Introduzione

L'*amore* non è una questione sdolcinata, fiabesca e marginale rispetto ai grandi temi sociali, politici, economici, ecologici, bellici, che stringono in una morsa il mondo di oggi. L'*amore* è il modo di ragionare, che ne costituisce la chiave risolutiva, sebbene negli ultimi 2milacinquecento anni della nostra storia ne abbiamo perse le tracce. L'*amore* è l'asse portante di una vita umana; l'*amore* è la questione che decide di una civiltà (Cervi, 2021).

Con la progressiva erosione della ragione, a loro volta i sistemi scolastici si sono strutturati per formare menti brillanti[1], ma con quale esito? Mezzo secolo di decrescita dello stesso QI; un clima relazionale insano negli ambienti del vivere quotidiano; un'affettività liquida; la fragilità affettiva dei ragazzi; una sessualità ferita e non ultima l'incapacità di leggere con chiarezza il punto di svolta delle grandi questioni attuali a cominciare dalla pace.

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 bersaglio digitale, mediatico e culturale di un disorientamento informativo costante e capillare e hanno quindi maturato la lucidità necessaria per sentirsi smarriti. Agli adulti chiedono un confronto aperto, coraggioso, autentico, libero e scientificamente informato sull'*amore*. Lo confermano la Psicologia[2], la Psicoterapia[3] e la Letteratura[4].

Seme delle più grandi realizzazioni; la più splendida delle avventure umane; il maggiore dei traguardi di una vita, l'*amore* è però un'arte da imparare. Ad amare si impara ogni giorno e per tutta la vita, e in ogni fase si affacciano aspetti nuovi e diversi, che possono essere fatti propri oppure persi.

Per questo proponiamo ai ragazzi un PerCorso di **Educazione all'amore**, in cui convergono tutti gli ambiti extracurricolari con cui oggi si prova a colmare un gap storico: **Educazione emozionale** (comprensiva di un'**Educazione ai sentimenti**), **Educazione socio-relazionale** o Educazione alle relazioni, **Educazione affettiva** o affettivo-romantica, **Educazione sessuale** (più ampia di un'Educazione alla salute sessuale e di un'Educazione sessuo-affettiva) ed **Educazione digitale**, a cui aggiungiamo un'**Educazione cognitivo-critica** e un'**Educazione linguistica**. Proponiamo un'Educazione all'*amore* avvalendoci del nostro patrimonio culturale, letterario, artistico e scientifico in dialogo con i curricoli scolastici della Scuola superiore, entro un quadro esplicativo unitario, in cui l'affettività non è una competenza tra le altre, ma la struttura portante di un'intera antropologia (Cervi, 2021).

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[5], WAS 2014[6] e UNESCO 2018-2024[7]. Infine nel 2025 sono state introdotte le Nuove Indicazioni Nazionali nell'orizzonte di una formazione integrale della persona.

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, 2022a).

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 del 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 cruciali 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 definitivamente alle relazioni con i pari; si stanno aprendo all'altro; si stanno interrogando su cosa ci sia di grande per cui valga la pena di spendere la vita, gli adulti perlopiù si ritirano in un silenzio accompagnato talvolta da *disagio*. Non ne affrontano il bisogno di amare, che non è un aspetto tra gli altri della crescita, ma il fulcro intorno al quale prenderà forma l'intera persona. Non ne ascoltano il silenzio carico di domande; non si assumono la responsabilità di dare risposte; non indicano una strada; non dicono che verrà il tempo delle scelte importanti, ma che bisogna prepararle; non dicono loro 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 l'asse portante della loro humanitas, 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 nostro avviso la Terra di Mezzo dell'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, farlo durare, come difendersi dalle sue contraffazioni.

Imparare ad amare, allora, è non 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: l'unica possibilità di salvarsi. «Quando l'universo vuole salvare un essere umano – diceva Lao-tzû ventisei secoli fa –, gli manda l'*amore*»[8].

E come s'impara l'*amore*?

«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; aiutarla nelle necessità ecc. Giorno dopo giorno quel ragazzo verrà educato alla stessa *dolcezza*, *tenerezza* e premura, che nel tempo diventeranno sue. Nel 2024 lo dimostrò su larga scala una riflessione dell'Institute for Family Studies della Virginia[9].

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; 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 da chi genera e rigenera ogni giorno. Proprio ai genitori chiede anche di rispondere a domande come: 'Che differenza c'è tra maschi e femmine?' o 'Come nascono i bambini?'. Dopo un periodo di cosiddetta latenza, che oggi è sempre più breve, la questione affettiva si riapre a partire dal secondo ciclo della scuola primaria (8-10 anni) e più incisivamente nel triennio della preadolescenza (11-13 anni). L'*amore* richiederà d'essere imparato anche nella prima maturità (20-25 anni), quando la vita sarà sessualmente adulta, ma affettivamente in via di maturazione, e poi fino all'età senile. Ad amare si impara tutta la vita e in questo volume ci concentriamo sull'adolescenza (14-20 anni).

La proposta di EstesaMente

Come una bussola non vi porta sulla cima di una montagna, ma vi dà il necessario orientamento per camminare nella direzione giusta, così questo libro vuole essere una bussola, perché possiate orientarvi nel vostro 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. Si caratterizza per:

- **Theory approach** | Fondarsi su un proprio modello teorico di riferimento (Cervi, 2021).
- 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 ecc.

- Essere dinamica: la persona è un sistema omeostatico, in termini organici, psichici e spirituali, in costante rapporto di adattamento con l'ambiente.
- Essere fase-specifica: considera i ragazzi nelle loro caratteristiche di sviluppo, maturazione e crescita.
- Essere antropologica: pone al centro i ragazzi con la loro capacità di libertà, cioè di fare scelte positive e consapevoli, sapendole motivare.
- **Science-based** | Avere un quadro di riferimento scientifico in relazione ai più recenti risultati di 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, 2021).
- **Competence-based** | Sviluppare tutte le life-skill, emotional-skill, social-skill e love-skill fase-specifiche, prevedendo per ciascuna una linea di sviluppo.
- Favorire la 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 la struttura culturale e curricolare 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, psicologi, 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

L'*amore* è il più grande orizzonte della vita: i tre volumi de *L'amore spiegato agli adolescenti* vi forniscono gli strumenti razionali, emozionali, relazionali, informativi e culturali per potervi accedere, ponendo le basi perché nel prosieguo della vostra maturazione affettiva, possa poi venire pienamente accolto e vissuto. L'*amore* è possibile, ma ha una sua grammatica o una sua ecologia, che richiedono impegno, progressiva maturazione, talvolta anche un cambiamento di sé, che è tanto più faticoso, quanto più l'*amore* è stato esperienzialmente estraneo.

I tre volumi articolano il PerCorso in sei passaggi: *Fatti per amare*, *Cosa l'amore è*, *Preparare l'amore*, *Crescere nell'amore*, *Non crescere nell'amore*, *Cosa l'amore non è*.

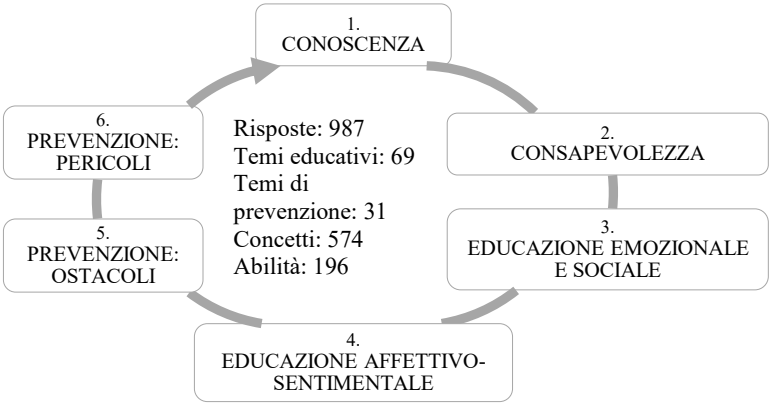
Col primo volume acquisirete le **conoscenze** necessarie a collocare la vostra maturazione affettiva nel contesto vivo dell'ambiente in cui state crescendo: un contesto orizzontale [►*Fatti per amare*]. Inoltre costruirete una **consapevolezza** dei passaggi dell'intera crescita affettivo-sessuale, solo alcuni dei quali possono

essere fatti propri durante l'adolescenza: il contesto verticale [►*Cosa l'amore è*].

Col secondo volume vi addentrerete nella conoscenza di voi stessi attraverso una sorta di screening di tutti gli aspetti della vostra persona, in particolare quelli riguardanti lo **sviluppo emozionale, relazionale** e **sessuale**, per chiarirvi su quali avete più bisogno di un'attenzione e di una *cura* specifici [►*Preparare l'amore*]. Inoltre vi focalizzerete sul vostro **sviluppo affettivo-sentimentale**, comprendendone l'esperienza e curando gli aspetti che suggeriscono una necessaria maturazione [►*Crescere nell'amore*].

Col terzo volume considererete gli **ostacoli** di una crescita affettiva e sessuale sana [►*Non crescere nell'amore*]. Infine è essenziale, che impariate a conoscere i **pericoli** affettivi e sessuali e le relazioni malate in cui potreste incorrere, e il modo per riconoscerle e affrontarle [►*Cosa l'amore non è*].

Complessivamente troverete risposta a 987 vostre domande, affronterete 69 temi educativi e 31 di prevenzione, chiarirete 574 concetti, acquisirete 196 abilità e vi confronterete con i grandi autori, che hanno lasciato le proprie orme sul medesimo cammino.



Per imparare ad amare avete bisogno di tre cose: la prima è una strada da percorrere – l'abbiamo articolata nel PerCorso –; la seconda è non rimanere soli lungo la strada – a cui rimandano le proposte formative di EstesaMente[10] –; la terza sono grandi maestri a cui

guardare – li incontrerete nel PerCorso –. E come per scolpire un'opera d'arte c'è bisogno di attrezzi diversi (a percussione e abrasivi), così per tirare fuori il capolavoro di un io-capace-di-amare utilizzeremo 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 noi utilizzeremo strumenti razionali ed emozionali in sequenza.

Ogni passaggio maturativo apre possibilità didattiche pressoché illimitate a seconda degli obiettivi educativi, formativi, informativi, cognitivi, emozionali, relazionali-sociali, relazionali-affettivi, critici e culturali, 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 competenze.
- **Letture** | Approfondimenti culturali su cui riflettere.
- **Immagini** | Approfondimenti artistici o video su cui riflettere.
- **Approfondimenti scientifici** | Riferimenti scientifici su cui riflettere.
- **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 maturativo della preadolescenza (10-13 anni), la proposta è rivolta alla prima adolescenza (14-15 anni) e alla seconda adolescenza (16-18 anni), in vista della giovane età adulta (19-24 anni).

10-13 anni	Secondaria I grado	*Early adolescence*	Preadolescenza Prima adolescenza
14-15 anni	Biennio Superiore	*Middle adolescence*	Seconda adolescenza
16-19 anni	Triennio Superiore	*Late adolescence*	Tarda adolescenza
20-25 anni	Università	*Young adulthood*	Giovane età adulta

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. Per ogni passaggio di crescita abbiamo elencato le abilità acquisibili, proprio perché ciascuno di voi 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, che sono l'alveo naturale della vostra maturazione affettiva; ai docenti, perché la scuola dispone di competenze formative e didattiche strutturate; agli educatori, perché tutti i luoghi educativi costituiscono occasioni essenziali di relazione.

NOTE GRAFICHE E REDAZIONALI

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

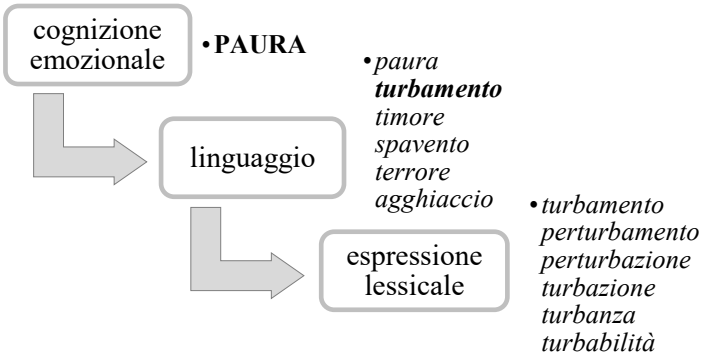
Le interviste sono segnalate col nome dell'intervistato (il nome dell'intervistatore compare nell'*Indice delle opere e dei documenti*).

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

Perché i ragazzi acquisiscano gli strumenti di pensiero, con cui conoscere se stessi e la propria realtà interna imparando a seguire consapevolmente il proprio processo maturativo, abbiamo indicato in *corsivo* la concettualità emozionale in forma sostantivale, analizzata dettagliatamente nei volumi ad essa specificamente dedicati: (Cervi, 2022a) (Cervi, 2022b) (Cervi, 2022c) (Cervi, 2023). Il significato che attribuiamo ai singoli termini è quello delineato nell'orizzonte della

nostra ricerca (Cervi, 2021), come ad esempio la differenza tra *gioia* e *felicità* (Cervi, 2022a).

Indichiamo in MAIUSCOLETTO la valutazione emozionale di natura cognitiva, sottesa a ogni categorialità linguistica. Ad esempio PAURA è la valutazione negativa della realtà rispetto al parametro della sicurezza (Cervi, 2021). Indichiamo in *corsivo* l'articolazione categoriale della valutazione cognitiva, che ha natura linguistica. Ad esempio *paura* è una delle articolazioni categoriali in italiano della PAURA, insieme a *turbamento*, *timore*, *spavento*, *terrore*, *agghiaccio* ecc. A sua volta ogni categoria ha una propria articolazione lessicale in forma sostantivale, verbale, aggettivale e avverbiale. Ad esempio la categoria *turbamento* in italiano viene espressa in forma sostantivale da *perturbamento*, *perturbazione*, *turbazione*, *turbanza*, *turbabilità*.



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

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

Numeriamo i capitoli nel contesto dei tre 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

Tutte le tematiche trattate nell'opera hanno un corrispettivo educativo per i ragazzi e formativo per i genitori, inoltre costituiscono oggetto di servizi per l'Educazione affettiva destinati a scuole, realtà educative e centri di supporto alla famiglia[11].