Introduzione

L'*amore* è la più grande avventura, il più alto traguardo, la più significativa delle realizzazioni, l'asse portante di una vita umana, il nodo decisivo di una civiltà. Non è un romanticismo marginale rispetto ai grandi temi sociali, economici, bellici ed ecologici, che stringono in una morsa il mondo di oggi. L'*amore* è un modo di pensare, che ce ne restituisce la chiave risolutiva, sebbene lo abbiamo progressivamente perduto nel corso di questi ultimi 2milacinquecento anni della nostra storia (Cervi, 2026).

Con l'erosione della ragione, i sistemi scolastici si sono a loro volta strutturati per formare menti brillanti, ma con quale esito? Mezzo secolo di decrescita dello stesso QI, un clima relazionale insano negli ambienti del vivere quotidiano, un'affettività liquida degli adulti, una fragilità affettiva dei ragazzi, una sessualità ferita e non da ultimo una difficoltà a leggere con chiarezza il punto di svolta delle grandi questioni attuali, a cominciare dall'ambiente e dalla pace, cioè dalla nostra relazione con la terra in cui viviamo e con gli altri popoli.

Questo è il panorama, in cui i ragazzi oggi crescono. Sono eredi di un divorzio più che bimillenario fra testa e cuore, che genera o *amore* senza testa o *amore* senza cuore (romantico o filisteo, avrebbe detto Max Scheler), in entrambi i casi a dolorosa scadenza. Sono destinatari di tante Educazioni (emozionale, relazionale, affettiva, sessuale, tecnologica ecc.), che faticano a fare sintesi. Sono il bersaglio digitale, mediatico e culturale di un disorientamento informativo costante e capillare. Hanno quindi maturato la lucidità necessaria per sentirsi smarriti e sull'*amore*

chiedono agli adulti un confronto aperto, coraggioso, autentico, libero e scientificamente informato. Lo confermano Psicologia[1], Psicoterapia[2] e Letteratura[3]: i ragazzi vogliono sapere dell'*amore*.

Il seme delle più grandi realizzazioni e il maggiore dei traguardi umani, l'*amore* è un'arte da imparare. Ad amare si impara ogni giorno, per tutta la vita, e in ogni fase si affacciano aspetti nuovi e diversi, che possono essere fatti propri oppure persi.

Per questo propongo ai ragazzi un PerCorso di **Educazione all'amore** in quattro volumi, in cui convergono tutti gli ambiti extracurricolari, con cui oggi si prova a colmare un gap scolastico storico: l'**Educazione emozionale** (comprensiva di un'**Educazione ai sentimenti**), l'**Educazione socio-relazionale** o Educazione alle relazioni, l'**Educazione affettiva** o affettivo-romantica, l'**Educazione sessuale** (più ampia di un'Educazione alla salute sessuale e di un'Educazione sessuo-affettiva) e l'**Educazione digitale**, a cui aggiungo un'**Educazione cognitivo-critica** e un'**Educazione linguistica**.

Propongo un'Educazione all'*amore* umano entro un modello esplicativo unitario, in cui l'affettività non è una competenza fra le altre, ma la struttura portante di un'intera antropologia (Cervi, 2026).

COSA AI RAGAZZI DICE LA SCUOLA

Fra queste Educazioni, da oltre cinquant'anni nelle scuole della gran parte dei Paesi europei ai ragazzi è stata proposta un'Educazione alla salute sessuale. In Italia alle proposte di legge in materia (1995-2023) e alle relative attività realizzate (2016-2020) è stata aggiunta un'Educazione emozionale. Dal 2023 è stata introdotta un'Educazione alle relazioni. Dal 2024 sono state proposte le *Linee guida di intervento in materia di Educazione sessuo-affettiva* correlate alle indicazioni OMS 2010[4], WAS 2014[5] e UNESCO 2018-2024[6]. Infine nel 2025 sono state introdotte le

Nuove Indicazioni Nazionali nell'orizzonte di una formazione integrale della persona. Inoltre a tutt'oggi la comunità scientifica internazionale ritiene problematico il rapporto tra ragione ed emozioni: sapere e sentire sono ancora separati nella casa dell'io (Cervi, 2026).

COSA AI RAGAZZI DICE LA SOCIETÀ

Ai ragazzi la società in fondo dice solo due cose sull'*amore*: o che è una magia in cui entrare passivamente e vivere come capita, senza indicazioni e orientamento, al massimo tenendo conto di alcune precauzioni. Oppure che è impossibile e non accadrà mai, e che anche se accadesse è destinato a finire. Non val la pena impegnarsi, perché alla fine la *felicità* sarà altrove: nella celebrità, nel successo, nella riuscita professionale, nello status sociale, nella disponibilità economica e – qualora queste mete non venissero raggiunte – in un ripiegamento sulla propria interiorità. Quindi i ragazzi, se sono curiosi o hanno tempo da perdere, si divertano pure, ma senza impegno e senza conseguenze.

Ciò che invece ai ragazzi la società precisamente non dice, è che l'*amore* è il luogo dell'umano; che l'essere umano esiste, vive, cresce, pensa, trova una pienezza e persino guarisce solo nell'esperienza di un *amore*; e che gli anni dell'adolescenza sono decisivi per lo sbocciare di questa consapevolezza.

COSA AI RAGAZZI DICONO GLI ADULTI

Mentre i ragazzi si stanno scoprendo, stanno scoprendo il proprio corpo, si stanno aprendo alle relazioni con i pari, si stanno aprendo all'altro e si stanno interrogando su cosa ci sia di grande, per cui valga la pena di spendere la vita, gli adulti perlopiù non affrontano il bisogno, che i ragazzi hanno di imparare ad amare, che non è un aspetto della crescita tra gli altri, ma il fulcro intorno al quale prenderà forma la loro intera persona. Non ne ascoltano il silenzio carico di domande; non si assumono la responsabilità

di dare risposte; non indicano una strada da percorrere; non dicono che verrà il tempo delle scelte importanti, ma che bisogna prepararle; non dicono, che un *amore* che fa finta di esserlo senz'esserlo davvero, è destinato a ferirli così in profondità, da rendere molto difficile amare. Nessuno dice ai ragazzi, che ad amare si impara.

In più, rispetto al passato, il silenzio degli adulti viene riempito da media, web, social, tv, una certa musica, che nella testa dei ragazzi accumulano disorientamento e confusione e nel loro cuore disillusione e cinismo. Così l'*amore*, pur costituendo la struttura portante della loro umanità, diventa una strada senza uscita prima ancora di cominciare.

UN ORIZZONTE EDUCATIVO

Tra il disorientamento della società e il silenzio degli adulti c'è a mio avviso una terza via: l'educabilità. Già i 13enni scoprono che amare è l'unico modo d'esser felici e gli adolescenti cominciano a farne esperienza. Lo intuiscono, ma non sanno cos'è, non sanno riconoscerlo, non sanno dargli un nome, non sanno come viverlo, come farlo durare e come difendersi dalle sue contraffazioni.

Imparare ad amare, allora, non è l'urgenza di chi vuole chiudere la stalla quando i buoi sono già scappati da tempo, ma l'unica possibilità di portare a casa la pelle. Detto meglio: è l'unica possibilità di salvarsi. «Quando l'universo vuole salvare un essere umano – diceva Lao-tzû ventisei secoli fa –, gli manda l'*amore*»[7].

E l'*amore* come s'impara?

«Non si impara ad amare sui libri, ma essendo amati» (Montagu, 2021): l'*amore* s'impara solo nell'esperienza di un *amore*. Proviamo a immaginare un ragazzo che ogni giorno veda il papà salutare al mattino la mamma con un bacio o un abbraccio; telefonarle durante la giornata per sapere come sta; sorriderle al ritorno a casa e aiutarla nelle necessità. Giorno dopo giorno quel ragazzo verrà educato alla stessa *dolcezza*, alla stessa *tenerezza* e

alla stessa premura, che nel tempo diventeranno sue. Nel 2024 lo dimostrò su larga scala una riflessione dell'Institute for Family Studies della Virginia[8]. Questo implica, che sia la famiglia, sia la scuola mettano in campo le proprie specifiche competenze, diverse e complementari.

Educare significa tirare fuori potenzialità già in essere, proprio come Michelangelo tirava fuori le proprie sculture da blocchi di marmo grezzi. Un orizzonte educativo intercetta bisogni e domande; dà risposte con cui confrontarsi; spiega cos'è in gioco; apre uno spazio di libertà; rispetta le caratteristiche evolutive di ogni fase dello sviluppo e offre sostegno, perché è nell'intera crescita, che si radicherà un approccio integralmente umano all'affettività.

Sottrarre l'*amore* a un processo educativo significa sottrarlo a un processo di maturazione personale e quindi relegarlo a idee, opinioni, mode, regole altrui irrigidite o trasgressive, ma sempre esterne e uniformanti. L'oscuramento educativo su corporeità, relazionalità e affettività spiana la strada alla loro manipolazione.

Nel periodo prescolare l'*amore* consiste nel riceverlo ogni giorno dai propri genitori e soprattutto a loro, oltre che alla scuola in forma diversa, chiede di rispondere a domande come: 'Che differenza c'è tra maschi e femmine?' o 'Come nascono i bambini?'. La questione affettiva si apre con la pubertà, oggi anticipata al secondo ciclo della scuola primaria (8-10 anni), e più incisivamente a partire dalla preadolescenza (11-13 anni), durante il triennio della scuola secondaria di I grado. L'*amore* richiederà d'essere imparato anche nella prima maturità (20-25 anni), quando la vita sarà sessualmente adulta, ma affettivamente ancora in via di maturazione, e poi fino all'età senile: ad amare si impara tutta la vita. In questo volume mi concentro sul periodo dell'adolescenza (14-20 anni), in corrispondenza del quinquennio della scuola superiore.

LA PROPOSTA DI ESTESAMENTE

Come una bussola non porta sulla cima di una montagna, ma dà il necessario orientamento per camminare nella giusta direzione, così questo libro vuole essere una bussola, perché i ragazzi possano orientarsi nel loro cammino.

Entro un panorama, in cui sono disponibili proposte di tipo medico-sanitario o psicologico-sociale, quella di EstesaMente è una proposta educativa, che si avvale del nostro patrimonio culturale, letterario, artistico, scientifico in dialogo con i curricoli scolastici della Scuola superiore, e che si caratterizza per:

- Theory approach | Fondarsi su un proprio modello teorico di riferimento (Cervi, 2026).
- Essere sistemica: la persona è l'insieme unitario delle dimensioni organica, psichica e spirituale e richiede un approccio integrato tra aspetti corporei, psicologici, emotivi, affettivi, relazionali, sociali, culturali, spirituali ecc.
- Essere dinamica: la persona è un sistema omeostatico, in termini organici, psichici e spirituali, in costante rapporto con l'ambiente.
- Essere fase-specifica: considera i ragazzi nelle loro caratteristiche evolutive di sviluppo, e in quelle individuali di maturazione e crescita.
- Essere antropologica: pone al centro la persona dei ragazzi con la loro capacità di libertà, di fare cioè scelte positive e consapevoli, sapendole motivare.
- Science-based | Avere un quadro di riferimento scientifico in relazione ai più recenti risultati delle Neuroscienze, Neuroscienze affettive, Scienze Psicologiche dello sviluppo e Pedagogia scientificamente orientata.
- Tenere conto del funzionamento mentale.
- Considerare la sessualità nel suo sviluppo bio-fisiologico e nella sua maturazione neuro-fisiologica.
- Coniugare capacità elaborative cognitive di tipo razionale ed emozionale (Cervi, 2026).

- **Competence-based** | Sviluppare tutte le life-skill, emotional-skill, social-skill e love-skill fase-specifiche, prevedendo per ciascuna una linea di sviluppo.
- Favorire una capacità di comunicazione chiara ed efficace e di negoziazione in caso di conflitto.
- Sviluppare una capacità critica su atteggiamenti e convinzioni comuni legate alla sessualità.
- **Education** | Prevedere un processo maturativo lifelong, di cui focalizza la seconda adolescenza (14-15 anni) e la tarda adolescenza (16-19 anni).
- Considerare tutti i compiti evolutivi dell'adolescenza in relazione alla maturazione sociale, affettiva e sessuale.
- Intessere un dialogo con i contenuti culturali degli apprendimenti scolastici.
- Fornire l'intero vocabolario per parlare di emozioni, sentimenti, relazioni, *amore* e sessualità (Cervi, 2022a).
- Affrontare criticamente il contesto emotivo-relazionale, socio-culturale e tecnologico-digitale della crescita sociale, affettiva e sessuale.
- Considerare le specificità dello sviluppo maschile e femminile, la parità di genere, l'Educazione di genere.
- Fare appello al ruolo essenziale di tutti gli adulti coinvolti nel processo di crescita affettiva dell'adolescente: genitori, docenti, educatori, medici, psicoterapeuti.
- Articolare uno spazio educativo e uno spazio di prevenzione.
- **Prevenzione** | Fornire messaggi chiari e argomentati sui comportamenti da prevenire o modificare.
- Costruire consapevolezza sui comportamenti a rischio onlife e online.
- Contrastare i comportamenti a rischio onlife e online.

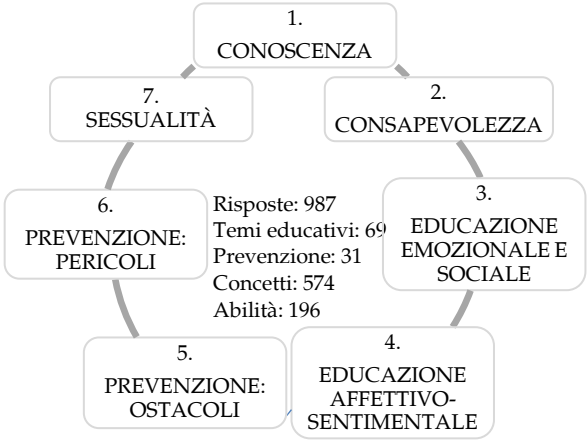
IL CONTENUTO DELLA PROPOSTA DI ESTESAMENTE

Se l'*amore* è il più grande orizzonte della vita e la più grande delle realizzazioni, i volumi de *L´amore spiegato agli adolescenti* forniscono ai ragazzi gli strumenti razionali, emozionali,

relazionali, informativi e culturali per potervi accedere, ponendo le basi perché nel prosieguo della loro maturazione, l'*amore* possa poi venire pienamente accolto e vissuto.

La vita affettiva e sessuale hanno una grammatica o un'ecologia proprie, che richiedono impegno, progressiva maturazione, talvolta anche un cambiamento di sé, che è tanto più faticoso, quanto più l'*amore* è stato esperienzialmente estraneo durante l'infanzia.

Per questo *L'amore spiegato agli adolescenti* articola un PerCorso in quattro volumi: Vol. 1 Conoscenze, Vol. 2 Competenze, Vol. 3 Prevenzione, Vol. 4 Sessualità.



Col primo i ragazzi acquisiscono le **conoscenze** necessarie a collocare la propria maturazione affettiva nel contesto dell'ambiente in cui screscono [►Cap. 1]. Inoltre costruiscono una **consapevolezza** circa i passaggi dell'intera crescita affettivo-sessuale, solo alcuni dei quali possono essere fatti propri durante l'adolescenza [►Cap. 2].

Col secondo volume si addentrano nella conoscenza di sé attraverso una sorta di screening di tutti gli aspetti della crescita, in particolare quelli riguardanti lo **sviluppo emozionale** e **relazionale**, per chiarire su quali hanno più bisogno di attenzione

e di *cura* [►Cap. 3]. Inoltre si focalizzano sul proprio **sviluppo affettivo-sentimentale**, comprendendone l'esperienza e curando gli aspetti che suggeriscono una maturazione [►Cap. 4].

Col terzo volume considerano gli **ostacoli**, che impediscono una crescita affettiva e sessuale sana [►Cap. 5], e i **pericoli** a cui le relazioni sono esposte, quando si ammalano, imparando a riconoscerle e ad affrontarle [►Cap. 6].

Con il quarto e ultimo volume affrontano la propria **sfera sessuale**, conoscendone i passaggi maturativi e se stessi in relazione a questo aspetto della persona [►Cap. 7].

Complessivamente i ragazzi trovano risposta a 987 domande; affrontano 69 temi educativi e 31 temi di prevenzione; chiariscono 574 concetti; acquisiscono 196 abilità e si confrontano con i grandi autori, che in più di due millenni li hanno preceduti sul medesimo cammino, lasciando le proprie orme.

Per imparare ad amare i ragazzi hanno bisogno di tre cose: la prima è una strada da percorrere – l'ho articolata in questo PerCorso –. La seconda è non rimanere soli lungo la strada – a cui rimandano le proposte formative di EstesaMente[9] –. La terza sono grandi maestri a cui guardare – che i ragazzi incontreranno nel PerCorso –. E come per scolpire un'opera d'arte sono necessari attrezzi diversi, a percussione e abrasivi, così per tirare fuori il capolavoro di un io-capace-di-amare utilizzerò strumenti diversi, razionali ed emozionali. E come per scolpire è necessario utilizzare gli attrezzi secondo una sequenza (prima lo scalpello a punta, poi quello piatto, la gradina, lo scalpello a punta arrotondata, la raspa e infine le pietre abrasive), così utilizzerò strumenti razionali ed emozionali in sequenza.

Ogni passaggio di maturazione affettiva implica possibilità didattiche pressoché illimitate, secondo gli obiettivi educativi, formativi, informativi, cognitivi, emozionali, relazionali-sociali,

relazionali-affettivi, critici, culturali e linguistici, che di volta in volta ci si prefigge in relazione a:

- **Contenuti** | Punti essenziali di consapevolezza e di crescita.
- **Domande** | Traiettorie di riflessione e di crescita.
- **Concetti-chiave** | Modo d'intendere l'esperienza per come è veicolato dal codice linguistico italiano.
- **Comprensione** | Esperienza da assimilare.
- **Competenze** | Sviluppo di abilità e competenze.
- **Letture** | Approfondimenti culturali su cui riflettere e di cui far tesoro.
- **Immagini** | Approfondimenti artistici o video.
- **Approfondimenti scientifici** | Riferimenti scientifici su cui corroborare una comprensione.
- **Laboratorio** | Sostrato esperienziale degli apprendimenti.
- **Impegno** | Decisionalità personale che dà forma all'agire.

A CHI È RIVOLTA LA PROPOSTA DI ESTESAMENTE

Tenendo conto del passaggio evolutivo costituito dalla preadolescenza (10-13 anni), la proposta è specificamente rivolta alla prima adolescenza (14-15 anni) e alla seconda adolescenza (16-18 anni) negli anni della Scuola Secondaria Superiore e in vista della giovane età adulta (19-24 anni).

10-13 anni	Secondaria di I grado	Preadolescenza Prima adolescenza	*Early adolescence*
14-15 anni	Biennio della Superiore	Seconda adolescenza	*Middle adolescence*
16-19 anni	Triennio della Superiore	Tarda adolescenza	*Late adolescence*
20-24 anni	Università	Giovane età adulta	*Young adulthood*

È una proposta rivolta a tutti i ragazzi: a quelli che hanno avuto l'opportunità di crescere in contesti familiari, che ne hanno favorito uno sviluppo affettivo funzionale, e a quelli che non

hanno avuto quest'opportunità e la devono costruire da capo; ai ragazzi interessati al tema e a quelli che pensano di non esserlo; ai ragazzi culturalmente impegnati e a quelli che non lo sono; ai ragazzi che hanno Fede e a quelli che non l'hanno.

Affronto l'esperienza umana di tutti, anche parlando delle dimensioni morale e spirituale dell'affettività e della sessualità, in quanto dimensioni universali dell'essere umano (Cervi, 2026). Accenno soltanto [►3.3], che per chi ha Fede si apre un tratto di strada ulteriore da percorrere, perché la Fede riassume l'avventura umana in una sola parola: *Amore*[10]. «Alla sera della vita – scriveva san Giovanni della Croce – saremo giudicati sull'*amore*»[11].

Per ogni passaggio di crescita ho elencato le abilità da acquisire, proprio perché ciascuno, sulla base delle proprie capacità e difficoltà, possa concentrarsi sugli aspetti che richiedono un impegno specifico.

Contestualmente la proposta è rivolta anche agli adulti: ai genitori, perché sono l'alveo naturale della maturazione affettiva dei ragazzi; ai docenti, perché la scuola dispone di competenze formative e didattiche strutturate, che le famiglie non hanno; agli educatori, perché tutti i luoghi educativi costituiscono occasioni essenziali di relazione; al mondo sanitario, perché in caso di difficoltà medici e psicoterapeuti dispongono di strumenti di intervento non sostituibili.

NOTE GRAFICHE E REDAZIONALI

Troverete due tipi di note, che rimandano a tre indici. Le note tra parentesi interne al testo rimandano alla *Bibliografia scientifica*. Le note di chiusura, in cui è segnalato il nome dell'autore, rimandano all'*Indice delle opere, dei documenti e della videografia* oppure all'*Indice delle opere letterarie*; quelle in cui è segnalato solo il titolo rimandano dell'opera all'*Indice delle opere, dei documenti e della videografia.*

Le interviste sono segnalate col nome dell'intervistato (il nome dell'intervistatore compare nell'*Indice delle opere, dei documenti e della videografia*).

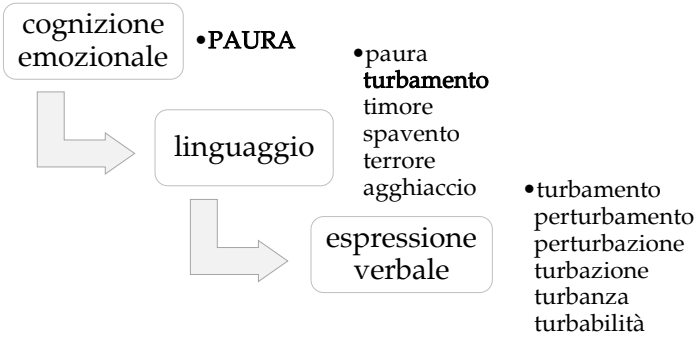
Negli Indici ho indicato due date per le opere che richiedono una contestualizzazione storica: la data relativa alla stesura o prima pubblicazione e quella relativa dell'edizione, a cui faccio riferimento.

Perché i ragazzi acquisiscano gli strumenti di pensiero, con cui conoscere se stessi e la propria realtà interna, imparando a seguire il proprio processo maturativo in modo consapevole, ho indicato in *corsivo* la concettualità emozionale in forma sostantivale, analizzata dettagliatamente nei volumi specifici: (Cervi, 2022a) (Cervi, 2022b) (Cervi, 2022c) (Cervi, 2023). Il significato che attribuisco ai singoli termini è quello delineato nell'orizzonte della mia ricerca (Cervi, 2026), come ad esempio la differenza tra *gioia* e *felicità* (Cervi, 2022a).

In relazione alla dinamica emozionale, che nel mio modello costituisce la logica della coscienza e ha sempre un nucleo cognitivo di tipo valutativo, indico in MAIUSCOLETTO la valutazione emozionale di natura cognitiva, che è sottesa a ogni categoria emozionale, che invece ha natura linguistica. Ad esempio la PAURA è la valutazione negativa della realtà rispetto al parametro della sicurezza, che è ugualmente sottesa alle categorie: *paura*, *turbamento*, *timore*, *spavento*, *terrore*, *agghiaccio* ecc.

Solitamente chiamiamo queste ultime 'emozioni', ma in realtà sono categorie cerebrali o intellettuali relative ai modi diversi di fare esperienza corporea e concreta della medesima valutazione emozionale.

Ogni valutazione emozionale come la PAURA viene articolata diversamente dai singoli codici linguistici in una serie di categorie, ciascuna delle quali ha una propria espressività lessicale in forma sostantivale, verbale, aggettivale e avverbiale. Ad esempio in italiano la categoria *turbamento* viene espressa in forma sostantivale da *perturbamento*, *perturbazione*, *turbazione*, *turbanza* e *turbabilità*. In sintesi la PAURA è nel corpo; il *turbamento* è nella testa; il *perturbamento* o la *turbanza* sono nella lingua.



Per ragionare d'*amore* – direbbe Dante – oggi è anche necessario inventare parole nuove, perché quelle che abbiamo a disposizione non sempre sono sufficienti. In quest'ottica ho solo iniziato a introdurre nuovi termini come 'corpanima', 'romanticità', 'paradisicità', 'danneggiatore', 'intossicatore' ecc.

Indico con il simbolo [►] i rimandi interni all'opera.

Numero i capitoli nel contesto dei quattro volumi dell'opera, dove il presente è dedicato alle conoscenze necessarie allo sviluppo affettivo nell'adolescenza:

Vol. 1	*L'amore spiegato agli adolescenti*	**Conoscenze** Cap. 1-2
Vol. 2	*L'amore spiegato agli adolescenti*	**Competenze** Cap. 3-4
Vol. 3	*L'amore spiegato agli adolescenti*	**Prevenzione** Cap. 5-6
Vol. 4	*L'amore spiegato agli adolescenti*	**Sessualità** Cap. 7

Tutte le tematiche trattate nell'opera hanno un corrispettivo educativo per i ragazzi, uno formativo per i genitori, e costituiscono il contenuto di servizi per l'Educazione affettiva destinati a scuole, realtà educative e centri di supporto alla famiglia[12].