
ADOLESCENTI

Bambini di ieri, giovani di domani



L'adolescenza è una delle fasi della vita più difficili da affrontare, in quanto soggetta a radicali modifiche psicofisiche e caratterizzata da un forte bisogno di conoscersi e di dare un senso alla propria esistenza. I figli in questo periodo iniziano ad abbandonare il regno dell'infanzia dove i genitori erano i regnanti assoluti, figure uniche di riferimento, portatori di una verità indiscutibile, per incamminarsi lungo un percorso, la cui meta è ancora sconosciuta ma allo stesso tempo fortemente desiderata. Il passaggio da bambino ad adolescente ha come obiettivo quello della costruzione di una nuova identità che deve fare i conti con lo sviluppo fisico e sessuale, confrontarsi con il bisogno di individuarsi, di scoprirsi e di definire nuove relazioni con il gruppo dei pari.

L'adolescenza comporta un percorso complesso e difficile di scoperta di sé.

Photo: W. Daigneault

Pur scalpitando in ogni modo per allontanarsi dai genitori, l'adolescente ha ancora bisogno della loro guida, essi si trasformano da figure accudenti dell'infanzia, grazie a cui il bambino dava un senso alla realtà

tramite gli occhi degli adulti, a pilastri di sostegno e di contenimento nei momenti di crisi, áncore di salvezza a cui appigliarsi quando gli urti della crescita diventano troppo forti, per poi riprendere il cammino da solo. I comportamenti provocatori dei figli adolescenti sono da leggere come richieste di sostegno e di ascolto che il genitore ha il dovere di comprendere per non farlo sentire solo e per monitorare il suo sviluppo.

Quando i genitori si sentono aggrediti o avvertono di essere meno importanti per il loro figlio significa che ha iniziato il percorso di scoperta di sé, ha bisogno di trovare nuovi significati alle verità che gli sono state trasmesse. Non si accontenta più del fatto che “lo ha detto mamma o papà” ma ha bisogno di verificare in prima persona il significato delle parole. Il re e la regina vengono spodestati dal trono per far sì che l'adolescente si emancipi da loro e scopra desideri antichi e nuovi che questa fase porta con sé. La trasformazione avviene sia sul piano fisico, mentale e relazionale, è veloce e non controllabile, alterna momenti in cui l'adolescente vorrebbe disfarsi dell'infanzia ad altri in cui ha bisogno di ritrovare le sicurezze del suo passato. Inizia a raccontare le prime bugie poiché, pur non volendo più mettere al corrente i genitori delle proprie scelte, non è ancora in grado di sostenerne il peso e la responsabilità. Il ruolo genitoriale in questa fase è cruciale, come acrobati devono punire la bugia in quanto tale ma non mortificarne il significato di emancipazione e di ricerca di sé. Punire non significa umiliare e terrorizzare un figlio ma trasmettergli il

messaggio educativo secondo cui è vietato adottare comportamenti distruttivi e allo stesso tempo fargli sentire che i genitori sono le persone che, senza spazientirsi e spaventarsi, conoscono le soluzioni più adatte a problemi che sembrano irrisolvibili.

“Pur scalpitando per allontanarsi dai genitori, l'adolescente ha ancora bisogno della loro guida.”

-DOTT. MARCO SALERNO

I pensieri dell'adolescente sono confusi, cambiano continuamente, sono un insieme di passato e di presente per costruire il futuro, il bisogno di esprimersi liberamente e di autonomia sono le linee guida che caratterizzano questa fase. Adolescenza fa rima con disobbedienza, il vocabolo usato più frequentemente è “no!”. Disobbedire, opporsi è un modo per mettere alla prova i nuovi valori che si esprimono nell'abbigliamento, negli amici, nella scuola, nella ricerca di un nuovo metro di valutazione diverso da quello dei propri genitori. Il compito genitoriale è difficile poiché il figlio vuole mettere alla prova la propria famiglia che ha bisogno di trovare un nuovo modo di comunicare e di ristabilire l'equilibrio senza ricorrere a prove di forza che esacerberebbero i conflitti in corso. Non è più possibile controllare il proprio figlio come quando era bambino, si deve iniziare a responsabilizzarlo, facendosi carico delle angosce che la maggiore libertà



I comportamenti provocatori dei figli adolescenti sono, spesso, richieste di sostegno agli adulti.

Photo: Alex Michael

concessa porta con sé. Spesso gli adolescenti fanno di tutto per nascondere le loro azioni ai genitori ma paradossalmente sperano che loro scoprano cosa sta accadendo. In questa fase la negoziazione di nuove regole è un tassello cruciale per creare un canale comunicativo ed educativo con l'adolescente, finalizzato a controllare e a contenere la disobbedienza, espressione del disappunto quando i genitori impediscono il processo di scoperta di sé. È doveroso distinguere la disobbedienza dall'opposizione fine a se stessa che ha come scopo solo quello di opporsi ai genitori e come afferma lo psicologo G.P. Charmet è piuttosto "una forma immatura di opposizione che denuncia più la dipendenza non risolta che la capacità di godersi le nuove forme di libertà di scelta". Il dialogo è l'unica via per tenere aperto un canale di contatto e di confronto con l'adolescente oppositivo e per capire quale sia il dolore e la rabbia sottostante a questo comportamento distruttivo.

Per entrare nel mondo dell'adolescente si deve abbandonare l'idea di credere di sapere cosa provi pur non avendo interagito con lui, un atto di presunzione genitoriale rischia di allontanarlo ancora di più. Una sana curiosità accompagnata da una capacità di osservazione attenta e silenziosa costituiscono il lasciapassare per affacciarsi alla vita di un figlio che sta attraversando questo mare in tempesta. I genitori diventano il paracadute di salvataggio quando i nuovi modelli non funzionano e lo potrebbero portare a percorrere sentieri rischiosi ma allo stesso tempo sono il termine di paragone per affermarli e per verificarne la validità. L'adolescente ha bisogno di opporsi alle regole familiari, ridurre la protezione e di organizzare la sua nuova identità confrontandosi con il mondo esterno. I genitori, sempre secondo G.P. Charmet, devono accompagnare il cambiamento del figlio pur sostenendo le regole familiari, disapprovare i gesti negativi ma allo stesso tempo aiutarlo a comprendere come si diventa liberi e autonomi senza farsi male e senza rovinare le relazioni familiari che costituiscono la sua base di riferimento.

L'adolescente in questo modo sente i genitori vicini emotivamente poiché sono in grado di comprendere la sua fatica di crescere pur redarguendolo quando è in pericolo, li percepisce solidi e affidabili anche quando si scontra con loro e pur allontanandosene sa che può fidarsi del loro giudizio quando ne avrà bisogno.

Il dottor Marco Salerno, nel suo ruolo di psicologo e psicoterapeuta, supporta la comunità scolastica del Campus Malpighi della Scuola Svizzera di Roma.

Per ulteriori informazioni: <https://dottmarcosalerno.com>