

## NUOVI ADOLESCENTI, NUOVI DISAGI

DAI SOCIAL NETWORK AI VIDEOGAMES, ALLO SHOPPING COMPULSIVO:  
QUANDO L'ABITUDINE DIVENTA DIPENDENZA

Mondadori Oscar Saggi

Cosa sta succedendo ai figli del terzo millennio? Un'enorme quantità di dati (statistiche, fatti di cronaca, report sociali e sanitari...) indicano la diffusione sempre maggiore di stili di vita segnati da dipendenze e comportamenti patologici: assunzione di droghe e alcool, bulimia e anoressia. Ma anche abuso di Internet, videogiochi e social network, eccessivo culto per il proprio corpo, amore per l'azzardo, shopping compulsivo, atteggiamenti di "love-addiction" sempre più precoci. Tante nuove dipendenze, tante tendenze maligne e patologiche che all'improvviso, ma mai senza preavviso, possono nascere ogni giorno davanti ai nostri occhi, perfino all'interno delle nostre case, dentro le camerette dei nostri figli: innocui social network come Facebook, chatroom, sms, lo stesso utilizzo dell'iPhone e dell'iPod, possono sfuggire di mano e trasformarsi da incredibili opportunità in opprimenti tiranni digitali intenti a gestire l'identità dei nostri ragazzi, sostituendosi ad ogni altra possibilità di relazione.

Fenomeni spesso sottovalutati dai genitori ma in realtà tanto diffusi quanto pericolosi per lo sviluppo di una personalità equilibrata. Perché tutto ciò nasconde in realtà la paura di vivere la propria vita. Come rimediare? Facendo ricorso alle più recenti scoperte delle neuroscienze e alla loro lunga esperienza di psicologi, in queste pagine gli autori spiegano ai genitori giunti al momento più

delicato e temuto della crescita dei figli, l'adolescenza, come riconoscere i segni di disagio e come affrontare le diverse situazioni, insegnando ai giovani, ma anche agli adulti, adulti a recuperare quelle "sostanze stupefacenti naturali" che tutti possediamo, le nostre emozioni: le uniche in grado di battere quelle sintetiche e di contrastare tutte le dipendenze patologiche, vecchie, nuove e nuovissime.