

1

«La comunità cristiana deve assumere la responsabilità di educare all'amore in tutte le dimensioni affettive, sentimentali, sessuali».
+ Mario Delpini

In queste pagine il primo di sei approfondimenti che *Il Segno* dedicherà alla Proposta pastorale dell'arcivescovo per il 2023-2024



Foto: iStock

Agli adulti serve un corso di alfabetizzazione emotiva

Mentre i ragazzi si adattano alle esigenze dei "grandi", questi si dimostrano sempre più fragili e incapaci di farsi carico del loro disagio e delle loro ansie per il futuro. Le voci di tre esperti

di **Laura Badaracchi**

Parlare di educazione affettiva e sessuale presuppone a priori un approccio esistenziale complessivo, dato che l'amore e il corpo sono dimensioni costitutive di ogni persona. Quindi, prima di ogni scelta e azione, occorre rendersi conto della situazione in cui siamo immersi qui e ora: è l'approc-

cio suggerito dallo psicologo e psicoterapeuta **Matteo Lancini** (Matteolancini.it), **presidente della Fondazione Minotauro di Milano** (Minotauro.it), docente presso il Dipartimento di psicologia dell'Università Milano-Bicocca e presso la Facoltà di Scienze della formazione dell'Università cattolica di Milano.

«**Viviamo in una società iperconnessa dove la diffusione di internet è pervasiva e in cui i bambini vivono in un bagno di relazione senza precedenti con i coetanei**, passano molto tempo con loro e hanno tanti modelli di identificazione, a parte la famiglia e la scuola, che li condizionano». Questo scena-

rio ha comportato «un cambiamento straordinario sul tema della sessualità e dell'affettività: viviamo in una società pornografizzata, non c'è più confine tra esperienza intima/privata ed esperienza pubblica.

Già i bambini vengono esposti a contenuti che esulano da quello che si riesce a controllare. Ma come adulti non serve dare la colpa a internet, invece di annetterlo al modo di educare e affiancare i minori: nessun genitore spegnerà i cellulari e smetterà di stare sui gruppi Whatsapp o sui social, ma è chiamato ad acquisire la consapevolezza di essere governato da una società che ha contribuito a costruire e alimentare ogni giorno. Imporre di spegnere i telefoni a tavola la sera a cena non serve, non basta».

Si tratta di un primo nodo da affrontare, tenendo ben presente che nella odierna società dell'immagine è avvenuto un altro cambiamento cruciale: **«ri-guardo alla sessualità: conta sempre meno il corpo erotico mentre prevale quello estetico, insieme alla popolarità, al successo e alla bellezza**. Non interessa tanto il corpo, ma essere presenti e visibili con il *sexting*, i *selfie*. Assistiamo quindi a una recessione sessuale senza precedenti delle nuove generazioni: il sesso è davvero poco interessante. Rispetto al mondo sessuofobico del passato, oggi il tema è invece una continua sovraesposizione dei corpi che quando cambiano non vengono accettati, perché mai sufficientemente belli rispetto ai modelli ideali che abbiamo creato. Dun-

que i corpi sono poco coperti, esposti al massimo per affrontare il senso di inadeguatezza, per essere apprezzati e accettati, senza tuttavia sentirsi mai all'altezza, senza mai vedersi

abbastanza belli e popolari». Non a caso i corpi si trovano al cuore dei disagi personali espressi dai ragazzi: «Dai disturbi della condotta alimentare alla sparizione sociale, dai tagli ai tentativi di suicidio. Le

violenze verso il corpo degli altri, come gli stupri dei gruppi, sono in percentuale minima rispetto alle modalità di attacco al proprio corpo».

Lancini quindi suggerisce un percorso di alfabetizzazione emotiva a partire dagli adulti, genitori e insegnanti in primis, previo a quello dei ragazzi, affrontando una fragilità affettiva che investe tutti. «Il grande fallimento del patto educativo fra scuola e famiglia fa prevalere il conflitto e non l'alleanza nel contrastare una sottocultura mass mediatica. Invece l'educazione può essere fatta se hai in mente chi hai davanti, non attraverso norme e regole per soggetti

troppo fragili. Occorre aiutare organizzando interventi a partire dalle fasce d'età, ponendo le domande giuste in famiglia, a scuola e in oratorio, ad esempio: ti vedi brutto/a davanti allo specchio? Guardi siti a favore di te o che ti fanno stare male?». Ma prima di tutto, avvisa l'esperto, gli adolescenti «vanno ascoltati, per

aiutarli a crescere nel contesto di crisi di valori. **È necessaria un'educazione non solo affettiva e sessuale, ma alla vita, a vivere emozioni, fallimenti, dolore, relazioni**».

Per proporla, ci vogliono adulti *influencer*, punti di riferimento che sappiano amare i ragazzi per quello che sono, non se aderiscono ad aspettative ideali, suggerisce Lancini. «Per molto tempo, ai ragazzi abbiamo chiesto di aderire alle aspettative ideali di genitori e insegnanti. Li abbiamo cresciuti come piccoli adulti, li abbiamo spinti a socializzare, li abbiamo protetti dall'infelicità e dal dolore. Mentre i ragazzi si adattano alle esigenze degli adulti pur di farli sentire tali, questi ultimi sono alle prese con una crescente fragilità. Farsi carico della confusione, dell'ansia, del disagio e dell'assenza di prospettive future delle nuove generazioni senza occuparsi della fragilità degli adulti non è più pensabile: per mettersi in una posizione di ascolto bisogna essere saldi, soprattutto se l'altro è un figlio che soffre».

Sulla necessità di adulti più consapevoli, per un'efficace educazione all'amore, insiste

anche la pedagoga **Claudia Alberico, direttrice generale della Fondazione don Silvano Caccia** (www.fondazioneoncaccia.it), che gestisce consul-

tori familiari a Erba, Cantù, Lecco, Merate. «È necessario un *mea culpa* per situazioni create da noi: i ragazzini cercano di adeguarsi a modelli irraggiungibili dal fisico perfetto che

Nel tondo in alto, Matteo Lancini, presidente della Fondazione Minotauro di Milano e, in basso, Claudia Alberico, direttrice generale della Fondazione don Silvano Caccia



proponiamo. Ma sui social il corpo può essere trasformato con applicazioni, in presenza no. E l'esperienza sessuale diventa una soddisfazione di un bisogno personale, non un'esperienza relazionale. **Noi adulti come viviamo la nostra affettività e sessualità? Siamo testimoni viventi**, i ragazzi non ci ascoltano ma ci osservano», avverte. «Fin dalla scuola materna si può parlare delle emozioni, della relazione con l'altro. Le relazioni fra pari sono importanti: bisogna capire come i bambini si relazionano fra loro e con gli adulti. Infatti l'educazione affettiva è per certi versi propedeutica a quella sessuale, ma anche con-

comitante». Alberico auspica quindi percorsi formativi già nella scuola nell'infanzia, «invece gli istituti ci chiamano quando si verificano atti di bullismo legati all'aspetto corporeo, gesti di denigrazione verso l'altro già alla primaria. Noi proponiamo un ciclo di tre incontri con una psicologa, una pedagogista e un sanitario (ostetrica, infermiera o ginecologo): gli esperti ascoltano i ragazzi e mettono parola sui loro vissuti di benessere o malessere nelle relazioni, mortificanti o generativi. **Occorre educare i bambini fin da piccoli a socializzare con emozioni, sentimenti, corporeità, sessualità.** L'empatia, necessaria per la costruzione di legami generativi e non mortificanti, avvicina le persone; la vicinanza costruisce relazione e la relazione può evolvere in intimità. C'è una gradualità nei sentimenti e nelle esperienze relazionali che va ri-esplicitata. Ogni ragazza e ragazzo va esortata/o dicendo: diventa ciò che sei e non ciò che vuoi; conosci te stesso, intra-

prendi il tuo viaggio interiore per edificarti, per costruirti e non distruggerti, al fine di edificare anche l'altro. Attraverso l'altro puoi conoscerti e scoprire chi sei». Ma la pedagogista insiste anche sulla formazione di genitori, insegnanti, allenatori, educatori: «Da adulti dobbiamo interrogarci sul significato e sul senso di vivere il nostro corpo con consapevolezza e responsabilità, un corpo attraverso il quale esprimere chi siamo e come siamo nella relazione con noi stessi e con l'altro. **I giovani hanno bisogno di adulti che li accompagnino nel loro cammino di crescita, che siano credibili, coerenti,** costanti nelle loro scelte, contenti di essere quello che sono e quello che fanno. Per farlo, il mondo degli adulti deve trovare momenti di incontro, confronto e scambio per esplicitare non solo un lessico condiviso, ma

anche una grammatica valoriale imprescindibile». Concorda **Alma Bianchi, mediatrice familiare** impegnata in due dei sette consultori familiari di ispirazione cristiana della **Fondazione G.B. Guzzetti** (www.fondazionequzzetti.it): con una collega pedagogista segue un gruppo di genitori separati «per aiutarli a capire i bisogni dei figli e creare relazioni positive». Perché «l'adulto, il genitore, la coppia, la famiglia, il lavoro sono in crisi: non c'è una progettualità a lunga scadenza, tutto è breve e veloce. I figli restano sullo sfondo, non sono visti e a loro mancano punti di riferimento che dedichino tempo e attenzione, di conseguenza l'unico antidoto resta la prevenzione: investire in scuole, oratori, gruppi, dando parole di speranza, fiducia, impegno. Come Fondazione offriamo questo servizio, cercando di costruire un dialogo con i ragazzi». ■



Nel tondo, Alma Bianchi, mediatrice familiare in uno dei sette consultori della Fondazione G.B. Guzzetti

QUATTRO LIBRI PER APPROFONDIRE

- Matteo Lancini, *Sii te stesso a modo mio. Essere adolescenti nell'epoca della fragilità adulta*, Raffaello Cortina Editore 2023, pp. 208, € 14.
- Matteo Lancini - Loredana Cirillo, *Figli di internet. Come aiutarli a crescere tra narcisismo, sexting, cyberbullismo e ritiro sociale*, Erickson 2022, pp. 114, € 16,50.
- Alberto Pellai - Barbara Tamborini, *Il primo bacio. L'educazione sentimentale dei nostri figli preadolescenti*, De Agostini 2022, pp. 240, € 12,90.
- Maria Pia Colella, *Educare ai sentimenti e alla sessualità. Accompagnare la crescita del cuore dei nostri figli*, Edizioni San Paolo 2021, pp. 128, € 10.



Parole e strumenti per la vita pastorale



Una proposta di cammino per i gruppi familiari

pp. 104 - € 8,50



Guida animatori pp. 144 - € 8,50



Schede partecipanti pp. 56 - € 3,50

Per leggere la Bibbia nelle case



pp. 112 - € 12



pp. 48 - € 1,20



pp. 56 - € 3,50



Sfoggia i libri sul nostro sito e iscriviti alla newsletter