

INDICE

Introduzione	11
I. <i>La crisi dentro di sé, la crisi attorno a sé</i>	13
La crisi, il tempo del cambiamento	13
Il cambiamento, da ieri a oggi	14
Un mondo in crisi, che si aggrappa alle sue credenze...	15
Ingannevoli emozioni	17
Esagerare le proprie differenze per esistere	19
Avere fiducia, nonostante tutto	20
In ogni crisi c'è qualcosa di positivo e qualcosa di negativo	22
La vita non è mai statica	24
II. <i>Il pessimismo e i suoi effetti</i>	27
Il morale sotto i tacchi	27
Perché tanto sconforto?	28
Un pessimismo che viene da lontano...	29
Davvero il progresso sociale è al capolinea?	30
Quando non si va avanti, si indietreggia comunque?	32
Rifuggire la felicità per paura che essa sfugga	33
Come proteggersi dal pessimismo?	34
Adolescenti e genitori, sottomessi ai propri umori	35
Placare la paura dentro di sé	36
Profezie che si auto-realizzano	38
III. <i>Diventare adulti</i>	39
Il primo giorno della mia vita di adulto	39

Come i nostri genitori sono diventati adulti	40
Fare delle nostre emozioni una forza	41
Maggiore flessibilità per minori conflitti	43
Adulto, ma non al 100%	43
Un arrivo delicato per natura	45
Come gli adolescenti vedono gli adulti...	46
Sappiamo infondere la voglia di essere adulti?	48
Preparare il figlio a diventare adulto	49
IV. <i>Una separazione impossibile?</i>	51
Un percorso contrastato verso l'autonomia	51
Una relazione piena d'amore... e di rivalità	53
In caso di dipendenza prolungata	55
Quando le emozioni confondono le scelte dell'adolescente	56
Ritorno al passato	58
Un contesto genitoriale che dà fiducia	60
Scegliere le regole che fanno crescere	62
V. <i>Genitori in crisi</i>	67
Una legittimità intaccata	67
Cercasi rassicurazione disperatamente	69
Sensibili alla sofferenza dei giovani	70
Genitori che si fanno del male in coppia	71
Un messaggio per la futura vita di coppia del giovane	73
A che pro diventare adulti?	73
VI. <i>Il ruolo della scuola e del sapere</i>	75
La scuola, una costrizione più che una libertà	75
La concorrenza del digitale	76
Ridare al sapere il ruolo che merita	77
Viva i rituali!	78
Rimandare un piacere per poter apprendere	80
Come coltivare il gusto della fatica?	82
Il posto dell'errore	83
La cultura dell'adolescente e la nostra	85
Stabilire le istruzioni per l'uso dei dispositivi digitali	86

La temporalità del sapere «Che cosa vuoi fare, dopo?»	87 88
VII. <i>I primi passi del giovane adulto</i>	91
Contrassegnare le tappe simboliche	91
I suoi punti di forza, i suoi punti deboli	92
«Che cosa voglio veramente?»	93
Confrontarsi con la realtà	94
Un piano A, un piano B	96
Un sistema ingiusto, tra gli indirizzi ‘nobili’ e gli altri	97
Il diritto all’errore di rotta	99
Un mondo del lavoro precario	100
Crescere lontano dalla famiglia	101
VIII. <i>Il lavoro: parlarne o non parlarne?</i>	105
Il lavoro dei genitori	105
Quando il lavoro prende troppo spazio	107
In caso di preoccupazione professionale	108
IX. <i>Come accompagnare il proprio ragazzo?</i>	111
Parlare di denaro	111
Il posto dei nonni	112
Quali sono le sue priorità (e le nostre)?	113
Quando il divario culturale complica il dialogo	114
Lui/lei ama un po’ troppo le serate alcoliche	116
Prevenire i rischi senza catastrofismi	118
Non fa progressi, ripete, va a tentoni di primo anno in primo anno	119
Quando intervenire?	121
X. <i>Il dovere di sperare</i>	123
«Ah, se il mondo fosse diverso...»	123
Bisogna crederci, anche se il futuro non sarà (solo) roseo?	125
Il dovere del piacere, un imperativo paradossale	125
Schierarsi dalla parte della vita	126
Coltivare il gusto di vivere	127