

B

**BENESSERE
& SALUTE**

a cura di
STEFANO TAMBURINI

GIOVEDÌ 28 MAGGIO 2015

Terrore da esami e mancanza di fiducia

Sono al secondo anno di università fuori sede, ho dato solo due esami. Mi sento bloccata, agitata e indietro rispetto ai compagni. Rimando gli esami anche se ho studiato. Ho il terrore di deludere i miei genitori e comincio a perdere fiducia.

(Maria, 20 anni, Lucca)

➤ **Risponde Adelia Lucattini,**
psichiatra psicoterapeuta e
psicoanalista

Il passaggio all'università è un momento complesso, sia per il tipo di studio così diverso dalle superiori, sia per il cambiamento di ambiente e amicizie. Sono frequenti momenti di preoccupazione e di ansia, di senso di solitudine e smarrimento. Quando l'emotività non gestita, l'ansia e i pensieri tristi cominciano a interferire con la vita quotidiana, lo studio è uno dei primi aspetti a risentirne, ed è quindi importante potersi rivolgere a uno specialista. Non è escluso che possa essere necessaria anche una terapia farmacologica, ma sempre su indicazione e prescrizione specialistica.