

DALLA CRONACA

Jamie è un tredicenne, protagonista della serie *Adolescence* (Netflix) che ha già conquistato milioni di spettatori. Cos'ha di speciale? A prima vista, niente. Quando viene arrestato per aver ucciso una compagna di classe e i genitori lo seguono sconvolti, la cosa che salta agli occhi è che quella è una famiglia "normale". Tranquilla. Come tante. Quel padre e quella madre potremmo essere noi. Ma quindi quel figlio, bravo a scuola, dolce e tenero a casa, ma assassino fuori, potrebbe essere il nostro ragazzo? I piani sequenza lunghi un intero episodio, insieme allo stile asciutto e claustrofobico della fiction, sono perfetti perché non lasciano scampo, creano un dedalo di pensieri e paure angoscianti. All'improvviso ci ritroviamo noi, genitori o nonni, in un momento di terapia collettiva a riflettere su tutto ciò che non sappiamo dei nostri ragazzi. C'è il mondo di cui sentiamo parlare. Ci sono parole che purtroppo conosciamo: odio, misoginia, violenza.

L'EDUCAZIONE SESSUALE? ONLINE

«L'80% delle donne va solo con il 20% degli uomini. Gli altri sfigati non li guardano neanche e questo le rende delle st...ze» dice a un certo punto Jamie. È così che la pensano i cosiddetti "incel", i celibi invo-

Ragazzi come tanti?

Una serie tivù accende i riflettori sui silenzi e i problemi nascosti degli adolescenti. Ma, ricordano gli esperti, solitudine e malessere si possono contrastare. Con empatia e regole

DI ROSSANA CAMPISI

lontari, ovvero i gruppi di uomini che, sentendosi rifiutati sessualmente dalle donne, provano odio contro di loro. È la mascolinità tossica tanto denunciata sui social, che forse nasce anche lì, dietro le porte chiuse di camerette di adolescenti normali. Gli stessi che magari guardano un porno online perché a scuola nessuno insegna nulla sul sesso: è la ragione per cui un'altra serie *teen*, *Sex Education*, spopola proprio concentrandosi sulla scoperta dell'amore e della sessualità senza alimentare tabù e, anzi, trattando con dolcezza anche argomenti considerati imbarazzanti. Sono gli stessi adolescenti che, infine, guardano *Ginny & Georgia* su Netflix (la terza stagione arriva il 5 giugno): nella serie, attraverso il rapporto di una madre con i suoi due figli si affrontano temi come disturbi alimentari, rapporti familiari, traumi e salute mentale. I nostri ragazzi, insomma, si costruiscono un mondo indipen-

dentemente da ciò che gli offrono la scuola, gli amici. Da ciò che gli offriamo noi.

LO SGUARDO DEGLI ALTRI ADDOSSO

Poi arriva un blackout e siamo costretti a fare i conti con gli aspetti degli adolescenti più duri e delicati al tempo stesso. È successo ai genitori di Lila, 15 anni, media dei voti altissima al liceo, amicizie poche ma sane. Insomma, la figlia perfetta. Un giorno, però, Lila decide di non alzarsi più dal letto. Niente scuola, niente amici. Piange, sceglie il silenzio. Depressione acuta. Terapia psicologica, pastiglia antidepressiva e una famiglia sconvolta. Parliamo di un nucleo all'apparenza equilibrato. Madre attenta. Buoni valori nell'educazione. Lila non fa affidamento sulle sue amiche e vive il suo isolamento come una fortezza rassicurante (non va a scuola da tre mesi). Tutto questo ci fa capire che stiamo parlando di una generazione molto diversa da quelle del passato. E ci conferma che c'è un motivo se si parla di adolescenza oggi più che mai. Come se non fosse mai esistita prima. «Si affrontano tanto questi temi perché nei Paesi occidentali ad alto reddito c'è un aumento dei disturbi mentali. Dal 2010 a oggi c'è stata un'esplosione di casi di ansia e depressione» precisa Stefano



PREVENIRE IL DISAGIO

Adolescenti interrotti di Stefano Vicari (Feltrinelli, 18 euro) riflette su come intercettare per tempo il disagio giovanile.

QUASI UN'EPIDEMIA

Si chiama "epidemia d'infelicità" e colpisce soprattutto i giovani: un nuovo studio globale pubblicato recentemente da *Newsweek* ha infatti rivelato che la Gen Z è la generazione più sola e infelice (otto ragazzi su 10), ma anche Millennial (72%) e Boomer (45%) non se la passano bene. Una situazione che si ripercuote anche sul lavoro: uno studio riportato da *Fortune* sottolinea che solo il 59% della Gen Z è felice nel proprio luogo di lavoro, un dato inferiore ai boomer (71%). E il futuro è ancora più oscuro: *The Good Childhood Report 2024* realizzato da *The Children's Society* ha svelato che i 15enni italiani sono tra i meno soddisfatti della propria vita in Europa.



In queste immagini due scene della serie Netflix *Adolescence*.



Una scena di *Sex Education*, un'altra serie molto seguita dai ragazzi.



Vicari, docente universitario di Neuropsichiatria infantile all'università Cattolica di Roma e autore di *Adolescenti interrotti* (Feltrinelli). Dal 2010, ovvero da quando è stata inserita negli smartphone la funzione "selfie". Non solo: in quel periodo i prezzi dei cellulari si sono abbassati, il telefonino è diventato il regalo della Comunione. «Questa nuova realtà, a cui poi si è aggiunta la pandemia, ha spianato la strada a un disagio silenzioso. La gestione dell'immagine e dell'accettazione da parte degli amici ha travolto i ragazzi che, come Lila, scelgono l'isolamento pur di non sentirsi esposti. Un tempo bastava tornare a casa per non sentirti lo sguardo addosso degli altri. Oggi sei costretto a convivere con commenti e critiche h24 sui social. Il risul-



RELAZIONI PRODUTTIVE

Chiamami adulto di Matteo Lancini (Raffaello Cortina, 16 euro) spiega come costruire una relazione proficua con i giovani.

tato si chiama ritiro sociale ed è un fenomeno in grandissima crescita» aggiunge Vicari, anche primario all'ospedale Bambino Gesù di Roma. Secondo un recente report Unicef, l'8% dei ragazzi tra 14 e 18 anni soffre d'ansia e il 4% di depressione. A essere colpito è il 20% degli adolescenti e il 10% dei bambini. «Sono numeri biblici rispetto al passato. Che cosa è successo? Sono aumentati i fattori di rischio, ovvero le dipendenze da Internet e quindi i rischi del cyberbullismo, oltre che i consumi di sostanze oggi più pericolose perché sintetiche. Nel frattempo, si sono indeboliti i ruoli deputati a contenimento e protezione, ovvero le famiglie, con genitori sempre più assenti perché lavorano, e la scuola, oggi concentrata più sul rendimento che sulla costruzione di relazioni sane» riflette Vicari.

LE CONTROMISURE ESISTONO

Al centro di tutto emerge infine il grande assente: la socialità. Quella reale, a cui non interessano apparenza né follower. «Quando siamo in compagnia di persone, abbiamo la possibilità di essere rassicura-

ti e stemperiamo le ansie relative a ciò che sembra definitivo invece sui social. Inoltre, sviluppiamo empatia, coltiviamo il contatto fisico e annulliamo la sensazione di solitudine. Il mio libro è ottimista: se ci pensiamo per tempo, possiamo evitare che i nostri figli facciano parte di quel 20% di ragazzi depressi e ansiosi». In che modo? Educando i nostri figli all'uso responsabile del telefono, favorendo relazioni in presenza e incoraggiando a fare attività fisica. «Dovremmo arricchire la loro vita a 360°, senza accontentarci solo dei voti alti a scuola» conclude Stefano Vicari. La conferma di una difficoltà inedita nel capire gli adolescenti arriva anche da un altro libro: *Chiamami adulto*, scritto dallo psicoterapeuta e presidente della fondazione Minotauro di Milano Matteo Lancini (Raffaello Cortina Editore). Per avvicinarsi ai giovani servono ascolto e presenza empatica, si legge nel manuale. Serve aiutare i ragazzi a non sentirsi soli in mezzo agli altri, ma compresi e sostenuti. E serve che imparino tutto questo anche gli adulti. Le famiglie normali. Cioè noi. ■

© RIPRODUZIONE RISERVATA