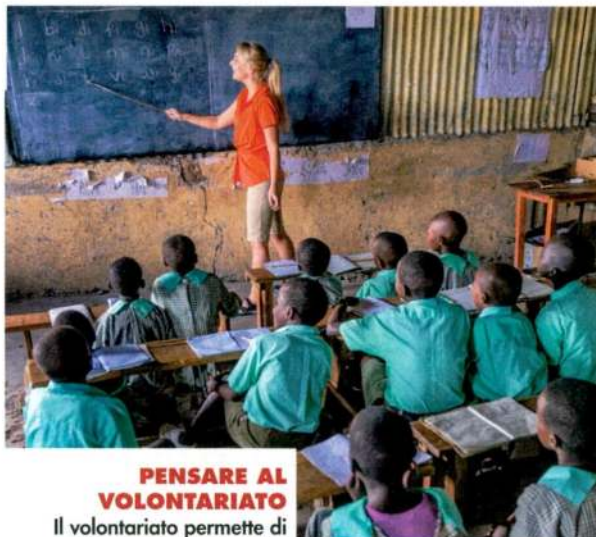
«Sì. Non è stato per niente un anno perso, al contrario, mi ha reso più sicura, mi ha fatto capire quanto mi interessa la mia materia di studio, psicologia. Mi ha aiutato anche a sciogliermi con le persone. Se non mi fossi fermata sicuramente non avrei trovato lavoro».

● Lo rifaresti?

«Assolutamente sì».

COME SFRUTTARLO al meglio

Secondo Natalia Anguas, AD di EF Italia chi ritorna ha più fiducia in se stesso e nelle proprie capacità: «Il 96% dei diplomati si sente più sicuro di sé, il 77% affronta il proprio percorso universitario in modo più consapevole», dicono le ricerche. L'anno sabbatico può essere quindi una ricarica di fiducia, visto che secondo un sondaggio di skoola.net il 90% dei ragazzi che escono dalla maturità si definisce preoccupato per il proprio futuro. «È bene prendere in esame ogni possibilità e pensare in anticipo per fare in modo che non diventi un anno poco produttivo che finisce per creare maggiori insicurezze. Occorre programmare le esperienze e le attività, affidandosi ad agenzie o associazioni che offrono più possibilità» continua.



PENSARE AL VOLONTARIATO

Il volontariato permette di creare relazioni, impegnandosi in varie zone del mondo con i bambini, le persone con disabilità, in situazione di disagio sociale). Su volontariatointernazionale.org si possono cercare i campi di volontariato in Sud America, Asia, Africa. Ci si dedica alla cura del territorio, all'agricoltura, si lavora con le persone con disabilità, i migranti o gli anziani. Non ci sono limiti di età, ma bisogna saper lavorare in gruppo, avere forte motivazione, spirito di adattamento. È richiesto un contributo ma sono escluse le spese di viaggio.

Su lunaria.org, si parte dal tipo di attività (costruzione, cultura, ambiente), per scegliere tra 600 campi in Europa e nel mondo e 16 in Italia, anche di lunga durata.

UN PERIODO ALL'ESTERO

Andare all'estero per imparare una lingua è un'altra buona idea. EF Italia per esempio organizza piani di studio di sei mesi o un anno. Si può alloggiare in una famiglia o in un college ospitante.

Chicca Belloni