

EDUCARE OGGI/21

A CURA DI
CLAUDIA
D'Antoni
MICHELE
Gennuso

ADOLESCENTI In-Dipendenti

Educare tra vecchie
e nuove dipendenze

CONTRIBUTI DI:
Giorgio Cerizza
Maria Di Mento
Michele Gennuso
Maria Grazia Vergari

© 2026 Fondazione Apostolicam Actuositatem ETS
Via Aurelia, 481 – 00165 Roma
www.editriceave.it – info@editriceave.it

Editing e impaginazione:
Fondazione Apostolicam Actuositatem ETS

ISBN: 978-88-3271-536-1

Introduzione

CLAUDIA D'ANTONI, MICHELE GENNUSO

Desidero ricordarlo a tutti noi e rivolgermi, particolarmente, ai più giovani. Qualcuno – che vi giudica senza conoscervi davvero – vi descrive come diffidenti, distaccati, arrabbiati: non rassegnatevi. Siate esigenti, coraggiosi. Scegliete il vostro futuro. Sentitevi responsabili come la generazione che, ottanta anni fa, costruì l'Italia moderna¹.

Sfuggenti, rapidi, schivi. A volte incappucciati e nascosti in vestiti morbidi e comodi, altre volte appariscenti e trasgressivi: ci appaiono così gli adolescenti che abitano le nostre città e i nostri paesi. Un turbinio di emozioni e gesti che, a un primo sguardo, raccontano appartenenza e ribellione ma, se associati all'incontro con i loro occhi e all'ascolto delle loro parole, esprimono anche il desiderio di essere ciò che si vuole e, al contempo, la fatica di potersi esprimere pienamente in una realtà fatta di pressioni e aspettative, in cui, alla meraviglia di vedere tante opportunità davanti a sé, si associa la difficoltà di non sapere cosa scegliere o quali strade intraprendere

¹ S. MATTARELLA, *Messaggio di fine anno del Presidente della Repubblica*, Palazzo del Quirinale, 31.12.2025, Il Mandato (quirinale.it/elementi/146684 – u.c. 23.01.2026).

per dare forma ai propri desideri. Parallelamente noi adulti proviamo a osservarli, a volte senza comprenderli pienamente. Da un lato vorremmo proteggerli, tranquillizzarli, dire loro che sbagliare è normale e che “il tempo cura le ferite”, come ci è stato insegnato dai nostri genitori e dai nostri nonni. Dall’altro lato sperimentiamo anche noi l’incertezza, l’incapacità di trovare le parole giuste. Ci abbandoniamo alla tentazione di parlare loro prima di ascoltarli, e di criticarli prima di osservarli, amandoli in un modo che spesso forse i ragazzi non comprendono.

Chi ha il privilegio (e la grande responsabilità) di accompagnare, a vari livelli, gli adolescenti, ha certamente sperimentato la significativa complessità che questo periodo evolutivo porta con sé: una pluralità di esperienze, storie, vite sospese e, parallelamente, in movimento che non è possibile leggere e accompagnare in modo univoco, soprattutto nel contesto contemporaneo, in cui senso di inadeguatezza, ansia da prestazione e confronto sociale mettono alla prova costantemente il processo di costruzione dell’identità e, in generale, di crescita dei ragazzi.

In tale orizzonte educare si conferma, come ormai consolidato negli ultimi anni, una vera e propria sfida. Essa richiede in particolare al mondo adulto e al contempo a tutte le figure educative di riferimento, di “restare sintonizzati” (e in relazione) sulle “frequenze” degli adolescenti accompagnati, al fine di cogliere e «accogliere questo cambiamento». Un mutamento

che, come afferma Michele Gennuso nel contributo di apertura al presente volume, «può esprimersi anche con un disagio» che abbiamo il dovere di indirizzare «con loro e non al posto loro» per puro dovere educativo (*infra*, p. 13).

Dall'importanza di questo impegno prende le mosse *Adolescenti In-Dipendenti. Educare tra vecchie e nuove dipendenze*: un nuovo contributo che l'Azione Cattolica Italiana, attraverso l'Ave, sceglie di dedicare alla riflessione e all'approfondimento sugli adolescenti. Dopo aver offerto, infatti, una prima panoramica sul processo di costruzione dell'identità, la vita spirituale, il rapporto con la sessualità e quello con i *social network* di adolescenti² e preadolescenti³, e aver approfondito alcuni «punti di vista essenziali (sociologico, psicologico, pedagogico, pastorale) dai quali osservare/interpretare i complicati e “sfidanti” mondi delle odierne adolescenze»⁴, l'Ave sceglie con il presente volume di fornire ulteriori strumenti di conoscenza a educatori, catechisti, insegnanti, genitori (e a tutte le altre figure educative di riferimento) sul tema delle vecchie e nuove dipendenze.

² Cfr. A. ALFARANO, T. DRAZZA, M. TRIDENTE, *Adolescenti h24. Identità, spiritualità, social media, sessualità*, Ave, Roma 2021.

³ Cfr. AZIONE CATTOLICA DEI RAGAZZI, *La vita domanda. In ascolto di tutti per camminare con tutti*, Ave, Roma 2024, con una particolare attenzione al contributo di A. AUGELLI, *Al passo dei preadolescenti: osservare per conoscerli*, pp. 29-46.

⁴ L. CAIMI (a cura di), *Dalla Generazione Zeta alla Generazione Alfa*, Ave, Roma 2025, pp. 7-8.

Adolescenti In-Dipendenti chiarisce fin dal titolo il suo intento, giocando sulla dualità del significato del termine “In-Dipendenti”: all’interno di esso, infatti, è racchiuso il tema della dipendenza che rappresenta una condizione che può coinvolgere con maggiore probabilità gli adolescenti rispetto agli adulti (e nel volume cerchiamo di comprendere le motivazioni di questo maggiore rischio); ma contemporaneamente la stessa parola custodisce i comportamenti che si possono attivare per riuscire a gestire al meglio questo rischio, coinvolgendo e rendendo protagonisti consapevoli gli stessi adolescenti e, soprattutto, le figure significative di riferimento con cui si trovano a interagire.

Come anticipato, il contributo di apertura è affidato al neurologo Michele Gennuso che, in chiave estremamente divulgativa, descrive il funzionamento della mente dell’adolescente, ovvero la modalità con cui funziona (e matura) il cervello degli adolescenti, «organo della relazione»: «è grazie al nostro cervello», infatti, che «immaginiamo cosa dire o cosa non dire, che esprimiamo con un abbraccio o con uno schiaffo il senso delle nostre relazioni» (*infra*, p. 14). Presente e attivo il cervello inizia già nella vita intrauterina la sua attività di “captatore di stimoli” che non abbandonerà più, soprattutto in adolescenza. Il «cervello dell’adolescente è», infatti, «un *work in progress*... soggetto a sollecitazione titaniche» e «capace di incredibili operazioni di apprendimento per l’elevato numero di neuroni» (*infra*, p. 22). Grazie all’esperienza il cervel-

lo apprende e matura «secondo delle regole spaziali ben definite: dal basso verso l'alto e dalla porzione posteriore a quella anteriore» (*infra*, p. 27) ovvero dalla sede dei desideri e delle emozioni alla sede del giudizio e dalla sede della visione a quella della sensibilità. Il cervello degli adolescenti, essendo dunque molto legato al desiderio, alla sorpresa, alla novità, si può agganciare facilmente a tutto quello che crea piacere e, quindi, può magari essere “più dipendente” di quello di un adulto: conoscerne il funzionamento è, pertanto, un passo fondamentale per guardare i ragazzi senza giudicarli e costruire con loro un dialogo autentico che li aiuti a comprendere ciò che hanno dentro.

In quale contesto vive, matura e cresce questa “mente adolescente”? A partire da uno sguardo sui dati, il contributo di Maria Grazia Vergari prova a rispondere a questa domanda descrivendo “il campo da calcio dove giochiamo”, ovvero il contesto sociale in cui i nostri adolescenti sono immersi. Digitalizzazione della vita quotidiana e costruzione dell'identità, aumento del disagio psicologico e bisogno di riconoscimento, dipendenza e processi di socializzazione sono i tre binomi principali che chiamano in causa il ruolo del mondo adulto e delle figure educative in genere che oggi si relazionano con l'adolescente. Richiamando la suggestiva metafora che Erikson utilizza per descrivere l'adolescente, in cui «l'autore sostiene che nel passaggio dalla fanciullezza all'età adulta, egli è simile a un trapezista che abbandona una sponda per rag-

giungerne un'altra», la Vergari osserva che la vera prevenzione è che in questo «slancio che “mozza il fiato” l'adolescente possa essere sostenuto dalla compagnia di adulti significativi, esperienze significative, luoghi significativi» (*infra*, p. 72).

Spesso l'oggetto di una dipendenza non è solo una sostanza, ma anche un comportamento o un'attività: entriamo nel *range* di ciò che, in ambito clinico viene chiamato *new addictions*, ovvero tutte quelle dipendenze senza sostanza entro le quali è possibile annoverare una vasta gamma di condotte disfunzionali. Dipendenza da *smartphone/internet*, videogiochi, lunghe sessioni di fruizione seriale di contenuti video (*binge-watching*), ma anche *food* ed *exercise addiction*, sesso, relazioni affettive, *shopping* compulsivo sono solo alcune delle *addictions* approfondite dal contributo di Maria Di Mento, che evidenzia come «queste forme di dipendenza si sviluppano attraverso un incremento graduale difficilmente controllabile di un comportamento, la cui interruzione può provocare tensione interna e disagio emotivo» (*infra*, p. 75). Se dal punto di vista neurobiologico, come abbiamo visto, i sistemi cerebrali legati alla ricompensa sono molto reattivi, e quelli legati al controllo degli impulsi non sono pienamente sviluppati, dal punto di vista psicologico, «la vulnerabilità emotiva, il bisogno di essere accettati dagli altri, il confronto continuo con i coetanei e il lavoro di costruzione dell'autostima possono portare alcuni giovani a illudersi di poter gestire il proprio

mondo interno» (*infra*, p. 76) tramite questi comportamenti compulsivi. Il ruolo delle figure educative di riferimento, in tal senso, risulta centrale in termini di trattamento e prevenzione. Ascoltare, non demonizzare, stare accanto, definire “regole condivise” e “limiti chiari” sono alcune delle strategie che la famiglia e gli educatori possono attivare per aiutare gli adolescenti a restare in equilibrio mantenendo lo sguardo fisso verso il loro futuro.

Ma che cosa spinge un adolescente a usare una sostanza? Cosa c'è dietro questo gesto? Secondo Giorgio Cerizza le sostanze sono «una forma di linguaggio e, come ogni linguaggio, va tradotto, non punito, va ascoltato, non zittito» (*infra*, p. 102). Nel suo contributo, lo psichiatra sostiene che oggi molti adolescenti non usano le sostanze per trasgredire, ma per *funzionare*, ovvero per calmare l'ansia prima di un'interrogazione, «per restare svegli quando la mente è troppo piena» (*infra*, p. 101), per sentirsi parte di qualcosa. Per gli adolescenti le sostanze sarebbero dunque degli strumenti di autoregolazione: risposte rapide a disagi che spesso non trovano ascolto, «un tentativo maldestro, rischioso, a volte disperato, di rimanere a galla» (*infra*, p. 103). In quest'ottica la sostanza non è il problema, ma il *metal detector* del problema: rileva dove l'adulto e l'educatore devono cercare, non cosa “togliere” o condannare. Da qui nasce una vera e propria scelta di campo che dà il titolo a questo quarto contributo: *Metti le persone al posto delle sostanze*, ov-

vero restituire alla relazione umana la funzione che la sostanza tenta di svolgere, perché «quando la relazione funziona, la sostanza perde potere. Non perché è proibita. Ma perché diventa superflua» (*infra*, p. 108). In tal senso la scuola, la famiglia, il gruppo si configurano come “spazi terapeutici diffusi”, in cui la relazione si trasforma in cura, e “l’esserci” diventa la più potente forma di prevenzione. Perché quando un adolescente si sente riconosciuto, dentro e attraverso, una relazione, non ha più bisogno di cercare quella sensazione in un “solievo chimico”.

In che modo dunque indirizzare l’adolescente alla piena realizzazione di sé? Il contributo conclusivo vuole essere un’esortazione a ripensare la postura dell’educatore che accompagna questi *Adolescenti In-Dependenti*: un invito a cambiare i propri quadri di riferimento per accogliere e comprendere meglio come aiutare ciascun ragazzo a scrivere la sua storia nella certezza che «il panorama valga tutta ‘sta fatica»⁵.

P.S. Abbiamo chiesto a Sebastiano Chiarini (giovannissimo dell’Azione Cattolica di Brescia, che frequenta l’Ac della parrocchia di Molinetto di Mazzano) di “dirci” attraverso i suoi scatti, come vede i suoi coetanei che si confrontano con i temi affrontati in questo volume. Tra un capitolo e l’altro troverai pertanto un QR code con questo piccolo regalo!

⁵ ALFA, R. VECCHIONI, *Sogna, ragazzo sogna*, Artist First, 2025.