

Né pappagalli né servi né ladri

*Attenzione: questo è un discorsetto **immaginario**. È quello che **vorrei** dire a un ragazzo o una ragazza sconosciuti ma che **mi guardo bene dal dire in questa forma e, soprattutto, tutto di fila**. Correrei il rischio di annoiare mettendomi in cattedra con il dito didattico (l'indice) sollevato. Se ne condividete i contenuti, trasmettetelo a piccole dosi, e tenete presente che il vostro esempio conta più delle parole.*

Ti incontro per pochi minuti e già sono pronto a darti qualche consiglio perché tu possa orientarti meglio nel prossimo futuro e possa avere migliori relazioni in famiglia e a scuola. Bella presunzione: **consigli non richiesti e per di più senza conoscerti**.

Per questo ti invito ad ascoltare con **cautela**. E' sempre **meglio conoscere chi dà consigli e chi li riceve**. E poi chi ha detto che tu non possa dare suggerimenti utili a me?

Ascoltare con cautela, però, non vuol dire assumere un preconcetto atteggiamento diffidente e ostile: "Cosa vuoi che sappia di me questo signore di altri tempi? Adesso mi molla la solita predica che non mi serve a nulla..."

Certo, rispetto ai tuoi genitori, ai tuoi amici, ai tuoi insegnanti, io parto svantaggiato. Non conoscendoti, sono costretto a rimanere sulle generali e quindi a non tenere conto di te come individuo, con una storia personale tua e soltanto tua.

Un vantaggio però l'ho anche io: proprio perché non ti conosco non posso avere nei tuoi confronti alcun pregiudizio **personale**, positivo o negativo che sia. Ho invece di certo qualche pregiudizio sui ragazzi e sulle ragazze che si affacciano all'adolescenza. Ricordo ad esempio quello che è successo a me quando avevo la tua età o ai tanti ragazzi che ho frequentato e conosciuto fino ad oggi, e poi...ho anche letto e studiato molto su questo argomento. Bene, **tutti i miei ricordi, tutte le mie esperienze, tutto il mio sapere non varranno nulla se non terranno conto di te come individuo in carne e ossa, di te che hai tanti punti in comune con me e con gli altri esseri umani, ma hai anche una storia tua e solo tua.**

Un po' di filosofia spicciola

Nel suo LA VITA FELICE SECONDO CONFUCIO (Longanesi, 2009) l'autrice Yu Dan descrive lo <<svezzamento psicologico >> di uomini e donne richiamandosi alla teoria dialettica hegeliana a tre fasi TESI-ANTITESI-SINTESI. Secondo Yu Dan, l'educazione che si riceve in tenera età rientra di solito nella fase della Tesi. I bambini [se la vita non li ha già feriti e disillus] sono convinti che il sole sia un disco dai raggi brillanti, l'animo umano sia buono, le persone siano compassionevoli, il principe e la principessa si sposeranno e saranno felici in un mondo senza dolore e sofferenza.

L'adolescenza rientra nella fase dell'Antitesi. Ragazzi e ragazze scoprono che il mondo non è proprio quello sognato da bambini e che anzi è pieno di ingiustizie, cose brutte e cattiveria. Si sentono ingannati dagli adulti e si ribellano aggressivamente o autoaggressivamente.

La maturità dovrebbe quindi essere, per l'autrice, la fase di Sintesi dell'esistenza, quando non si ritiene che tutto ciò che abbiamo di fronte sia buono e splendente come lo vedevamo da piccoli ma nemmeno tragico e deludente come lo giudicavamo da ragazzi.

Non è opportuno, dunque, che io mi limiti a dirti: " Poiché a me, alla tua età, è successo questo e quest'altro, anche a te accadrà altrettanto". E' possibile ma è tutt'altro che certo.

Ti suggerisco quindi di ascoltare le storie che ti raccontano gli adulti sulle loro esperienze di adolescenti: c'è sempre da imparare a conoscere il passato. Ma il presente e il futuro ti appartengono e tu non sei un 'replicante'.

Stai piano piano acquistando una tua identità, una conquista difficile che va perfezionata per tutta la vita.

Per farla breve, se ne hai voglia ascoltami, confronta le mie parole con quello che la vita ti ha già insegnato e con le parole e i fatti delle persone di cui ti fidi, ma **non perderti mai di vista.**

Ascoltati.

Oggi forse sentirai dentro di te spinte confuse e contrastanti, desideri di ogni sorta, paura di agire, di essere mal giudicato, di non essere apprezzato.

Capita a tutti, credimi, anche se alcuni non lo danno a vedere. Si impara a nuotare entrando in acqua, se possibile con buoni maestri. All'inizio c'è un po' di paura ma poi farai come hanno fatto tanti prima di te: proverai e ci riuscirai.

Una cosa è certa: non puoi imparare a nuotare standotene dentro la vasca da bagno di casa. Dovrai vincere i tuoi timori, trovare un buon maestro o una buona maestra, metterti in un gruppo di ragazzi della tua età, esporti al confronto, non avvilirti se altri imparano prima e meglio di te e, come ho detto prima, non perderti mai di vista. Ti interessa imparare a nuotare? Ti piace? Se a queste domande rispondi 'sì', allora prima o poi gli ostacoli saranno superati.

Se non trovi un tuo 'perché' nelle cose che fai, tutto ti sembrerà più difficile di quanto sia in realtà.

Non è opportuno, ad esempio, avviarti in un itinerario di studi solo perché altri vogliono che così tu faccia. Se questi 'altri' sono persone che ami e stimi, farai bene a tener conto dei loro consigli e a capire le loro ragioni.

Ma ora hai un'età in cui è possibile parlare di responsabilità individuale. 'Responsabilità' non è una brutta e pesante parola, ma **il segno che tu ti stai appropriando della tua vita e diventi sempre di più l'autore o l'autrice della tua storia.**

Ti sto indicando una via difficile. Quella più facile è vivere da pappagalli, da servi o da ladri. Siccome crescere e vivere è difficile, ci espone a delusioni e sconfitte, noi prendiamo la scorciatoia: ci mettiamo al servizio di qualcuno che viva al posto nostro oppure ci prendiamo quello che vogliamo, almeno finché qualcuno o qualcosa non ce lo impedirà. Questo vuol dire rinunciare a vivere, se per vita intendiamo pensare e agire in modo da potere essere orgogliosi di ciò che abbiamo conquistato con fatica. **In questo mondo, nulla di ciò che vale e dura si conquista e si conserva senza fatica.**

Gli obiettivi che avrai raggiunto saranno resi più preziosi proprio dall'impegno, dall'ostinazione, dalle rinunce che sono il costo inevitabile di ogni impresa della quale potrai dirti orgoglioso/a.

Ma questa via difficile può essere resa meno ardua se farai in modo di circondarti di persone che ti amino e ti rispettino, sincere, capaci di criticarti e dirti 'no' quando è necessario, che amino la vita, che abbiano ideali, siano capaci di sognare, di fare progetti. Le puoi trovare in casa, tra gli amici, a scuola. Ce ne sono più di quanto di solito si pensi. Spesso è difficile farle uscire dal loro guscio, dalla loro diffidenza. Ma se anche tu sarai fertile, vitale, carico/a di progetti e sogni, le aiuterai a mostrare le loro migliori qualità.

Per farti accettare non accettare mai quello che per te è inaccettabile.

Sembra un gioco di parole, ma almeno è facile da ricordare.

Per te, ad esempio, è importante fare parte di un gruppo di coetanei. Il gruppo è di grande aiuto alla tua età, ma più del gruppo contano alcuni amici che ne fanno parte e più di loro conta ciò che, dentro di te, senti come giusto o sbagliato. Non consentire mai che il gruppo decida per te contro i tuoi principi, i tuoi ideali, i tuoi sentimenti. Ascolta le ragioni degli amici, discuti, ma alla fine, se ti sembra il caso, prenditi la responsabilità di essere in disaccordo. Per conquistare una propria identità, ogni tanto c'è qualche prezzo da pagare, ma ne vale la pena.

Non accelerare i tempi del tuo sviluppo. Ognuno cresce con ritmi e tempi suoi che vanno rispettati per non 'fondere il motore'. Nessuna fretta di crescere. Se qualcuno della tua stessa età ti sembra più svelto o lento di te, non c'è alcuna necessità di imitarlo se questo ti espone al rischio di diventare goffo/a, un vero e proprio pesce fuor d'acqua.

Fai quello che puoi, cercando di compiere ogni giorno un passo avanti ma senza cercare scorciatoie.

Non mascherarti: hai diritto ad essere giovane e non c'è alcuna necessità né utilità nel 'fare' gli adulti.

Guardati attorno e vedrai molti adulti mascherati: fingono di essere quello che vorrebbero essere e non sono. Non è un bel modo di vivere: si ha sempre paura che qualcuno un giorno o l'altro ci smascheri, che dica: "Il re è nudo!".

Un filosofo ha scritto che i ragazzi di oggi hanno una vita garantita da mille sicurezze e quindi non l'apprezzano a sufficienza né hanno rispetto per la vita degli altri. Non so se questo è il caso tuo ma di sicuro il discorso vale per molti ragazzi e ragazze dei Paesi più industrializzati. In ogni caso, condivido l'opinione che la vita che ci è stata data, dobbiamo guadagnarcela in proprio, farla diventare nostra, voluta da noi.

E' come una seconda nascita: nella prima noi non abbiamo scelto, abbiamo ricevuto. Nella seconda nascita tocca a noi mettere un segno personale sulla vita, darle un senso nostro.

A questo mi riferivo quando, poco fa, ti dicevo che alla tua età si comincia a diventare autori della propria storia.

Non è facile. Tra successi e fallimenti si ha spesso l'impressione che la storia ce la scrivano gli altri. In buona parte è vero, ma **non indugiamo troppo nelle lamentele, nell'autocommiserazione e nella ricerca di alibi.**

Molti uomini e donne prima di noi hanno lottato una vita, in condizioni difficilissime, per essere almeno in parte autori e non semplici attori di un

copione scritto da altri. Ne vale la pena, perché noi ci affezioniamo a tutto ciò che è diventato prezioso grazie al nostro lavoro, al nostro impegno, al nostro amore. Dando un senso alla nostra vita, riusciremo non soltanto ad amarla ma a farla amare a molte persone con le quali entreremo in contatto.

Tutto questo è facile da dire ma difficile da realizzare. Alla tua età, l'ho già detto, l'obiettivo principale è la ricerca dell'**identità**. In questa ricerca i tuoi comportamenti, come quelli della maggior parte dei tuoi coetanei, sembrano fatti apposta per mettere in allarme gli adulti, per creare tensione tra te e la tua famiglia, tra te e la scuola.

Queste tensioni si attenuano se gli adulti non hanno dimenticato la loro adolescenza e non si irrigidiscono in atteggiamenti che portano come risultato un'esasperazione del comportamento di ragazzi e ragazze.

Se i ragazzi crescono in un'atmosfera di rispetto tra le diverse generazioni, a contatto con buoni esempi, in luoghi di vita dove le differenze non sono considerate un'occasione per esercitare la prepotenza dei più forti sui più deboli, **senza fanatismi** e con un po' di autoironia, soprattutto da parte degli adulti, la ricerca dell'identità potrà svolgersi senza attraversare fasi troppo drammatiche. Ma quali sono questi comportamenti che rivelano la ricerca dell'identità? Più o meno li conosci già. Ti ricordo che si tratta di comportamenti normali nell'adolescenza ma, come tutti i comportamenti, diventano rischiosi solo quando diventano rigidi, ripetitivi, usati per distruggere e far male a noi stessi e agli altri.

Eccone alcuni nella sintesi che ne abbiamo fatto io e altri psicologi.

Il proibito. I ragazzi spesso credono che apparire più 'grandi' di quello che si è, li renda più accettabili e accettati. E' così che cominciano ad adottare comportamenti adulti – o almeno quelli che credono siano i comportamenti adulti : fumano, bevono, usano un linguaggio greve, si avvicinano a droghe cosiddette leggere, cercano precoci rapporti sessuali. Per quanto riguarda alcune di queste 'imitazioni dell'adulto' (ma chi l'ha detto che questo vuol dire essere adulti?), spero che tu sia già abbastanza informato/a dei pericoli gravi che possono comportare per la tua salute fisica e psichica. Se non lo sei, rivolgiti ad adulti di tua fiducia per avere tutte le informazioni alle quali hai diritto. Quanto al sesso, il consiglio è di rispettare i tuoi tempi di maturazione fisica e mentale. Ripeto: niente fretta, non è una gara in cui conta arrivare per primi. Conta invece arrivare al momento giusto, bene informati e consapevoli che il miglior sesso è frutto di una libera scelta reciproca.

Diffida di chi ti mette fretta, ascolta gli adulti di cui ti fidi, non farti imporre nulla che la natura, il cuore e il cervello non segnalino come giusto e adatto alla tua età e alla tua maturazione, segnala a persone di tua fiducia se qualche adulto ti ha fatto proposte sessuali o ti ha proposto scelte malavitose.

Segni di appartenenza (status symbols). Gli adolescenti cercano di affermare la loro identità attraverso il prestigio che deriva loro agli occhi dei coetanei dall'indossare certi vestiti o certi orecchini, dal possedere certi oggetti, dall'aver certi tatuaggi, piercing e da altro ancora. Questi simboli aiutano gli adolescenti a formare la loro identità segnalando la loro appartenenza a gruppi specifici e a marcare la loro differenza rispetto agli adulti. Hai già notato che anche molti adulti hanno una vera passione per gli status symbols (auto, moto, oggetti costosi...) che segnalano l'appartenenza a gruppi che danno loro prestigio e che, malgrado questo, non risparmiano critiche aspre nei tuoi confronti. Ci vuole un po' di ironia e di autoironia per sopportare questi adulti ma anche per non

prenderci troppo sul serio fino a confondere la maschera che abbiamo indossato con l'essere umano che si nasconde dietro di essa.

Ribellione. Sapere dire di 'no' è una grande conquista dell'essere umano. Alla tua età talvolta se ne abusa e, come già sai per esperienza, l'ambiente reagisce contrattaccando. L'insofferenza e la ribellione hanno comunque una loro ragione per farsi sentire, dato che alla tua età emergono spinte a differenziarsi dai genitori o da altre 'figure di autorità' e a farsi invece accettare dal gruppo dei coetanei. Bisogna ricordare che non si cresce soltanto attraverso 'guerre di indipendenza' e che quegli adulti che oggi sono capaci di dirvi di 'no' senza per questo farvi sentire in galera non sono dei nemici, ma spesso i vostri migliori amici.

Gli idoli. Non è raro alla tua età crearsi dei 'modelli di vita' ispirati a persone celebri o comunque per te importanti e ammirate. Quando eri bambino/a, forse ti bastavano i modelli che trovavi in famiglia. Se però l'ammirazione per i tuoi idoli arriva fino a cercare di scimmiottarli, puoi perdere di vista il percorso per raggiungere la tua stessa identità e metterti in panni che non sono tuoi. Ricordati che non è bene che altri scrivano la tua storia e che **creare è più difficile che copiare ma anche immensamente più soddisfacente.**

Per concludere, voglio metterti a parte di un segreto che potrà esserti molto utile oggi e per tutta la vita.

Io ho imparato che ogni obiettivo è più facilmente realizzabile se ci ricordiamo che non siamo soli.

Per non essere soli, credo che lo hai già imparato, non basta stare in mezzo alla 'gente', nel frastuono, nel mucchio. No, occorre la vicinanza di persone molto speciali, quelle che sono capaci di ascoltarti, che hanno piacere se tu hai successo, che ti aiutano quando sei in difficoltà senza chiederti nulla in cambio.

Forse ne hai già trovate nella tua vita, ma se così non fosse non arrenderti. Da qualche parte ci sono e ti aspettano, anche loro hanno bisogno di te. Forse sono lì a portata di mano, in famiglia, a scuola, nel tuo gruppo.

Ma 'non essere soli' ha anche un altro significato ed è questo il segreto di cui ti parlavo: ogni volta che puoi aiuta chi è in difficoltà. Non basta non fare agli altri quello che non vorresti fosse fatto a te, come ha detto Qualcuno molto più importante di me. **Occorre anche fare quello che vorresti fosse fatto a te.** Aiutare chi soffre, chi è umiliato, chi è in difficoltà, non ha soltanto un evidente valore di per sé, ma ti aiuterà a superare le tue stesse difficoltà, a non indulgere nel vittimismo, nell'autocommiserazione, nella sterile protesta.

“E' una delle più straordinarie ricompense di questa vita il fatto che nessuno possa seriamente tentare di aiutare un altro senza aiutare se stesso” (R.W. Emerson).

Provaci. Funziona!