

SOCIETÀ & CULTURA

**ALCUNI TITOLI
FULL IMMERSION
NELL'ADOLESCENZA
TRA LE PAGINE DEI LIBRI**

■ Sugli scaffali delle librerie sono numerosi i libri dedicati all'adolescenza per genitori e giovani. Citiamo di seguito alcuni titoli: "Psicologia dell'adolescenza" di Augusto Palmiroi (ed. Il Mulino). "E ora basta! I consigli e le regole per affrontare le sfide e i rischi dell'adolescenza" di Alberto Pellai (Feltrinelli). "Lasciatemi crescere in pace" di Pellai e Tamborini. "Perché non mi parli?" di John Coleman; "Ne nome del figlio" di Massimo e Niccolò Ammaniti.



AVIGLIANA SABATO 3 IL CONVEGNO ALL'ISTITUTO GALILEI A CONCLUSIONE DI UN PERCORSO DI APPROFONDIMENTO

Adolescenti e adulti, le vie per trovarsi e capirsi

Esperti e giovani si sono confrontati sul delicato tema dell'adolescenza, tra solitudine e fragilità

■ **AVIGLIANA** L'Istituto superiore "Galileo Galilei" di Avigliana ha aperto le porte ad esperti, genitori e alunni per parlare di adolescenza. Lo ha fatto nel convegno dal titolo "Adolescenti soli, solo adolescenti", sabato 3 dicembre, a conclusione di un percorso più ampio che ha visto, per tutto il mese di novembre, 27 adolescenti e relativi genitori coinvolti in una serie di incontri con professori e psicologie. Spesso l'adulto che si ritrova ad avere a che fare con un figlio o adolescente, descrive tale relazione come una faticosa lotta costellata da porte sbattute e "tu non mi capisci!". A questa faticosa impresa, nel tentativo di trovare un canale di comunicazione, si aggiunge un nemico: il cellulare, una sorta di estensione del braccio dell'adolescente che raramente alza gli occhi dallo schermo.



La professoressa Golia



Cardinale, preside del Galilei



Vincenzo Ariano, filosofo



Il dottor Lorenzo Angelone



Giovani e adulti nel pubblico presente al convegno



Giulia Boschis

dal post pandemia. Quello che noi docenti abbiamo osservato è che nell'adolescente c'è questa tendenza all'isolamento, ovvero il ritrovarsi esclusi dal gruppo, oppure ad un autoisolamento dove il ragazzo stesso non sa relazionare con i coetanei. Tutto questo è stato portato all'estremo dalla pandemia ed ora è nostro compito aiutare i ragazzi. L'obiettivo è una maggiore coinvolgimento delle famiglie nel mondo della scuola. Sappiamo che le difficoltà derivano da problemi comunicativi fra ragazzi e genitori e questo è stato proprio il punto da cui siamo partiti: la volontà di dare strumenti al genitore per comunicare con i propri figli, aiutarli ad imparare un linguaggio nuovo.

La preside ha raccontato come negli ultimi anni la comunicazione scuola-genitori sia diventata, "perché a volte i genitori non comprendono che tutto ciò che noi facciamo lo facciamo per il bene dei ragazzi. Fortunatamente la maggior parte dei genitori ci sostiene e la comunicazione funziona ma a volte capita di avere a che fare con genitori che ancora ci vedono come la controparte e non come alleati."

IL CONVEGNO: ESPERTI A CONFRONTO E UTILI CONSIGLI
Il culmine del progetto è sfociato con l'incontro del 3 dicembre. Presente in sala il sindaco di Avigliana Andrea

durante il convegno, i vari esperti che si sono susseguiti sul palco, fra cui le psicologhe Manuela Rogina e Edwige Maffucci, il neuropsichiatra Eugenio Marotta, ed il filosofo Vincenzo Ariano, hanno raccolto tutti gli "appelli" di genitori e figli spiegando che il classico "tu non mi capisci!" è vero, perché in certi momenti è come se l'adulto e l'adolescente parlassero lingue diverse ma in un modo per trovare una lingua comune c'è: stare insieme. Perché la cosa migliore per imparare una lingua straniera è proprio quella di vivere a fianco ad un parlante, genitori e figli devono riscoprire la relazione e con molto dialogo e tanta pazienza, lentamente si accorgono che le due lingue iniziano a somigliarsi.

Si è a lungo parlato anche delle "porce chieste". Durante il percorso fatto in classe con ragazzi e psicologhe - ha raccontato la professoressa Golia, capofila del progetto - abbiamo indagato il concetto di privacy, con un incontro dedicato alla stanza degli adolescenti.

Una delle cose di cui abbiamo parlato è il classico biglietto sulla porta della camera con la scritta "vietato entrare", che dimostra il bisogno dell'adolescente di chiudersi nella stanza.

Credo che il commento più illuminante sia arrivato da un'alleva che ha detto "E' vero che noi mettiamo il cartello vietato entrare, ma sarebbe molto bello che qualcuno bussasse per entrare comunque".

Infine il messaggio lanciato da questo ragazzo si è particolarmente importante, i ragazzi hanno bisogno di avere dei confini e uno spazio proprio, ma hanno anche bisogno di sapere che il genitore c'è e che bussa, rispettando lo spazio privato del ragazzo ma anche cercando un dialogo.

Archina che ha accolto i presenti portando i saluti dell'Amministrazione Comunale, complimentandosi per il progetto altamente formativo. Inoltre, Archina ha dedicato un momento ad un racconto personale parlando della propria adolescenza e di quanto sarebbe stato efficace e costruttivo aver avuto all'epoca la possibilità di un confronto diretto con il mondo degli adulti. Ai saluti della dirigente e della professoressa Golia sono seguiti tre ragazzi, portavoce dei 27 partecipanti al progetto, che hanno raccontato le proprie esperienze personali.

Poi gli interventi del dottor Lorenzo Angelone, Direttore Sanitario della città della Salute e della Scienza di Torino, secondo cui gli adolescenti presenti, con famiglie anesse, hanno già fatto un grande passo verso una maggiore consapevolezza. "L'obiettivo futuro sarà quello di coinvolgere quelle piccole realtà più nascoste e sommerse che restano ancora impermeabili a questi incontri, rifugiandosi e chiudendosi in sé stesse, il rappresento un'azienda che da un punto di vista medico è l'imbuco dove arrivano tutti i ragazzi con grossi disturbi. Questi vengono ricoverati in neuropsichiatria, noi stiamo facendo dei grossi sforzi organizzativi per garantire delle strutture che umanizzano questo tipo di trattamento, per avere delle assistenze migliori nei vari reparti".

Ha preso poi la parola il filosofo Vincenzo Ariano con un delicato discorso sulla fragilità umana: "Siamo tutti vulnerabili, dobbiamo imparare a condividere le nostre debolezze, con gli altri per aspirare ad un nuovo modello di società non più improntato sulla chiusura ma sull'apertura. Dobbiamo imparare a guardarci negli occhi". Nel suo intervento ha parlato di colui che soffre,

inteso come un soggetto più sensibile, che comprende le cose prima degli altri. Ma se chi soffre è tuo figlio adulto è ancora più dura, che consiglio darebbe ai genitori? "C'è la tendenza nell'adolescente a chiudersi in un guscio; invece, è necessario aiutarlo ad aprirsi e condividere le proprie difficoltà con gli adulti, dirgli di non aver paura di farsi vedere fragile perché la fragilità è ciò che ci costituisce in quanto esseri umani e quindi riconoscerla come qualità è la condizione di base per il dialogo e per la condivisione".

Il neuropsichiatra Eugenio Marotta ha suggerito invece ai genitori una maggior empatia, cercando di capire quanto il ragazzo è pronto a ricevere un'osservazione e quando invece è troppo preso da un turbino emotivo e debba essere lasciato solo a far sedimentare tale emozione. "L'empatia non è altro che la capacità di sviluppare una visione diversa delle cose basandosi su ciò che abbiamo di fronte. C'è necessità di una maggiore comprensione, non atteggiarsi a censore ma cercare di comprendere le ragioni del ragazzo per poi successivamente ed eventualmente criticarle e correggerle".

GIULIA IN LOTTA TRA SPECCHI E BILANCIA

Al convegno ha preso parte anche Giulia Boschis, capofila del neonato progetto "Scompaiono i confini del corpo" volto a sensibilizzare le persone in merito al variegato tema dei disturbi del comportamento alimentare. Giulia ha 22 anni e sta uscendo da una lunga storia fatta di salite e ricadute, di anni di lotta contro le malattie del comportamento alimentare.

Giulia ha parlato in maniera diretta con gli adolescenti, periodo della vita non troppo distante da lei, raccontando la propria esperienza in maniera spontanea. Nel suo di-

scorso ha toccato il tema della solitudine, troppo presente nella vita dei giovani: "Essere da soli e sentirsi soli sono due cose ben diverse. C'è una parte positiva nella solitudine oggettiva, quando viene concepita come momento per noi stessi, ma sentirsi soli è ben diverso. La solitudine nel profondo ti logora". Ha poi raccontato della propria solitudine, quella di un'adolescente sola, chiusa nel bagno a combattere con specchi e bilancia. Un duro periodo della sua vita in cui non è mai stata oggettivamente sola ma in cui si è sentita davvero sola.

"Voglio lasciarvi un messaggio che la psicologia che mi segue mi ha trasmesso: è vero che parliamo tutt'altre lingue diverse, perché ognuno di noi esprime i sentimenti e le emozioni in modo differente. Ma la magia avviene quando lentamente ci accorgiamo che iniziamo a capire le angustie di chi ci circonda, quando il vetro della bolla che ci siamo costruiti intorno si fa via via più sottile".

Il cellulare è stato un tema a cui abbiamo dedicato durante gli interventi e Giulia non ha mancato di parlare dei social network: "che non sono la realtà. Vi parla una ragazza che ha curato benissimo la propria bacheca Instagram. Tutto quello in cui sorrido e sembra la persona più felice del mondo. Il problema è che nessuno mi dà un'occhiata cosa c'è dietro la foto. La mia ragazza è un'assistente bellissima ma il primo e il dopo di quello foto lo conosco solo io. Questo è l'alienazione generata dai social, questo è il senso di solitudine che provocano".

GIOVANI E GENITORI: DELL'APPELLO DEGLI UNI E DEGLI ALTRI

Ci siamo rivolti alle due psicologhe chiedendo loro, di analoghe chiedo a tutti, di cosa una volta, di dare voce a questi due mondi, quello degli adolescenti e quello degli adulti. Dottressa Maffucci, cosa chiedono i giovani?

"Ascoltateci, rispettate i nostri spazi, ma non lasciateci troppo e cercate di comprenderci un pochino di più".

Dottressa Rogina, diamo voce anche ai genitori: "A volte faticiamo a capire, provate ad ascoltare un po' di più, proviamo a comunicare in maniera diversa. Spesso non riusciamo ad entrare nel nostro mondo, abbiamo anche noi bisogno di essere ascoltati a sentire le emozioni di ciascuno".

Così la mattinata è terminata e forse i ragazzi, prima di chiudere i propri zaini, vi hanno messo dentro la voglia del bello in cui si chiudono ed anche il vetro dei cellulari in cui si rifugiano. Ma, per una volta, i compiti a casa sono stati assegnati ai genitori, ovvero: applicarsi per imparare una lingua nuova, quella dei loro figli.