

## GENTE Inchiesta

LE DOMANDE SCOMODE APERTE DA "ADOLESCENCE"

LA SERIE NETFLIX – CHE PARLA DI UN ASSASSINO 13ENNE E CHE RICORDA RECENTI CASI DI CRONACA – FA IL RECORD DI ASCOLTI. MOLTI SI DICONO: POTREBBE ESSERE MIO FIGLIO. «OGGI I GENITORI SONO IMPREPARATI AD AFFRONTARE QUESTA DELICATA FASE DI CRESCITA», SPIEGANO GLI ESPERTI. LA COLPA È DEGLI SMARTPHONE? «NON SEMPRE, AI GIOVANI MANCANO I PUNTI DI RIFERIMENTO»



+50%

L'AUMENTO, DAL 2016, DELLE DIAGNOSI DI ANSIA NEGLI ADOLESCENTI

# GLI ADULTI? SONO

di Roberta Spadotto

**C**he abbiano o meno a che fare con un ragazzino in età adolescenziale, tutti guardano la serie *Adolescence* di Netflix: nei primi 11 giorni è stata vista, a livello globale, da oltre 24 milioni di telespettatori, un record. Al di là dell'indubbio valore artistico – è ben scritta, ben recitata e girata magistralmente in piano sequenza – fa emergere inquietudini e domande, dandoci uno spaccato veritiero della società in cui viviamo. Ecco la trama: Jamie Miller è un ragazzino inglese di 13 anni, all'apparenza innocuo grazie all'aspetto da bambino,

che viene arrestato con l'accusa di aver barbaramente ucciso una coetanea. Portato alla centrale di polizia, Jamie nega tutto fino a che il detective non gli mostra un video inequivocabile.

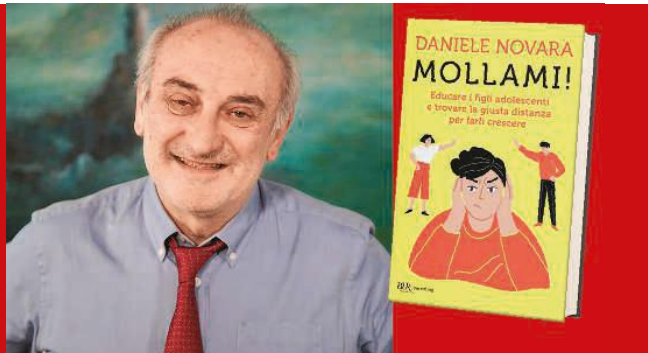
La serie ricorda alcuni recenti casi di cronaca dove ragazzi diligenti e di buona famiglia improvvisamente ucci-

dono senza aver dato alcun segnale – come il 17enne di Paderno Dugnano, nel Milanese, che ha massacrato la famiglia – ma mostra anche un altro fatto agghiacciante: il padre di Jamie guarda il video e non crede a ciò che vede. Quello che uccide è senza dubbio suo figlio ma lui non lo riconosce. E in quel-

46 GENTE

**PUNIRE? NO, COMUNICARE**

Il pedagogo Daniele Novara, 68 anni. Nel suo ultimo libro, *Mollami!*, già best seller, dà consigli pratici su come rapportarsi con gli adolescenti.



## UNA FAMIGLIA DEVASTATA

Alcune scene della serie britannica *Adolescence*, la più vista di Netflix. A sinistra, Owen Cooper, 15 anni, che interpreta Jamie Miller, il 13enne accusato di aver ucciso una coetanea. A destra in alto, il ragazzo e il padre Eddie (Stephen Graham, 51) a colloquio con l'avvocato. A lato, Eddie discute con la moglie (Christine Tremarco, 48).



# PIÙ FRAGILI DEI FIGLI

la scena, che evidenzia un dramma nel dramma, è raccontato in sintesi quello che può diventare un genitore oggi.

### IL MOVENTE DEL CYBERBULLISMO

«Questa serie piace perché chiunque può dire: "Poteva essere mio figlio", spiega lo psicoterapeuta Matteo Lancini, autore del saggio appena uscito *Chiamami adulto* (Raffaello Cortina editore, 216 pagine, 16 euro). «La vicenda di *Adolescence* pone il focus su un aspetto fondamentale che ho indagato anche nel mio libro: tra padri, madri, insegnanti, psicologi e forze dell'ordine non esiste un solo adulto di riferimento. E allora i ragazzi sono costretti a rivolgersi al gruppo o affidarsi alla Rete». Nella serie è centrale il ruolo

dei social: pur avendo solo 13 anni, si scopre che Jamie e i suoi coetanei vivono le relazioni su Instagram usando un linguaggio che per gli adulti è incomprensibile (l'utilizzo degli emoticon, quello di neologismi come *incel* che significa "celibato involontario"... ) e che dietro l'omicidio c'è forse il movente del cyberbulli-

simo. Ma è questo il vero problema? Di sicuro i teenager intrattengono le loro relazioni anche in Rete: secondo l'Istat l'85% dei ragazzi italiani dagli 11 ai 19 anni possiede un profilo social. «L'uso spasmodico dello smartphone e dei social ha creato isolamento nei ragazzi», dice lo psicopedagogo Daniele Novara, il ►

**IMPARIAMO A STARE CON LORO**  
Lo psicologo Matteo Lancini, 60 anni. Nel libro *Chiamami adulto* spiega: «Dobbiamo sostituire il fare, il controllare, con lo stare. Accogliere e ascoltare i ragazzi».



GENTE

A QUESTA ETÀ IL RUOLO DEL PADRE È FONDAMENTALE



**85%**  
DEI RAGAZZI ITALIANI  
TRA 11 E 19 ANNI HA  
UN PROFILO SOCIAL

► cui ultimo libro *Mollami!* (Rizzoli, 192 pagine, 16 euro) in soli due mesi è alla sesta ristampa. «Con il collega Alberto Pelai abbiamo già raccolto 100 mila firme per chiedere al governo di mettere il limite di 16 anni per accedere ai social e dei 14 per possedere uno smartphone».

In Australia una medesima petizione ha raggiunto il risultato di porre dei limiti, ma il punto è che gli adulti non sanno come applicarlo a livello pratico. «Io sarei per vietare i social fino agli 80 anni, invece», interviene Lancini. «Il problema è l'uso che se ne fa. Perché vietarli ai nostri figli quando siamo noi adulti a usarli in modo spasmodico? Pensiamo che monitorare un ragazzo con il parental control o geolocalizzarlo ci faccia sentire genitori migliori, invece ci aiuta solo a evitare la domanda più difficile: cosa serve davvero a mio figlio, a mio nipote, al mio studente? Un adolescente cerca nella Rete un riempitivo per il vuoto affettivo che sente intorno».

#### IL MALESSERE È INTERIORE

L'aumento globale del malessere psicologico tra bambini e adolescenti è indubbio: dal 2016 al 2023 le diagnosi di ansia e depressione sono aumentate del 50 per

cento. Un saggio uscito mesi fa, *La generazione ansiosa* (Rizzoli), dello psicologo americano Jonathan Haidt, attribuiva, studi alla mano, la causa dell'ansia all'uso eccessivo degli smartphone, responsabile dell'isolamento dei ragazzi. Eppure, non tutti gli esperti sono d'accordo. «Centinaia di ricercatori, me compresa», ha spiegato Candice Odgers, psicologa e docente all'Università della California sull'autorevole rivista *Nature*, «hanno cercato una conferma di quegli effetti devastanti suggeriti da Haidt. I nostri studi hanno dimostrato, invece, come siano i giovani con problemi di salute mentale a utilizzare le piattaforme social più frequentemente o in modi diversi rispetto ai loro coetanei sani».

#### AVERE UN MARZIANO IN CASA

Dunque gli adolescenti stanno male. Ma non è sempre stato così da che mondo è mondo? Passare dall'infanzia all'età adulta non ha sempre comportato disagi, malinconia, ansie, ribellioni? «L'adolescenza non è una malattia», spiega Daniele Novara. «E i casi di cronaca o la serie *Adolescence* non possono essere portabandiera di una generazione. Questa è anche un'età bellissima e portatrice di

innovazione: ricordiamo che Greta Thunberg aveva solo 13 anni quando ha iniziato a fare i sit-in contro il cambiamento climatico, e Guglielmo Marconi ne aveva poco più di 20 quando inventò il telegrafo senza fili che rivoluzionò le telecomunicazioni».

Gli adolescenti sono devianti per natura, anche a livello cerebrale. «Il loro cervello», continua Novara, «in questo periodo subisce significativi cambiamenti strutturali e funzionali che ne influenzano le capacità cognitive, emotive e sociali. E le varie parti maturano in modo diverso: la corteccia pre-frontale, che svolge un ruolo chiave nel controllo degli impulsi e nella presa di decisioni, si sviluppa più lentamente rispetto alle aree delle emozioni e delle ricompense».

Improvvisamente il nostro bambino diventa un marziano, ma questi cambiamenti hanno anche basi biologiche e ormonali, dunque non sempre volontarie. Ma lo tsunami di stati d'animo, anche negativi, può essere gestito. «Le emozioni ci aiutano a orientarci nella vita», spiega Lancini. «Se un ragazzo dice: "Ho paura", non dobbiamo rispondere: "Non devi averla", ma metterci in



## SE L'ASCOLTO FALLISCE

A sinistra, uno dei momenti salienti di *Adolescence*: Jamie è a colloquio con Briony (Erin Doherty, 32 anni), la psicologa forense assegnata al suo caso. Il ragazzino non si fida di lei ma alla fine si aprirà. «La donna cerca di essere empatica più per ottenere informazioni», spiega Matteo Lancini, «che per ascoltare quello che si agita dentro al ragazzo, che infatti ha due crisi di rabbia». Sotto, la scena commovente del padre di Jamie che porta i fiori sul luogo dell'omicidio. Anche lui è una vittima di questa tragedia.

ascolto, capire cosa ci sta dicendo, aiutarlo a gestire quella paura, non imporre il nostro punto di vista».

### IL VALORE DELLA RELAZIONE

La pulsione più forte dell'adolescenza è quella di staccarsi dal controllo dei genitori, pur avendo ancora bisogno di loro. Anzi, il ruolo degli adulti è cruciale: ma qual è il modo efficace di esserci quando un ragazzino improvvisamente non parla più, non vuole più andare a scuola o smette di mangiare? A questa domanda spesso i genitori non sanno rispondere. «Nella serie di Netflix è disarmante come nessun adulto riesca ad ascoltare Jamie», dice Lancini. «Lui urla, diventa aggressivo, ha solo bisogno di essere contenuto». Novara è d'accordo: «Tra adolescenti e adulti sono questi ultimi i più fragili. Perché, finita la società patriarcale, si è passati a quella del controllo. Ma ora c'è bisogno d'altro».

Nell'ultimo episodio di *Adolescence*, il papà di Jamie cerca di farsi un esame di coscienza: suo padre per educarlo lo prendeva a cinghiate, lui invece pensava che lasciare il figlio nella sua cameretta lo tenesse al sicuro dalle minacce del mondo. «Potevo fare di meglio», conclu-



de. Certo, ma cosa? «Nell'adolescenza il ruolo paterno è centrale», sottolinea Novara. «In questa fase la madre deve fare un passo indietro e il padre entrare in campo ponendo paletti pratici per favorire l'autonomia e l'esplorazione del mondo». Ma i padri, e su questo gli esperti concordano, stanno vivendo una crisi di identità: non possono più essere i "padri padrone" e nemmeno "i padri peluche", sostituiti della madre, ma assumersi il ruolo di "padre educativo". «Do-

vremmo imparare a stare con i nostri figli», conclude Lancini. «Ma avere una relazione significa fare spazio all'altro, legittimando le sue emozioni, anche quelle scomode. Solo così si diventa adulti significativi, ossia punti di riferimento. Ne basta uno, che sia il padre, la madre o un insegnante, perché il ragazzo non arrivi a essere violento, verso di sé o verso gli altri. E permettere così alla sua personalità unica di sbocciare».

**Roberta Spadotto**