

Psicologia



Adolescenti
che non parlano
e genitori
che non li capiscono

di **Monica Virgili**

12



Psicologia

 corriere.it/salute

La fatica di presentarsi al mondo e la paura (che diventa rabbia) di non essere adeguati
È il grande tormento dei ragazzi, che spesso riempie i loro silenzi. Per i genitori è difficile scoprire
se c'è qualcosa che non va, ma «fare gli amici» non è la strada adatta a risolvere il problema

Capire gli adolescenti che non parlano

di **Monica Virgili**

Muti. Indecifrabili. Iperconnessi, ma non certo con i genitori, ai quali rispondono - se va bene - a monosillabi. Enigma adolescenza. La convivenza forzata di questi mesi ha portato in evidenza silenzi e difficoltà di comunicazione nelle famiglie, dove madri e padri continuano a chiedersi perché i figli non parlano. «Ma forse dovrebbero chiedersi perché non ascoltano» riflette Matteo Lancini, psicologo e psicoterapeuta presidente della Fondazione Minotauro e autore del recente manuale *Cosa serve ai no-*

stri ragazzi. I nuovi adolescenti spiegati ai genitori, agli insegnanti, agli adulti (Utet). «In passato non parlavano per paura di interrompere la relazione, oggi se tacciono un brutto voto, per esempio, non è per timore della punizione ma per non angosciare o deludere i genitori che sentono inadeguati a risolvere il loro problema. Se non lo fanno a parole, i ragazzi comunicano attraverso i gesti e le azioni».

Che non sono di facile interpretazione.

«Non è questa la cosa più difficile. Sbalzi d'umore, isolamento, cambiamenti sono segnali che si possono intercettare e che riportano informazioni sullo stato d'animo. Ma poi quando si scopre che il ragazzo ha "qualcosa" che si fa? Tutti siamo in grado di vedere un figlio che è triste, ma sappiamo chiedergli aper-

tamente “cos'è che ti fa stare male?”, “ho sentito che piangevi, mi dici che cosa è successo?”». **Sbagliato quindi cercare informazioni, magari nel cellulare?**

«Essere un genitore investigativo non è la stessa cosa che dare supporto genitoriale. Tutti vorrebbero “conoscere” i propri figli e si illudono di farlo spiando in camera o sul telefono. Ma il punto è un altro: se si scopre qualcosa di negativo, dal rendimento scolastico al bullismo, che cosa si fa? I ragazzi avvertono se c'è questo coraggio di affrontare le situazioni». **E se non lo percepiscono cresce la sfiducia e la distanza?**

«Non è giusto scaricare tutta la responsabilità sulle famiglie. Il ruolo dei genitori è importante ma nella formazione hanno un'influenza enorme anche la rete, i rapporti con i coetanei, le pressioni del marketing e persino dei cartoni di cui si sono nutriti nell'infanzia. Oggi si cresce in famiglie che non rispondono più al modello tradizionale-normativo. L'importante è offrire un canale di comunicazione: i ragazzi non danno più “del voi” agli adulti, accettano il dialogo e se si fidano parlano».

Ma come si conquista la fiducia?

«Di sicuro non facendo gli amici dei figli, cosa che mette in un imbarazzo terribile gli adolescenti. A differenza del passato oggi non si cresce più per trasgressione, ma per delusione. Non ci sono gli ostacoli da abbattere, che per le generazioni precedenti sono state le regole degli adulti, ma l'enorme muro delle aspettative e dei modelli, imposti dalla società. I ragazzi hanno il doppio compito di entrare nel mondo adulto e di farlo con un corpo che non sempre è quello ideale».

Come aiutarli nel passaggio?

«Non trattarli più come bambini. Bisogna comprendere che all'adolescente si richiede di essere popolare e di successo, ma non sono sempre traguardi facili: non ci sono più (e non ci devono più essere) le mamme super efficienti che organizzano le feste e lo sport, e il corpo che ci si trova non è detto che risponda a quello ideale. Il ragazzo deve trovare un compromesso tra le aspettative e quello che è. In questa fase di rabbia si possono inserire comportamenti a rischio - alcol e droghe comprese - che non hanno la valenza di trasgressione del passato, ma piuttosto di consolazione. L'errore che fanno gli adulti, a casa e a scuola, è pensare di risolvere i problemi con le sanzioni. Non sarà una bocciatura o un divieto a contenere la rabbia di un millennial».

Che fare allora?

«Serve uno sguardo valorizzante, che poi è quello che i ragazzi cercano disperatamente nei selfie, in rete, nel sexting. Se lo trovano, in famiglia ma anche negli insegnanti, nel parroco o nello psicologo, riescono a tollerare anche la frustrazione di non essere ciò che la società vorrebbe».

Il lockdown ha complicato le cose?

«L'incertezza è la cifra dell'adolescenza, l'insicurezza di questo periodo certo non li aiuta a vedere le cose con entusiasmo. Ma questi ragazzi non sono terribili come tanti pensano».

Ma trasgrediscono su mascherine e movida.

«In realtà sono stati molto attenti durante l'epidemia, anche perché sono legatissimi ai nonni. Se si vanno a guardare bene le immagini della movida non si vedono gruppi di adolescenti, ma persone più grandi: adulti “non cresciuti”, ma questo è un altro problema».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Il libro

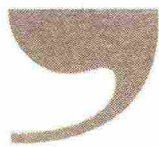
Annoiato o infelice: te lo leggo in faccia



Figli che tacciono, gesti che parlano
Susana Fuster Salani Editore
Pagine 304
Euro 14,90

Il grande sogno di genitori ed educatori è un manuale di istruzioni: un testo da sfogliare per «tradurre» che cosa passa per la testa dei figli e agire di conseguenza. Ovviamente un «dizionario» così è impossibile, ma per capirsi un po' meglio può aiutare imparare a decifrare quello che i ragazzi dicono non a parole ma attraverso il linguaggio non verbale. Questo è lo scopo di *Figli che tacciono, gesti che parlano* (Salani) in cui la divulgatrice scientifica Susana Fuster analizza espressioni facciali, segnali in codice e altri messaggi che i ragazzi si scambiano tra loro e che possono aiutare gli adulti a comprenderli meglio. Una specie di incursione nella stanza (arruffata) di quello sconosciuto che passa la giornata al cellulare.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



A differenza del passato oggi non si cresce più per trasgressione, ma per delusione. Non c'è il muro delle regole da abbattere