

Un'adolescente al cellulare: a volte l'uso compulsivo è solo un modo per riempire un vuoto.



Ragazzi a interessi zero

Il bambino curioso di ieri si è trasformato in un adolescente apatico che non si appassiona a nulla. Com'è successo? Ne parla una psicologa americana in un libro indirizzato ai genitori. Cui dà interessanti consigli

di Cristina Lacava

Luca si trascina dal divano al letto e dal letto al divano, sempre attaccato al cellulare che scrolla in modo compulsivo. Ha fatto i compiti con la minima attenzione richiesta e alla domanda com'è andata a scuola risponde lapidario: così. Se poi si insiste provando con argomenti come calcio, piscina, oratorio, alza le spalle, muto. I genitori si disperano: com'è accaduto che il loro bambino tanto vivace si sia trasformato in un tredicenne perennemente annoiato?

Agli adolescenti - ma anche ai più piccoli - dallo sbadiglio facile è dedicato il libro di Ellen Braaten, docente di Psicologia all'Harvard Medical School, *Ragazzi brillanti ma senza alcun interesse* (FrancoAngeli). L'obiettivo è aiutare mamme e papà che non sanno come far ritrovare la motivazione perduta ai figli. Gli adulti non si capacitano: ce l'hanno messa tutta

per assicurare il meglio, la scuola di qualità, il circolo di tennis, le lezioni di pianoforte, eppure nulla sembra interessare, tutto scivola via con la stessa noncuranza. Possibile che non ci sia un talento nascosto da coltivare, una passione segreta per qualcosa che non sia il cellulare? «Prima di tutto, non si deve pensare che un bambino non abbia punti di forza sui quali fare leva per ritrovare slancio» dice Ellen Braaten a *iO Donna*. «Tutti li hanno, solo che spesso non hanno riscontro nei voti scolastici o nei risultati sportivi. Possono essere abilità sociali, creative, relazionali. I genitori, troppo presi nel dare la priorità alla pagella, neanche se ne accorgono. Vedono il figlio attivissimo con i videogiochi e credono che questo lo renda felice, ma non sempre è così. Forse in quel modo, semplicemente, riempie un vuoto. Per questo suggerisco loro di informarsi,

magari chiedendo ai nonni o agli insegnanti, che guardano ai ragazzi con un occhio diverso».

L'ansia, rifugio dalle emozioni

Apatici non si nasce, si diventa: i bambini si accendono, gli adolescenti si spengono. Sembra un controsenso, perché questa dovrebbe essere proprio l'età delle scoperte, dell'esplorazione. Eppure il fenomeno è in crescita e se ne accorgono non solo i genitori, ma anche gli insegnanti. «L'ansia e la connessa apatia sono aumentate in modo esponenziale» constata Cristina Dell'Acqua, docente di latino e greco in un liceo milanese e autrice di *La formula di Socrate. Conosci te stesso e diventa chi sei* (Mondadori). «L'ansia surgela i ragazzi, è come se li anestetizzasse, è un rifugio dalle emozioni. A volte ho la sensazione che più sono

SEGUE

Ragazzi a interessi zero

SEGUITO apatici, più ti chiedono aiuto. Perché succede? Le richieste eccessive portano alla paura di fallire e quindi alla non azione». Aggiunge Francesca Pergolizzi, psicoterapeuta, presidente di Assco (Accademia di scienze comportamentali e cognitive): «C'è tanta pressione già sui bambini. Penso a quei genitori che li iscrivono a una scuola bilingue, mettendoli così in una realtà complessa nella quale si può pensare di non essere all'altezza. Certo, i papà e le mamme vogliono il massimo, ma non fanno attenzione alle attitudini dei figli. Propongono corsi di questo e di quello, scatole vuote nelle quali i più piccoli faticano a sperimentare la capacità di scelta. A volte si arrabbiano: «sei sempre disattento!», accusano, senza pensare alle ferite che provocano».

Troppe piroette tra il calcio, il violino, la danza, la pallavolo, le ripetizioni private e mai un minuto libero per pensare a cosa piace davvero, e per confrontarsi sinceramente con gli adulti. Tanto vale rinunciarci.

Sabotare le aspettative

C'è da dire che la richiesta di una prestazione ai massimi livelli non avviene solo in famiglia. È proprio la società di oggi che è così, con tutti. Il problema è che lo stress di doversi mantenere all'altezza colpisce soprattutto i più deboli, cioè i più piccoli. Sostiene lo psicopedagogista Stefano Rossi, autore di *Se non credi in te chi lo farà?* (Feltrinelli): «Dietro l'apatia ci sono i costi salati di crescere in una società della performance. Mentre i

genitori di ieri volevano un bravo bambino, oggi vogliono un vincente. Ma di fronte a tale richiesta, un adolescente può rispondere: mi tiro indietro per non partecipare alla gara». L'apatia in fondo è un modo per evitare una possibile sconfitta, limitare i danni. Ed è quello che succede, per esempio, con gli Hikikomori, i ragazzi che si rinchiodano in stanza e non escono mai. Un fenomeno, guarda caso, contemporaneo. Aggiunge Rossi, che sarà protagonista l'11 maggio al Salone del Libro di Torino dell'incontro promosso da MyEdu "I nuovi adolescenti sono più fragili?": «Se un genitore proietta su un figlio le proprie aspettative, può succedere che il figlio, che si sente amato per questa proiezione, decida di sabotarle. È come se dicesse: ti punisco per vedere se mi ami per come sono, non per il talento che ho o non ho».

Aspettative inappropriate per l'età o le capacità: è questa, conferma Ellen Braaten, la causa più frequente dell'apatia, che si manifesta già nella preadolescenza, per poi esplodere qualche anno dopo. A furia di puntare sul risultato, non si fa caso «ai valori che molti ragazzi hanno, come la solidarietà, l'accoglienza e la cura, l'empatia verso i compagni, che ai genitori magari non interessano», è il parere di Pergolizzi.

Che fare, allora? Innanzi tutto, inutile insistere, supplicare, peggio ancora minacciare. O muoversi a casaccio, so-

stituendo il calcetto con il basket, la danza con la scherma. Si rischia di rendere ancora più profondo quel senso di inadeguatezza che paralizza. Intanto, fare un passo indietro, concedere tempo e fiducia. Prima o poi i figli troveranno la loro strada, se si sentiranno liberi di provarci. Per questo, «è importante che i genitori identifichino i punti di forza dei figli, capiscano in che cosa riescano meglio e che cosa dà loro felicità. Attitudine, pratica, piacere: da qui bisogna ripartire, ricordando che il processo è lungo» suggerisce Braaten.

I risultati non arrivano così, all'improvviso, ma dopo errori, ripensamenti. Bisogna cercare di trovare momenti per stare insieme e parlarsi oltre il minimo domanda/risposta: «com'è andata oggi? Bene, grazie». Puntando a obiettivi semplici, raggiungibili, con flessibilità, perché durante la crescita si cambia e quel che piace oggi non piacerà domani. A piccoli passi verso la consapevolezza di sé, e se i punti di forza dei figli non corrispondono alle aspettative dei genitori, pazienza. In quanto al cellulare, spesso è uno strumento per ammazzare il tempo, in mancanza di meglio.

L'importanza dell'esempio

Un ruolo importante ce l'ha anche la scuola, dove «il rigore dev'essere affiancato da un modo di fare gentile, rispettoso dei tempi dei ragazzi» dice Cristina Dell'Acqua. Che suggerisce: «Un modo per affiancarli pian piano è suggerire di fare una piccola cosa al giorno che aiuti a piacersi. In ambito scolastico, può essere anche affrontare una paura, dove il solo mettersi di fronte conta più del risultato. Seneca dice: cerca di non scontentare te stesso. Nessuno è contento dell'inattività». Agli insegnanti spetta anche un altro compito più complesso: «Mettere la lente d'ingrandimento sulla vita, aiutare i ragazzi a capire chi sono e cosa li rende felici. Non cosa vogliono fare da grandi ma che adulti vogliono essere. E sconfiggere così l'apatia».

Un ultimo monito ai genitori arriva da Ellen Braaten: sicuri di funzionare, come esempio di motivazione, interessi e intraprendenza, davanti ai figli? Meglio partire da sé, prima di fare richieste agli altri.



© RIPRODUZIONE RISERVATA

© RIPRODUZIONE RISERVATA

In periferia servono stimoli e opportunità

Dal Terzo Settore, due progetti per gli adolescenti

Contro le disuguaglianze educative, e per prevenire la dispersione scolastica, è nato il progetto Base Camp, sostenuto da Enel Cuore e dall'Impresa sociale Con i Bambini. Attivo a Roma, Palermo, Napoli e Catanzaro con quattro spazi aperti ai giovani di 12-17 anni, propone tante attività, dall'educazione personalizzata all'animazione culturale con corsi sulle competenze digitali o l'identità di genere.

«In periferia più che di apatia si tratta di mancanza di stimoli e di opportunità», dice la coordinatrice Tiziana Giordano. «L'apatia è responsabilità di chi non riesce a stimolare i ragazzi, che finiscono per perdere la curiosità. Se le famiglie non ce la fanno, tocca al Terzo Settore. Noi facciamo laboratori sui temi che vivono quotidianamente, e gli diamo fiducia». Punta a fare leva sulle competenze in rete il

progetto Im-patto digitale, finanziato da Fondazione Cariplo e Con i Bambini per contrastare il rischio di povertà educativa nella provincia di Lodi. «I pc sono il "gancio ludico"», spiega Carla Mazzoleni, «per spingere i ragazzi isolati a immergersi nel circuito delle relazioni, farli uscire, stimolarli. Organizziamo piccoli corsi, tornei, e così interocchiamo i bisogni dei ragazzi e delle loro famiglie».

© RIPRODUZIONE RISERVATA