



Quando la solitudine d'estate diventa pericolo

Descrizione

L'estate è la stagione della luce, delle vacanze, dei sorrisi. Ma dietro questa immagine collettiva di spensieratezza si nasconde un lato meno visibile: quello della solitudine, dell'emarginazione e della frustrazione sociale. Per molti, infatti, il periodo estivo non è sinonimo di riposo, ma di isolamento. Chi non può permettersi una vacanza, chi vive solo, chi non ha reti familiari o amicali solide, si ritrova improvvisamente a fare i conti con un vuoto che può diventare pericoloso.

Le statistiche lo confermano: secondo l'OMS e l'ISTAT, i suicidi e gli omicidi familiari tendono ad aumentare nei mesi estivi. Il caldo, la sospensione delle routine, la chiusura di servizi e centri di ascolto, la riduzione delle interazioni quotidiane creano un contesto in cui disagi psichici e fragilità di personalità possono esplodere. La criminologia parla di acting out, ovvero di comportamenti impulsivi e distruttivi che nascono da una tensione interna non più gestibile. In estate, questa tensione trova meno argini: la luce prolungata, il caldo, la perdita di sonno e l'aumento del consumo di alcol o sostanze riducono i freni inibitori e favoriscono il passaggio all'atto.

Dietro molti episodi di violenza o autolesionismo non c'è solo la malattia mentale, ma anche la disperazione sociale. L'impossibilità di partecipare al rituale collettivo delle vacanze, di sentirsi parte di un mondo che sembra vivere solo di leggerezza, può generare sentimenti di esclusione, rabbia e invidia. In chi è già fragile, questi vissuti possono trasformarsi in autoaggressività (suicidio) o eteroaggressività (omicidio), spesso all'interno delle mura domestiche, dove il disagio trova il suo sfogo più immediato.

La psicologia della devianza insegna che la solitudine non è mai neutra: può diventare un fattore di rischio quando si accompagna a povertà relazionale, mancanza di scopi e percezione di inutilità. In estate, tutto questo si amplifica. La società rallenta, i servizi si riducono, le persone si allontanano. Chi resta indietro si sente invisibile, e l'invisibilità è uno dei più potenti generatori di dolore psichico.

La prevenzione passa da qui: dal riconoscimento della fragilità come parte della vita sociale. Servono reti di ascolto attive anche nei mesi estivi, campagne di sensibilizzazione che contrastino lo stigma e favoriscano la richiesta di aiuto. Serve, soprattutto, una cultura della prossimità, capace di vedere chi resta solo mentre gli altri partono.

Perch   dietro ogni gesto estremo non c   solo la follia di un individuo, ma spesso il silenzio di una comunit   che non ha saputo o voluto ascoltare.

Gianluca Di Pietrantonio, criminologo forense

L'agone 2024