



LETTURE » CONSIGLI PER GENITORI

Adolescenti tra pandemia e internet Sale il disagio: ecco i libri per capirlo

Ragazzi sempre più preda di ansia, depressione, aggressività, suicidi: manuali, saggi, guide e romanzi possono aiutare ad affrontare un'età difficile in tempi difficili. Da Ravera e Lavenia a Goisis, Erba, Corey

di **Mauretta Capuano**

Suicidi, autolesionismo, crisi d'ansia, depressione e aggressività. Sono in aumento i gesti estremi degli adolescenti. Con la pandemia la situazione è diventata allarmante, si sono amplificati disagi e fragilità. Sottratti al rapporto con i loro coetanei e con il mondo, alla frequentazione della scuola, in molti manifestano, alla fine, anche difficoltà ad uscire di casa, dopo il lungo isolamento. Un problema enorme, come denunciano gli appelli di psichiatri e psicologi, al quale sono dedicati sempre più libri. Vediamo tra questi quelli in cui genitori e ragazzi possono trovare un aiuto, anche piccolo.

ANIME ADOLESCENTI A capire quali sono i comportamenti che devono mettere in allarme i genitori e quali sono i rischi a

cui vanno incontro oggi i giovani ci aiuta lo psichiatra e psicoterapeuta Furio Ravera in *Anime adolescenti* (Salani) che è una vera e propria guida che fornisce risposte dirette su temi come la tossicodipendenza,

l'alcolismo, il bullismo, il cyberbullismo, i disturbi alimentari e l'autolesionismo. Un libro che si distingue per la sua praticità con indicazioni basate sui dati scientifici, oltre che sulla lunga professionalità di Ravera che è

cofondatore con Roberto Bertolli della Comunità terapeutica Crest e dirige nella casa di

cura Le Betulle un reparto per la diagnosi e il trattamento dei disturbi della personalità e le tossicodipendenze. «Non si facciano paragoni: «ai miei tempi» e così via. I tempi sono molto cambiati e non si può ascoltare onestamente nessuno se non lo si colloca nel tempo in cui vive. Perciò non dimentichiamo di costruirci una rappresentazione esauriente dell'ambiente e delle consuetudini sociali attuali» spiega Ravera soffermandosi su come imparare ad ascoltare i ragazzi.

LE GUIDE Un'utile e approfondita guida per capire l'ansia nei bambini e negli adolescenti. riconoscerla e affrontarla (Il Mulino) è quella di Stefano Vicari, che dirige l'Unità operativa complessa di Neuropsichiatria dell'infanzia e dell'adolescenza

dell'ospedale pediatrico Bambino Gesù di Roma e ha lanciato vari allarmi durante la pandemia, e di Maria Pontillo, dirigente psicologo presso la stessa Unità.

Può aiutare ad alleviare le preoccupazioni di genitori e i disagi dei ragazzi anche *Nella stanza dei sogni* (Enrico Damiani Editore) di Pietro Roberto Goisis, medico, psichiatra e psicoanalista, che si occupa in modo particolare degli adolescenti, grazie a loro, dice, «è cambiata la psicoanalisi». In dialoghi profondi e reali tra un analista e i suoi pazienti, Goisis ci porta dietro le quinte delle sedute, facendoci sentire le voci dei ragazzi a cui è dedicata una parte del libro. «I ragazzi e le ragazze

sentono in maniera viva la presenza e l'autenticità di chi sta al loro fianco. Non c'è scampo per chi li incontra senza amore e reale interesse».

ON LINE E VIDEOGIOCHI Nella nuova edizione di *Tutto troppo presto* (De Agostini), Alberto Pellai, medico e psicoterapeuta dell'età evolutiva – già autore di bestseller per genitori, educatori e ragazzi, tra cui *Girl R-evolution* e *L'età dello tsunami*, a quattro mani con Barbara Tamborini – oltre ad occuparsi di sexting, pornografia, adescamento online e sessualizzazione precoce, affronta anche i problemi che nascono dall'abuso dei videogiochi, ormai diffusissimo tra i più giovani che si rintanano in realtà virtuali.

L'ETÀ DEL CELLULARE A capire qual è l'età giusta per dare ai ragazzi il cellulare e a cosa bisogna stare davvero attenti ci aiuta il manuale pratico *Voglio il cellulare!* (Mondadori) di Giuseppe Lavenia, psicologo e psicoterapeuta, presidente dell'Associazione Di.Te (Dipendenze tecnologiche, Gap e Cyberbullismo) che si concentra sulle esigenze in continua evoluzione dei ragazzi e sugli strumenti per esplorare le loro capacità personali.

NARRATIVA E FILM Oltre a saggi e manuali anche i libri di narrativa approfondiscono i disagi dell'adolescenza. Tra questi *Città d'argento* (Rizzoli) di Marco Erba, insegnante di lettere, dove troviamo una quattordicenne campionessa di nuoto bullizzata perché per metà bo-

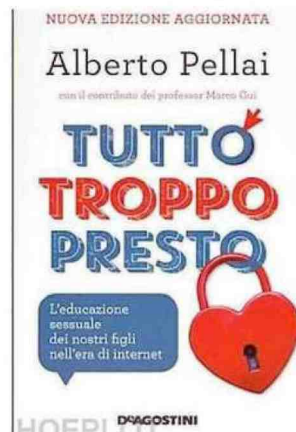
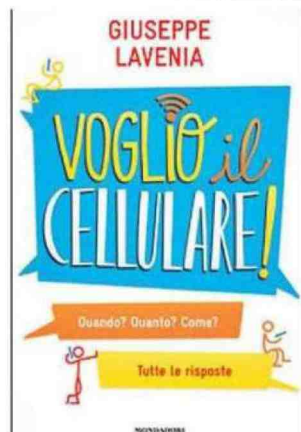




► 5 febbraio 2021

snia. A Sarajevo dovrà confrontarsi con la storia della sua famiglia e il passato del padre, sfuggito alla strage di Srebrenica. C'è anche il libro del film 'Sul più bello (Fabbri) di Eleonora Gaggero dove troviamo Marta, 19 anni, orfana da quando aveva tre anni, che vive a Torino, ha la fibrosi cistica, si considera un brutto anatroccolo ma decide di lanciarsi in un'impresa impossibile: vivere l'amore con un ragazzo bellissimo, Arturo. In Un comportamento estremamente illogico (Mondadori) di John Corey Whaley, che vive tra la Louisiana e Los Angeles, ci confrontiamo con Lisa Praytor che non desidera altro che scappare dal proprio mondo e si iscrive alla facoltà di psicologia della Woodlawn University, e Solomon Reed che, invece, dal proprio mondo non riesce ad uscire e da tre anni ha attacchi di panico che gli impediscono di andare anche solo nel giardino di casa.

CRIPRODUZIONE RISERVATA





► 5 febbraio 2021

