

// SUV, che invadenti

Non è solo un problema di sicurezza stradale, quello dei SUV, che scorrazzano, liberamente, nelle viuzze dei nostri centri storici e delle nostre città, diventando un pericolo costante per le auto più piccole e per i pedoni. È, anche, un problema ambientale, perché i motori dei SUV consumano molto carburante e, perciò, producono più smog rispetto alle utilitarie. Ma perché, nonostante i prezzi alti, i consumi alle stelle e la difficoltà a circolare e a parcheggiare, in tanti li comprano? Perché vanno di moda e, probabilmente, fanno sentire, chi li guida, forti e potenti... Ma visto che, SUV significa Sport Utility Vehicle, cosa si aspetta a bandire questi "bestioni" aggressivi e invadenti dai centri cittadini, come hanno fatto a Firenze, oppure, a far loro pagare una tassa di circolazione di 33 euro al giorno, come hanno fatto in Inghilterra?

// Pensieri e parole

Dai tanti articoli, che denunciano le carenze in italiano degli studenti del Bel Paese, viene fuori il quadro complessivo di un progressivo deterioramento delle capacità espressive, sia scritte che orali. E, se preoccupa la quantità di strafalcioni ortografici e grammaticali che contraddistinguono i testi degli studenti, colpisce, ancora di più, l'incapacità di tanti di loro a produrre testi logici e coerenti. Una delle cause del disastro è il progressivo ridursi, sia alle elementari che alle medie, del tempo dedicato alla nostra lingua, mentre, anche nelle bozze di riforma delle superiori si prevede una riduzione delle ore di lettere. Ricordate lo slogan di Nanni Moretti? "Chi parla male, pensa male". E allora, il sospetto nasce spontaneo: non sarà che, chi ci governa si proponga proprio questo: che i futuri cittadini non sappiano pensare?

// Un popolo di accattoni?

Il ministro Brunetta vuol dare 500 euro al mese ai giovani che rimangono in famiglia troppo a lungo, per permettere loro di "entrare nel mondo degli adulti", iniziativa da finanziare attingendo alle risorse dei pensionati. La ministra Brambilla ha riproposto il "bonus vacanze" per le famiglie indigenti che non si possono permettere qualche giorno di relax. E, mentre l'uno ha dimenticato di dirci con quali modalità userebbe le risorse dei pensionati, l'altra non ha detto come e dove reperire i fondi per le vacanze dei poveri. Evidentemente, non è bastato il fallimento della "social card", i nostri ministri persistono nella politica-marketing, che non solo, offende i giovani che non trovano lavoro e i poveri veri che non arrivano a fine mese, ma sembra volerli trasformare tutti in un popolo di accattoni, che campano con l'elemosina dello Stato.

Come educare adulti felici

Ma ha commosso, anche stavolta, la mostra di disegni con cui bimbi della vicina scuola materna, hanno celebrato la "festa della primavera": forme e colori che raccontano momenti di intimità famigliare, di tenerezza e di gioco, disegni in cui anche le piante, gli animali, i paesaggi, sprizzano allegria e gioia di vivere. Il miracolo dell'infanzia - mi dico - che guarda la realtà con occhi puliti e, perciò, la vede come dovrebbe essere, bella e buona. Uno sguardo limpido che, purtroppo però, durerà poco, destinato com'è ad appannarsi, spesso, anche, ad oscurarsi del tutto, quando questi bambini saranno diventati adulti.

Quando ci si chiede come mai tanti bimbi buoni e felici si trasformano in adulti mediocri ed infelici, si usa rispondere, con rassegnazione, che a cambiarli è la vita, ma io mi permetto di dissentire: a cambiarli siamo noi, noi adulti, intendo, col contributo fondamentale - e devastante - della televisione. Lo dico a ragion veduta, da nonna che ha un nipotino dai genitori attentissimi, non solo, al suo benessere fisico, ma anche, alla sua felicità, che abita in una casa in cui la televisione non è mai entrata. All'asilo è andato a tre anni, fino a quell'età lo ha accudito la madre, che ha scelto di non lavorare, pur consapevole del sacrificio economico che questo comportava. Non posso certo prevedere che tipo di adulto sarà tra vent'anni, ma so per certo che la scorta di amore,

di dedizione, di esperienze felici condivise, di creatività che sta accumulando, in questi suoi primi anni di vita, lo accompagnerà per sempre, rendendo più serena la sua visione del mondo e più fiducioso il suo approccio con le inevitabili difficoltà che incontrerà sul suo cammino.

Condivido, dunque totalmente, la diagnosi che un vecchio frate ha tracciato in proposito, in una conversazione, ripresa dall'Editoriale de "La stampa": "Quando in una casa ci sono tre televisori, quando si dà il telefono a dieci anni, non ci si lamenta poi se i ragazzi crescono chiusi ed infelici" - afferma il padre carmelitano. E aggiunge: "La nostra è una società che sta morendo, non facciamo più figli, i nostri giovani non accettano più di fare certi lavori, sprechiamo le risorse in cose futili e non necessarie... Guardiamo invece ai musulmani che tanto osteggiamo: fanno i lavori che noi non vogliamo fare, i loro figli e diventeranno i nuovi ricchi perché impegnano meglio i loro guadagni. Noi vogliamo costringere le loro donne a togliersi il velo, ma vi ricordate le nostre nonne, che non uscivano di casa senza il fazzoletto in testa? Nessuno le ha costrette a toglierselo, lo hanno fatto da sole, e così sarà per le donne musulmane. Il benessere porta agli eccessi, a dimenticare la propria identità, e anche quando i musulmani la cambieranno, arriverà qualcun altro, che sarà a sua volta osteggiato. Nulla di cui meravigliarsi, del resto, perché è dalla fine dell'Impero Romano che le cose vanno così...".

Per formare una generazione di adulti serena e, per quanto possibile, felice, occorre cominciare negli anni dell'infanzia, dedicando tempo ai figli ed "emarginando" la televisione dentro le nostre case

Giovani e depressione

GISELDA BRUNI

Generazione a rischio "D"

Qualcuno, forse, ricorderà i tempi di Carosello, la trasmissione pubblicitaria che, mandando in scena i suoi siparietti comici, tra le 20,30 e le 20,45, segnalava, per tutti i bambini e i ragazzi di casa che era ora di andare a nanna... Ebbene, da allora, sembrano passati secoli, ed è forse la prima volta nella storia, che i figli dormono meno dei loro genitori. Gli esperti dicono che, sotto la spinta di Facebook, YouTube e compagnia, "i giovanissimi ingaggiano una lotta continua con l'orologio biologico per chiudere gli occhi il più tardi possibile": in parole semplici, nemmeno i bambini dormono le ore necessarie al loro benessere psico-fisico, e non rispettare il proprio orologio biologico può portare a conseguenze davvero gravi. È infatti dimostrato, ampiamente, che il debito di sonno rende più irritabili, fa calare il rendimento scolastico, favorisce l'uso di stimolanti e di comportamenti aggressivi e, a lungo andare, porta alla depressione.

Per stare bene - dicono i medici - ci vogliono almeno otto ore di sonno ogni notte, meglio se nove, mentre risulta che, soprattutto a causa della tv, dei cellulari e del computer accesi



I gufi sono animali protagonisti della notte. Troppi giovani d'oggi spendono ore di sonno con gravi conseguenze sull'equilibrio psicofisico. Per i gufi non dormire di notte è naturale, per l'uomo vale il contrario.

fino a tardi, le ore effettivamente "dormite" dai ragazzi sono di meno, in media una e mezza rispetto al necessario. Un cane che si morde la coda, perché il sonno perso incrementa la depressione e, per chi già è portato a soffrirne, aumenta il rischio di insonnia totale.

Sotto accusa, naturalmente, non c'è, soltanto, la tecnologia e la (pessima) abitudine di avere computer e televisore in camera da letto; anche le discoteche e i locali, che aprono i battenti solo a mezzanotte, hanno la loro parte di responsabilità. Ma, la maggiore rimane, ovviamente, quella dei genitori: come possono, padri e madri responsabili, dormire tranquilli, mentre, i loro figli adolescenti non sono ancora rientrati? Gli esperti non si limitano a

sottolineare i gravi pericoli cui vanno incontro i bambini, i ragazzi e i giovani che non dormono a sufficienza, ma suggeriscono, anche, i rimedi più opportuni: al primo posto, ovviamente, il buon esempio dei genitori, cui chiedono di non posticipare troppo la cena, anche se tornano a casa tardi dal lavoro. Come al solito, però, quando si tratta di educazione - e le buone abitudini ne costituiscono la base - padri e madri devono, innanzitutto, favorire lo sviluppo di abitudini corrette, fin da quando i figli sono molto piccoli: quindi niente capricci, si fissa l'orario giusto della nanna - meglio se preceduta da una bella favola raccontata al bimbo già sotto le coperte - e su quello non si transige.

Quanto agli adolescenti, è abbastanza normale che abbiano voglia di vivere tutto e subito, compresa la notte. Allora, sarà bene spiegare loro che c'è un tempo per ogni cosa, che la giovinezza non va bruciata, che rovinandosi la salute si pregiudicano il futuro, perché l'insonnia porta alla depressione ed all'ansia, malattie tra le più crudeli, da cui poi sarà molto difficile guarire. Ricordando loro anche che, tra i benefici effetti del sonno, c'è anche quello di sognare, e che, spesso, nei sogni è possibile trovare quella dimensione fantastica che il giorno non ci può dare.

