

### UN INVITO A PUNTARE SUGLI ADOLESCENTI

Nicola Galli Laforest

C'è una celebre e bella intuizione di Einstein che chi si occupa, come me, di lettura e di ragazzi, spesso sbandiera con orgoglio. È in effetti un vero manifesto, purtroppo tenuto pochissimo in considerazione: «Se volete che vostro figlio sia intelligente, leggetegli delle fiabe; se volete che sia molto intelligente, leggetegli molte fiabe».

Abbiamo in realtà sempre sospettato che non fosse solo un adagio spiazzante e brillante, e che nascondesse qualcosa di più. Oggi ci sono le conferme scientifiche che aveva ragione: le narrazioni non sono solo passatempi ma hanno anche un ruolo, per così dire, "evolutivo". Del resto, altrimenti, perché l'evoluzione, spietata com'è, non ha cancellato le storie, il perdere tempo attorno al fuoco, e poi davanti ad un libro o ad uno schermo, se sono davvero inutili in termini pratici, e antieconomiche?<sup>1</sup>

La tecnologia ora può confermarci che quando entriamo in contatto con una storia, la nostra mente non è affatto passiva, come si potrebbe superficialmente pensare, anzi lavora moltissimo, riempiendo tutti i buchi del testo (creando i luoghi, le luci, i colori, l'aspetto dei personaggi, i movimenti e infiniti altri dettagli), ripescando e rimettendo in circolo le nostre esperienze e i nostri vissuti.

Sono almeno tre le scoperte che le scienze hanno recentemente portato in questo contesto, riguardo l'impatto della narrazione sull'uomo e poi nello specifico quello della lettura.

Come aveva intuito anche Aristotele, e traducendolo con Eco, esiste una "chimica delle emozioni"<sup>2</sup>, e oggi la neurobiologia ci ha confermato che ci sono riscontri fisici oggettivi alle narrazioni: per esempio un bambino che ascolta una fiaba aumenta il tasso di endorfine, dei neurotrasmettitori che migliorano l'attività cerebrale, il suo sistema immunitario diventa più forte, la sua mente più acuta, e addirittura, non raramente, il dolore scompare.<sup>3</sup> Basti pensare ai tanti casi in cui anche da adulti ci è capitato di superare un forte mal di testa o di pancia semplicemente con l'immersione in un film appassionante. Diversi studi testimoniano poi che il contatto con le storie affina l'intelligenza emotiva, alza il livello di empatia tra noi e gli altri, e pare utile per affrontare persino la depressione, quasi una cicatrizzazione delle ferite per via narrativa<sup>4</sup>.

1 Sull'importanza evolutiva delle storie cfr. Jonathan Gottschall, *L'istinto di narrare. Come le storie ci hanno reso umani*, Bollati Boringhieri, Torino 2014.

2 Umberto Eco, *Il superuomo di massa*, Bompiani, Milano 1976.

3 Sul rapporto tra narrazioni fantastiche e neurobiologia si veda Silvana De Mari, *Il drago come realtà*, Salani, Milano 2007.

4 Cfr. Kidd D.C. e Castano E., in «Science» vol. 342 (2013), n.6156; Zunshine L., in «Interdisciplinary Literary Studies» vol. 16 (2014), n.1; Price L., in «Michigan Quarterly Review» vol.48 (2009), n.4; citati in Stefano Calabrese, *Anatomia del best seller*, Laterza, Roma-Bari 2015.

D'altra parte, l'imaging a risonanza magnetica ci ha da poco rivelato che quella speciale e miracolosa modalità di trasmissione e condivisione di narrazioni che è nello specifico la lettura, è una delle attività più complesse, faticose, arricchenti e fondamentali per il cervello umano<sup>5</sup>. A dire il vero, l'abbiamo sempre saputo: come scriveva la grande autrice di fantascienza U. K. Le Guin, «ci sono state grandi culture che non usavano la ruota, ma non ci sono state culture che non narrassero storie»<sup>6</sup>.

C'è però un'altra novità che viene dalle neuroscienze: sappiamo da tempo che nei primi tre anni di vita l'uomo è caratterizzato da un picco di neuroplasticità, che comporta una grande duttilità del cervello, cioè un'enorme capacità di farsi modificare dal mondo, e dunque di apprendimento. Si è sempre pensato che fosse un evento unico nella vita, e che in seguito i cambiamenti fossero certo possibili, ma sempre più difficoltosi e lenti. Ora si è scoperto che c'è un clamoroso nuovo picco più o meno tra i 13 e i 16 anni, prima nelle femmine, e spostato mediamente di circa un anno e mezzo in avanti per i maschi: a quell'età il cervello è una macchina molto migliore della nostra, più grande, estremamente più duttile, aperta, pronta alla creazione e moltiplicazione di nuove sinapsi, capace di produrre emozioni più intense e vive, con tutti i rischi e le potenzialità che questo comporta. Secondo una metafora chiara e suggestiva che propongono gli scienziati, è come argilla morbida su cui rimangono imprime facilmente tracce, mentre più si va avanti con l'età, e meno lo si tiene attivo e in allenamento, più tende ad indurirsi e a non farsi modificare. È una macchina formidabile che però va configurata, non la si sa ancora usare, e forse quegli anni che ci prendiamo prima di diventare grandi servono proprio a questo. Non si è ancora in grado di reggere quell'esplosione di possibilità, e si opera quello che tecnicamente è chiamato *pruning*, una potatura dei rami, perché alcuni si sviluppino con più forza. Mi piace pensare che anche la forma e il contenuto delle storie, e dei libri in particolare, possa essere uno degli agenti più incisivi in quella potatura che darà forma al nostro essere futuro.

A partire da queste evidenze e incrociandole con i risultati del cosiddetto "cronometro dentale", che consente di scoprire la velocità di trasformazione e di raggiungimento della maturità, c'è anche chi si è spinto ad ipotizzare che quella peculiarità probabilmente tutta umana che chiamiamo adolescenza sia il trucco evolutivo che ci ha consentito il passaggio tra *homo erectus* e *homo sapiens*, di fatto rendendoci uomini: «secondo le stime attuali, l'età della maturità umana si è spostata oltre i dieci anni tra gli ottocentomila e i trecentomila anni fa: ecco i primi teenager. Quindi lo sviluppo caratteristicamente lento dei giovani umani si è evoluto molto dopo che avevamo cominciato a camminare su due gambe e smesso di arrampicarci sugli albe-

5 Cfr. Aidan Chambers, *Letture, cervello e neuroscienze* in Id., *Siamo quello che leggiamo*, Equilibri, Modena 2011; vedi anche Maryanne Wolf, *Proust e il calamaro. Storia e scienza del cervello che legge*, Vita e Pensiero, Milano 2009.

6 Ursula K. Le Guin, in italiano nella raccolta di saggi *Il linguaggio della notte*, Editori Riuniti, Roma 1986, p. 27.

ri, ma un po' prima che il nostro cervello compisse il balzo finale per raggiungere le dimensioni di tre arance duecentocinquantamila anni fa, (...) lo ha preceduto di poco. Potremmo prendere in considerazione l'idea stuzzicante che sia stata proprio l'adolescenza a permettere al nostro cervello di compiere quel grande balzo in avanti»<sup>7</sup>.

Sembra tra l'altro non ci siano più dubbi sul fatto che quello che succede al cervello in questi periodi esplosivi influenzi anche le capacità future: gli stimoli ricevuti in questa fase non solo ne potenziano le capacità, ma accrescono le possibilità che si verifichino cambiamenti più avanti, perché la plasticità genera plasticità. Per tradurre: in adolescenza si imprime segni indelebili, si prepara il terreno e si semina. E se è vero quanto sopra riportato a proposito dei risultati dell'imaging a risonanza magnetica, questo concetto non può che riguardare anche il ruolo della lettura, in termini di quantità e di qualità. Quello che si legge, e come, in un momento fortemente seminale e di fondamentale riorganizzazione cerebrale, può essere determinante nello sviluppo di un individuo (e dunque di una comunità?).

Chiunque di noi ricorda benissimo cosa ha letto, visto, sentito in adolescenza, e forse alcune di quelle storie ci hanno cambiato la vita, hanno influenzato, direttamente o per rimbalzi successivi, il nostro futuro. Gli psicologi hanno registrato che quasi tutti ricordano quegli anni meglio di qualunque altro momento della vita, e parlano infatti di *picco di reminiscenza*. Non riguarda solo la natura degli eventi (tante "prime volte", tanti eventi significativi che concorrono a plasmare l'identità), ma anche una questione fisica, di neurotrasmettitori: «le regioni cerebrali responsabili delle emozioni forti sono particolarmente sensibili durante l'adolescenza. Il cervello adolescente è quindi predisposto chimicamente a codificare i ricordi in modo più profondo»<sup>8</sup>.

Quello che da adulti possiamo e dobbiamo fare, è quindi una sorta di piano ecologico: preparare il terreno, fornire appoggi, vie molteplici, strumenti -libri compresi!- perché i ragazzi possano sfruttare al meglio quel cervello prodigioso, e scegliere con crescente consapevolezza e ripetutamente le proprie strade.

Come noi, più di noi, i ragazzi stanno male se non attivati, e danno il meglio se impegnati, se il cervello è stimolato al massimo. Sappiamo che la lettura è una delle massime forme di immersione, eppure c'è così poca attenzione generale e investimenti, verso di loro e verso il rapporto con la lettura, strumento mirabile e unico per leggere il mondo. Persino in Italia ai bambini più piccoli diamo libri (il "leggere" in età prescolare riguarda il 64% dei bambini, a fronte di una media generale del 41% nell'ultima rilevazione) perché finalmente crediamo, e sappiamo, che il gesto stesso dell'aprire un libro, di girare le pagine, è fonte sicura di scoperta del mondo; ma agli adolescenti non diamo libri, se non con fine direttamente istruttivo o funzionale (il canone, le cose da imparare per il programma scolastico, le storie a tema *per imparare qualcosa*); manca quasi, nelle proposte adulte, istituzionali, il leggere per il leggere.

7 David Bainbridge, *Adolescenti. Una storia naturale*, Einaudi, Torino 2010, p. 22.

8 Laurence Steinberg, *Adolescenti. L'età delle opportunità*, Codice, Torino 2015, p. 31.

E ancora, e peggio, non diamo loro davvero, mai, l'impressione che la lettura sia libertà, benessere, scelta, e che sia un momento privilegiato, di autonomia, *una stanza tutta per sé*. Come Virginia Woolf la reclamava per le donne, ci appare oggi necessaria anche per gli adolescenti, cui tocca un altro tipo di esclusione rispetto alla cultura.

In questa ottica si può anche leggere forse il bisogno di fantasy di tanti giovani lettori, che cercano un luogo proprio e separato; e nasconde una legittima richiesta di libertà anche lo spropositato e imbarazzante successo di fenomeni di cui faremmo volentieri a meno, per esempio in questi mesi quello dei tanti volumi di *After*, che vengono riconosciuti, pur nella loro sciatteria, come uno spazio finalmente proprio.

Qui entra però in campo un'ultima nota, che riguarda il panorama in cui siamo immersi, ciò che i più giovani vedono guardandosi intorno, i libri che trovano. Chi legge, cosa legge? Le storie influenzano il nostro modo di percepire la realtà, e dunque anche di riprodurla: sapere quali entrano oggi nell'orizzonte degli adolescenti, e diventano parte del loro immaginario, è uno strumento di cui dovremmo dotarci, perché molto utile per capire meglio certe dinamiche, e per lavorare con più efficacia con loro. L'editoria per *young adults* (seconda la dizione anglosassone in uso che sta di fatto creando un nuovo genere) non è una nicchia, ma è in questi anni un settore trainante: mai stati così tanti libri per adolescenti, e mai tanto diffusi e di successo, anche tra gli adulti. Basti pensare a gran parte dei megaseller mondiali dell'ultimo decennio, che vengono direttamente o di rimbalzo da lì (per esempio *Twilight* e i tanti epigoni che arrivano fino alle *Cinquanta sfumature*, che ne è in origine una fan fiction, *Hunger games* e i mille mondi distopici e post apocalittici a quello seguiti, la sick-lit che mette al centro amore e malattia...).

È una produzione che si basa su meccanismi narrativi ed estetici pressoché identici, una magica ricetta che ripete se stessa e si schiaccia sempre più sul lettore: non ci sono libri per adolescenti che parlano di adulti, di bambini, di vecchi, nemmeno uno!..., come se avessimo deciso che l'unica esca a cui i ragazzi abboccano sia il loro stesso ombelico, e volessero solo vedersi ritratti mille e mille volte in un gioco di identificazione diretta e mimetica fatta di specchi infiniti, resa ancor più "reale" dalla formula del presente narrativo, quasi una telefonata che il protagonista fa al lettore.

Affermiamo che leggere è vivere tante identità, che è un atto anche sovversivo perché forza il nostro punto di vista, trasforma il mondo e ci fornisce quindi molteplici chiavi per capirlo e capirci; ma al contrario questo vero e proprio genere, pensato con scientifica follia per adolescenti, impone una convergenza triste, rischia di disperdere la forza centrifuga e di libertà che è il vero tesoro del leggere, soprattutto quando si sta scoprendo tutto. A lungo andare una vera trappola, quasi una negazione del concetto stesso di lettura, e un inquinamento del concetto di sé.

È proprio il moto centrifugo la leva del leggere: le storie di altri, anche se lontane, indirette, e forse proprio perché lontane, entrano in risonanza con la nostra, e con le nostre corde più profonde; l'identificazione vera, che lascia segni, passa dal livello simbolico, e questo dovrebbe essere il nostro riferimento costante. Perché quando quella cosa misteriosa scatta, è illuminante e significativa quanto poche altre esperienze, soprattutto in adolescenza, ed è un viatico per non sprecare quelle enormi potenzialità che sono lì pronte, per aprire quelle infinite strade, che sono la struttura del futuro.