

Il mestiere dell'educatore

Li abbiamo chiusi noi nelle loro camerette: così gli adulti alimentano il senso di vuoto negli adolescenti

SOPHIA CROTTI

Li abbiamo chiusi noi nelle loro camerette: così gli adulti alimentano il senso di vuoto negli adolescenti

“Stai sempre su quel telefono, guarda che ti fa male” era il grido disperato di generazioni di adulti ancora non del tutto preda degli stimoli di quegli schermi dai quali ora leggono il mondo e ricevono una notifica che li avvisa del tragitto che sta percorrendo loro figlio.

Gli adolescenti di oggi si ribellano meno, si richiudono nelle loro camerette, decidendo di confidare i loro segreti agli amici virtuali o all'intelligenza artificiale che pare l'unica in grado di comprenderli davvero. Il senso di vuoto che provano, che li porta a non voler più mettere piede fuori di casa, però, non è da imputare ai social, diventati ormai punti di ritrovo e di socializzazione, ma agli adulti che li hanno convinti che il mondo là fuori sarebbe stato crudele e impossibile da affrontare per loro. A parlarcene è stata Loredana Cirillo, psicoterapeuta presso l'Istituto Minotauro e scrittrice del libro “Soffrire di adolescenza. Il dolore muto di una generazione” edito nel 2024 da Raffaello Cortina.

Cosa porta un adolescente, nel periodo che dovrebbe coincidere con la ricerca dell'indipendenza, a rinchiudersi nella propria cameretta?

Ci sono dei fattori sociali e culturali che partono pro-

prio dalla famiglia, come la tendenza, comparsa negli ultimi decenni, a paranoicizzare il mondo esterno, ritenendolo pieno di pericoli. Sono infatti i genitori spesso a suggerire ai ragazzi di non uscire da soli nel mondo o a farlo solo quando possono essere geolocalizzati da loro. Se da un lato sono gli adulti a suggerire questo modello, dall'altro vi sono tutte le fatiche che gli adolescenti incontrano nello stabilire relazioni che prevedano l'utilizzo del corpo reale. Sembra essere diventato più semplice virtualizzare le battaglie, il gioco, l'incontro con l'altro. Significa che non sono più in grado di stringere forti legami?

No, il fatto che facciano tutto questo dalla loro cameretta non significa che non sappiano stabilire legami forti, quanto più che facciano fatica a trovare obiettivi di condivisione con i coetanei nel mondo esterno. Non esistono nemmeno più degli spazi accoglienti per gli adolescenti, gli adulti non li vogliono più nei parchi, li rimproverano se schiamazzano o giocano a pallone, li additano come disturbatori.

Che ruolo ha giocato la tecnologia nella tendenza dei ragazzi ad isolarsi?

La tecnologia per i ragazzi è diventata un'occasione per stare in contatto. C'è chi la usa proprio per relazionarsi con gli altri e chi fa fatica, anche in quel mondo, per le proprie fragilità legate all'autostima. C'è chi scrolla i social per anestetizzare il pensiero e regolare le proprie emozio-



Loredana Cirillo psicoterapeuta presso l'Istituto Minotauro

ni, c'è chi non riesce più a vivere nel reale, ad andare a scuola o a fare sport. I ragazzi sono tutti diversi e diverse le motivazioni che li fanno sentire più al sicuro nelle loro camerette, ma di certo non si può imputare la colpa ai social, quanto più a noi adulti che abbiamo reso il mondo infrequentabile per loro.

Cercare di stabilire relazioni

dal vivo, in un momento in cui il rapporto con i pari è tutto, rimane importante per i ragazzi?

Certo, è essenziale che lo facciano a scuola, nelle attività sportive, ma anche altrove, perché in adolescenza non basta riuscire a intessere relazioni all'interno di gruppi formali, cioè che ruotano attorno ad un obiettivo chiaro e presidiato dagli adulti. Per i

ragazzi è importantissimo stabilire amicizie con il gruppo dei pari informale, quello composto da amici scelti da loro. Questi ultimi rapporti ad oggi sono sempre più complessi da intessere, in un mondo che ha reso i parchi luoghi per bambini e per anziani, dove se gli adolescenti si incontrano vengono guardati con sospetto dagli adulti.

Oggi non esistono solo i social, c'è anche l'intelligenza artificiale, sempre più ragazzi la utilizzano per raccontare i propri problemi. Cosa sta accadendo?

Questo è un fenomeno che non stupisce affatto. L'idea che i ragazzi cerchino nell'intelligenza artificiale ascolto e conforto ci parla della loro esigenza di avere punti di riferimento e della fatica che fanno a trovarli. I ragazzi, infatti, non trovano conforto negli adulti, sempre molto angosciati, e nemmeno nei coetanei, davanti ai quali temono di sembrare pesanti, questo accade perché c'è una tendenza a rimuovere socialmente le emozioni negative, cercando di apparire sempre felici. Più semplice è invece rivolgersi all'intelligenza artificiale, che però ha i giorni contati, perché presto i ragazzi si renderanno conto che è un punto di riferimento deludente e dalla visione parziale.

L'isolamento sociale dei ragazzi, la fatica nel chiedere aiuto ad amici e adulti, è anche in qualche modo legato ad un sentimento di vergogna?

La vergogna è stata a lungo il

sentimento prevalente in adolescenza, e ancora oggi i ragazzi si vergognano della propria immagine estetica e del loro modo di essere. Dal periodo del Covid però il tema che fa da regia nelle loro vite è il senso di vuoto, la mancanza di prospettive e l'assenza di significato che assume la propria identità nel mondo. Questo senso di vuoto dà origine a tutti i sintomi legati all'ansia, quindi attacchi di panico e fobie che portano i ragazzi in casi più estremi a ritirarsi socialmente, cioè a escludere la propria partecipazione da tutte le attività della vita sociale, inclusa la scuola. Lo fanno spesso in modo disperato e confuso, in alcuni casi si isolano per dei periodi poi tornano a scuola e ad uscire.

Dunque è compito del mondo adulto cercare di porre freno a questo malessere dei ragazzi?

Sì, non solo i genitori, ma il mondo adulto in generale, a partire dai politici, dai docenti e dagli influencer, che hanno bandito l'autenticità e la legittimazione delle emozioni scomode, chiedendo ai ragazzi di non creare problemi con le loro tristezze o fragilità, preferendo sminuire ogni malessere. I ragazzi di oggi spesso non si riconoscono, non sanno cosa provano perché nessuno ha legittimato quelle emozioni, perché gli adulti che avevano promesso loro che sarebbero stati al loro fianco per comprenderli non lo hanno fatto, e devono cominciare ora, perché i ragazzi smettano di sentirsi soli.