



## L'ADOLESCENTE: IN BILICO TRA DUE MONDI

di

*Antonio Buonaiuto*

Al giorno d'oggi lavorare in ambito minorile rappresenta un ruolo molto complesso, ricco di figure professionali e non, che ruotano intorno al minore, tutte con l'obiettivo sano e sincero di supportare, aiutare, indirizzare e guidare il soggetto verso una crescita e maturazione.

Come ben sappiamo, l'adolescente per sua natura è solitamente reticente ad aprirsi nei confronti del mondo adulto, pur consapevole del bisogno di aiuto e direzione e, per tale motivo, è importante che la famiglia e la scuola abbiano strumenti adatti a creare un dialogo con l'adolescente.

L'adolescenza viene spesso definita come l'età buia della vita di un essere umano, piena di contraddizioni, di ribellione, repulsione per le regole, ma in realtà nasconde in sé un patrimonio di inestimabile ricchezza, di passioni, voglia di scoprire, di misurarsi con nuove sfide e capacità di sognare in grande. Il passaggio dal mondo dell'infanzia al mondo più adulto, spesso, avviene con difficoltà e in alcuni casi, purtroppo, attraverso traumi, lavorando su sé stesso quotidianamente e incontrandosi/scontrandosi con gli adulti di riferimento e il gruppo dei pari nei diversi ambiti frequentati.

Come afferma lo stesso Kurt Lewin<sup>1</sup>, padre fondatore della psicologia sociale, l'adolescenza non può essere considerata «*un evento improvviso che separa due mondi sociali*», bensì un processo lungo e delicato, caratterizzato dalla risoluzione di importanti aspetti della personalità; qualora alcuni dei suddetti rimanesse inconcluso, darebbe adito a problemi di tipo intrapsichico, interpersonale o di inserimento sociale.

---

<sup>1</sup> Lewin K. (1948), *Il bambino dell'ambiente sociale*, La Nuova Italia, Firenze, 1967.

Non si è ancora adulti, ma non più bambini; si vuole crescere, si rifiutano le responsabilità, ma al contempo viene denunciato il loro diritto di essere visti: «*Non sono più un bambino, non puoi trattarmi ancora come tale*<sup>2</sup>» della propria identità infantile, crea nel ragazzo l'esigenza di identificarsi in qualcuno di diverso, per raggiungere una stabile immagine del sé adulto. Tale necessità rappresenta il principio cardine della cosiddetta crisi adolescenziale. Lasciando atteggiamenti e copioni tipici del mondo infantile, il ragazzo ormai cresciuto, è costretto e intenzionato a creare un nuovo equilibrio molto velocemente.

Crescere ed abbandonare le certezze e le zone di comfort crea stati d'animo di disagio, paure per gli imprevisti, salti nel vuoto ed instabilità. Kurt Lewin parla dell'adolescente come: «*qualcuno che si trova, improvvisamente in una situazione sconosciuta, non familiare...l'incertezza sarà tanto più grande quanto più l'individuo è stato, in precedenza, tenuto fuori e all'oscuro del mondo adulto*<sup>3</sup>». L'ingresso dell'adolescente nell'età adulta assume caratteri differenti a seconda della sua biografia, delle esperienze fatte in tenera età e delle conseguenze da esse pervenute.

Douglas C. Breunlin (Gambini P., 2007) sostiene che il passaggio dall'età infantile a quella adulta, avviene attraverso più stadi, caratterizzati da differenti modelli sociali e temporali. Pur dovendo crescere e maturare ed aspettandosi atteggiamenti più riflessivi, l'adolescente viene visto come scapestrato, incoerente, impulsivo; ma se pensiamo che questa rappresenta la fase ormonale più beffarda e catartica, risulta comprensibile che egli sia soggetto a cambi di umore improvvisi, atteggiamenti maturi e quasi contestualmente capricci da bambino.

L'adolescenza è generalmente considerata la fase della vita umana compresa tra i 12 e i 18 anni, all'interno della quale viene inclusa la pre-adolescenza (12-14). Oggi vengono riscontrati fenomeni comportamentali di tardo-adolescenti anche in età più avanzata (20-25 anni), ma solitamente, come sostiene anche Kenneth Keniston (Polmonari A., 2001), la psicologia classica distingue gli adolescenti (inferiori ai 18 anni) dai giovani adulti (superiori ai 18 anni).

---

<sup>2</sup> <http://www.prepos.it/TESI.htm> Buonaiuto A., "Lo stress da performance nell'adolescenza" 2011.

<sup>3</sup> Lewin K. (1948), *Il bambino dell'ambiente sociale*, La Nuova Italia, Firenze, 1967.

Si parla di tardo-adolescenti anche alla luce della realtà del nostro paese, dove spesso giovani adulti vivono ancora con i genitori, pur avendo una certa autonomia economica; questo a ragione del fatto che cultura e abitudini influenzano il processo di crescita e di autonomia.

Uno dei primi fattori manifestanti la crescita ed il passaggio all'età adulta è rappresentato dai cambiamenti del corpo che, in taluni casi, vanno a ritmi molto veloci rispetto alla crescita mentale ed emotiva e l'adolescente si trova spaesato, vivendo improvvisamente in un corpo che non riconosce.

Questo corpo fino ad allora scoperto per gradi e senza alcuna variante emotiva, provoca stati d'animo contrastanti e molto differenti da soggetto a soggetto, al punto tale dal non riconoscersi più. Il mutamento può provocare piacevole sorpresa o vergogna. Se l'adolescente davanti allo specchio si piacerà, troverà esaltante la trasformazione in Uomo/Donna, facendosene un vanto e sentendosi "gettonato" tra i suoi pari; di conseguenza la sua autostima raggiungerà picchi molto alti e si sentirà quasi invincibile.

Un approccio del tipo sopra descritto non avrà conseguenze per nulla allarmanti o difficili da gestire dall'individuo adolescente, bensì troverà maggiore certezza in sé stesso e in ciò che sta diventando. Può accedere che il suo bell'aspetto rappresenti un'arma a doppio taglio:

- Potrà accettarsi ed amarsi serenamente e non vivere episodi di solitudine o mancata accettazione dai pari;
- Potrà porsi in una posizione di superiorità rispetto ai suoi pari.

Se al contrario, non dovesse piacersi, non vivrà logicamente bene i cambiamenti del suo corpo, si sentirà goffo, inadeguato rispetto ai suoi pari, chiudendosi a riccio nella vergogna. Attuando questo meccanismo di negazione di sé, la sua autostima crollerà, il suo mondo non avrà più significato e il suo unico obiettivo sarà "*diventare invisibile*". Il senso d'inadeguatezza che scaturisce produrrà:

- La perdita di amore nei confronti di sé stesso;
- La paura di non essere accettato, di non essere conforme alle attese dei suoi genitori, del suo gruppo e del mondo adulto.

Naturalmente gli scenari sopra descritti rappresentano due esempi estremi, che esprimono solo una minima parte delle situazioni che un adolescente può vivere dentro di sé in questa fase di passaggio della sua vita. Stanley Hall (1904) nel suo trattato, intitolato “*Adolescence*” primo trattato sull’adolescenza, propone per la prima volta un’interpretazione generale del significato che questo periodo ha nella vita dell’uomo. L’adolescenza non viene rappresentata solo come trasformazione biologica, bensì un mutamento completo dell’intera personalità. Confrontando il mondo del bambino e quello dell’adolescente, analizza gli interessi su cui i due mondi pongono la propria attenzione:

*«Il bambino guarda al mondo esterno, agli eventi naturali e li riproduce nei suoi disegni del sole, del tramonto, dei paesaggi ed i fenomeni di cui è partecipe non hanno condizionamenti interni. L’adolescente si focalizza nel suo mondo, nella ricerca dello sviluppo di una sua vita più intima, dove emozioni prendono coscienza della propria esistenza ed i fenomeni che si presentano all’esterno, nel mondo circostante, sono lo specchio di ciò che avviene nel suo animo<sup>4</sup>».*

In accordo ad Erik Erikson<sup>5</sup>, l’adolescenza è il periodo durante il quale un individuo cerca di dare una risposta alla domanda: “*Chi sono?*” Tale domanda deve risuonare forte negli adulti, che spesso puntano il dito contro l’incapacità o la mancata volontà degli adolescenti di rispettare valori, sentimenti e senso del dovere; sono alla ricerca di sé stessi, persi nei meandri di un’identità stravolta e per questo bisognosi di essere supportati ed indirizzati. Positivo è l’incontro con il bel sentimento, l’amore, che irrompe senza preavviso, eccitando, ma destabilizzando i ritmi consueti, il tempo libero, le relazioni con famiglia e gruppo dei pari, alla ricerca della risposta al quesito sopra posto “*Chi sono?*”

L’adolescenza viene definita da Jeffrey Arnett come «*l’età dell’esplorazione dell’identità, che si configura come: età della possibilità; età dell’instabilità; età del “bilico”; età della libertà<sup>6</sup>*». Vivere in confusione, in bilico tra emozioni contrastanti rappresenta la realtà dell’adolescente alla continua ricerca di risposte ai suoi quesiti, attenzione, accettazione e non ultima, considerazione da chi lo contorna, nonostante il suo atteggiamento scostante.

<sup>4</sup> <http://www.prepos.it/TESI.htm> Buonaiuto A., Lo stress da Performance nell’Adolescenza, 2011.

<sup>5</sup> Palmonari A. “*Psicologia dell’adolescenza*”, Il Mulino, Bologna, 1993.

<sup>6</sup> Arnett J.J. “*Adolescence & Emerging Adulthood*”, Pearson Education, 2012.

Non è più un bambino, che ha superato la fase iniziale del “*perché?*” tipica dei primi anni di vita, ma non può più accettare risposte secche come “*si/no*”, che non prevedano una motivazione; ha bisogno di capire il perché di ciò che vive, necessita di risposte ai quesiti interiori e risposte motivate alle richieste rivolte all'esterno, ai suoi genitori ed educatori. Il silenzio che esterna, è in realtà una richiesta di dialogo, che assume un'accezione differente da quello avuta fino a quel momento con gli adulti di riferimento. La porta della sua camera, chiusa da lui stesso, in realtà aspetta che qualcuno busi per entrare nel suo mondo, che si curi di lui e che voglia sapere come realmente sta.

L'adolescente necessita di crearsi un luogo nel quale sentirsi al riparo, dove poter riflettere, vivere le sue paure, confrontarsi con la sua identità in evoluzione, sognare ad occhi aperti senza che un adulto infranga i suoi sogni prematuramente; sarà la vita a fargli comprendere ciò che potrà concretizzare e cosa resterà, invece, solo un sogno adolescenziale. La sua camera rappresenta quel rifugio e deve essere rispettato. In quella camera sta cercando di pianificare il suo futuro.

Giudizio e proibizione non vengono vissuti serenamente, così come nuove responsabilità provocano spesso paura di non essere all'altezza, il ragazzo comprende che ad ogni azione corrisponde una conseguenza ed una persona cui essere accomunabile. Il timore di non farcela spesso rende l'adolescente inerte, incapace di muoversi e accettare la sfida, correndo il rischio di essere etichettato come un buono a nulla.

Tanti sono i quesiti che si susseguono nella sua mente, primo fra tutti che tipo di adulto essere, valuta la sua indipendenza, la ricerca ma la teme anche un po' e per questo cerca in maniera velata il supporto genitoriale. Le sue risorse sono divise tra il presente e il progettare il suo futuro. Davanti a sé ha una grande impresa:

- Accettare il proprio corpo;
- Accettare il proprio sesso;
- Stabilire nuove relazioni e più mature con il gruppo dei pari;
- Prepararsi ad una professione per l'autonomia futura;
- Sviluppare nuove abilità intellettuali;
- Prepararsi ad una stabile vita di coppia ed alla creazione del suo nucleo familiare;

- Raggiungere un sufficiente livello di autonomia affettiva dai genitori, pur rimanendo pilastri stabili nella sua vita;
- Prendere coscienza di sé e delle proprie inclinazioni e valori dell'ambiente in cui è cresciuto;
- Riconsiderare i modelli e i valori ricevuti dall'educazione genitoriale, in modo da stilare una sua tesi, tracciare un suo percorso per arrivare all'adulthood.

Lo psicologo Jeffrey Arnett evidenzia però anche due aspetti positivi e vitali: Possibilità e Libertà.

Affacciarsi ad una nuova fase della vita comporta dubbi, tante scelte da prendere, mettendo in conto che potrà fare scelte giuste e anche sbagliare. Comprendere che sbagliare non significa fallire e non pregiudica nulla, è di vitale importanza. La realtà che ad ogni azione esiste una relativa conseguenza non deve bloccarlo dal fare delle scelte che potrebbero essere sbagliate; esiste sempre, come nel calcolo numerico, un margine di errore entro il quale può muoversi e scegliere una delle possibilità che la vita gli offre e soprattutto c'è la possibilità di tornare indietro. In questa fase sarà per lui cruciale decidere su quali valori fondare la sua esistenza, scegliendo i valori ricevuti in eredità dai genitori e/o trovarne di altri. È un processo delicato, complicato ma ha una straordinaria bellezza, che il ragazzo deve scoprire e, attraverso di esso, giungerà alla scoperta della sua identità.

Altro aspetto di vitale importanza è la ricerca del suo ruolo sociale, di una professione, la necessità di appartenenza ad un gruppo; improvvisamente le cose da bambino vengono lasciate in un angolo, l'adolescente avrà bisogno dei suoi spazi per trovare un nuovo ruolo nella società, ma al contempo dipende ancora dal nucleo genitoriale. Il gruppo dei pari assume la dimensione ideale per lui, attirato da nuovi interessi extra scolastici, che lo portano a voler trascorrere più tempo fuori casa. Le amicizie diventano la sua nuova famiglia ed attraverso di esse, taglia definitivamente il cordone ombelicale con la famiglia. Gli amici diventano il fulcro della sua vita e, soprattutto nella fase iniziale del suo cammino, i valori sono comuni, si tende a seguire la massa per il bisogno di appartenenza ad una comunità più ampia di quella di casa propria.

L'adolescente necessita di scoprire una nuova dimensione, rivestire un ruolo attivo e fondamentale nella realtà circostante, nel suo gruppo di amicizie nelle quali investe tante energie e tempo. Il rapporto amicale costituisce il fulcro di tali gruppi; talvolta può accadere che il livello d'intensità dell'amicizia tra due componenti del gruppo può avere effetti sull'equilibrio del gruppo stesso.

Ad esempio, un'amicizia troppo intima metterà in crisi il gruppo, minacciandolo di sciogliersi perchè gli altri componenti potrebbero sentirsi esclusi. In realtà, l'esperienza del gruppo dei pari può anche avere una matrice di natura diversa, ossia può risultare un espediente per conservare la memoria dell'intimità familiare, all'interno di una dimensione di maggiore appartenenza per il ragazzo, dove spera di trovare maggiore intesa, comprensione e dove sentirsi a suo agio. Gli amici rappresentano la nuova famiglia.

L'adolescente soffre nello staccarsi dalla famiglia, ma d'altro canto si sente costretto, perché necessita di trovare riscontro in un contesto che gli assomigli e nel quale potersi rispecchiare. La chiave attraverso la quale tale processo ha inizio è il Divertimento. L'adolescente assume un linguaggio semplice, spesso banale attraverso il quale relazionarsi con i suoi pari, al fine di avere conversazioni leggere e divertirsi. Esistono dei riti d'iniziazione per entrare a far parte di uno specifico gruppo e diventarne membro:

- Sapersi divertire;
- Essere simpatici;
- Essere sinceri;
- Aver rispetto della parola data;
- Mostrare fedeltà al gruppo.

L'adolescente ora crea una serie di nuove regole, non più impostegli dalla sfera familiare. Nella fase iniziale si delineano gruppi specifici di maschi e femmine, sarà quindi normale per il maschio cercare l'amicizia di altri maschi e per le femmine altrettanto. All'interno del gruppo dei pari possiamo distinguere due generi di gruppi:

1. **Gruppi formali:** si formano facendo riferimento ad attività di tipo sportivo, scolastico, religioso, laddove il ragazzo non sceglie gli altri componenti
2. **Gruppi informali:** nascono dalla spontanea volontà di stare insieme e condividere del tempo libero, divertimento.

Ogni gruppo ha una sua storia ed un suo target, ciò vuol dire che chi cambia spesso gruppo manifesta una continua evoluzione dentro di sé, che va a ricercare la propria manifestazione attraverso il contatto con diversi ambienti e persone. Inoltre, avere un ruolo ben definito all'interno del gruppo stesso aiuta a rassicurare le proprie certezze in termini di accettazione e senso di appartenenza.

### **La scuola: il valore dell'azione educativa**

Gli adolescenti trascorrono la maggior parte del loro tempo nel contesto scuola e quotidianamente si trovano a scontrarsi con impegni e aspettative da parte di docenti e famiglia, che possono causare stress. Sperimentano, inoltre, il passaggio dalle scuole elementari alle medie fino alle superiori, che possono provocare ansia e destabilizzazione. Molti studenti sono sottoposti a pressioni di tipo accademico per soddisfare e gratificare i propri genitori, insegnanti e la società che contribuisce a creare un gap tra sé e gli studenti. La scuola rappresenta il secondo contesto, dopo la famiglia, ad avere un impatto sulla vita del ragazzo sin dai primi anni della sua vita. Oltre ad avere una funzione didattica, assume rilevanza nella sfera educativa.

La società ha dato alla scuola una funzione preponderante nello sviluppo evolutivo del ragazzo, che affronta le prime sfide nell'esperienza del condividere costantemente gran parte del suo tempo nello stesso luogo e con persone che non ha scelto, infatti, proprio qui vengono a delinearsi i primi gruppi formali e le prime sfide nel campo dello studio. La scuola risulta ancora e soprattutto oggi un campo di formazione, sperimentazione e di scoperte in ambito evolutivo e racchiude in sé i principi cardine di quella che è stata l'istruzione dei padri fondatori dagli albori nelle società greca e romana fino ai giorni nostri. Come per ogni tipologia di relazione tra due o più persone, anche nell'ambito didattico è fondamentale creare un clima di comunicazione efficace, dotata di ascolto attivo da entrambe le parti, interazione, conoscenza della materia da insegnare, passione, chiarezza e conoscenza del destinatario, al fine di identificare la miglior strategia comunicativa ed applicarla.

La scuola rappresenta lo specchio della nostra società, in continua evoluzione, ambiente ospitante realtà differenti, di fragili identità e rapporti che necessitano di trovare in essa un punto di riferimento, una linea guida e anche un rifugio in taluni casi.



Oggi, insegnare assume sempre più un'accezione complessa, ricca di tanti significati che si spostano da quello prettamente didattico, dovendo tener presenti quelli che sono alcuni dei bisogni fondamentali di un individuo, come responsabilità, solidarietà, iniziativa, coerenza e rispetto reciproco.

Insegnare significa: Educare; istruire; formare; responsabilizzare; rispettare; amare. Ogni docente ha il dovere di formare e valorizzare ogni alunno, considerandolo come un individuo singolo, con attitudini e anche bisogni specifici, che devono essere contemplati e su cui costruire la relazione Docente-Discente, oltre al metodo di insegnamento. Il ruolo del docente oggi va oltre l'elargire informazioni, il suo compito è formare giovani vite, che non sono più spettatori e recettori passivi di informazioni, bensì parte integrante di un sistema organizzato di comunicazione, assumendo un ruolo attivo all'interno del suo processo di apprendimento.

Si può affermare che oggi Insegnamento-Apprendimento avvengano in maniera molto simultanea, attraverso l'utilizzo di metodologie interattive, che portano il discente ad essere parte integrante della fruizione del sapere, quindi mittente oltre che ricevente. Riuscire a stabilire un contatto con l'alunno rappresenta il punto di partenza per un metodo di insegnamento di successo, perché la creazione di una relazione pone le basi di una comunicazione tra le due parti, che, seppur poste su due livelli differenti, hanno entrambe diritto/necessità di essere ascoltate e comprese. Il docente, dunque, ha la responsabilità, non solo, di far apprendere, ma, soprattutto, di sviluppare e promuovere nei ragazzi relazioni significative, insieme ad abilità e conoscenze essenziali, perché possano contribuire al miglioramento di sé stessi e degli ambienti vitali.

Risulta chiaro, quindi, che un buon insegnante, oggi, è colui che sa coniugare attività di progettazione, programmazione, valutazione con attività di motivazione, animazione, gratificazione degli alunni e di gestione della classe; pertanto, il modo di presentare l'argomento, l'uso dei linguaggi verbali e non verbali, l'impiego dei media tecnologici, il tipo di lavoro da assegnare agli alunni, l'utilizzo delle dinamiche di gruppo attivate nella classe diventano degli espedienti importantissimi per conseguire dei buoni risultati di apprendimento.

È necessario sostenere che colui che insegna non deve avere modelli fissi cui ispirarsi, ma deve possedere un metodo duttile da adattare alle esigenze formative dei singoli studenti e alle particolari capacità, in modo tale da guidarli verso un apprendimento autonomo, scopo principale dell'attività di insegnamento.

Un docente deve sempre tener a mente che è per i suoi studenti un modello, oltre che educativo, di riferimento e attraverso il quale lo studente imparerà a conoscere, apprezzare ed amare il sapere, se riuscirà a guadagnare la sua fiducia, soprattutto quando quest'ultimo si affaccerà alla fase adolescenziale, durante la quale avrà luogo un importante cambiamento interiore e nelle relazioni esterne con i pari e con gli adulti. Alcuni degli obiettivi della scuola si concretizzano nei seguenti:

- Favorire la conoscenza dell'ambiente, la socializzazione, la collaborazione tra studenti;
- Proporre metodi d'insegnamento e di apprendimento specifici per i singoli bisogni;
- Riconoscere i punti di forza dello studente;
- Elaborare tutti e sviluppare capacità di Problem solving;
- Creare un dialogo costruttivo tra studente e docente;
- Creare una rete dialogica tra studente-Famiglia-Scuola e, presenti, medici o specialisti, quali psicologi, educatori, tutor.

### **La famiglia: il valore della comunicazione funzionale**

Durante questa fase del processo di crescita, oltre la scuola, anche la famiglia ha il dovere e la responsabilità di rivedere, ridefinire e ridare significato alla relazione che l'adolescente ha costruito con i propri genitori. In modo bidirezionale i rapporti vengono ridefiniti, consapevoli entrambe le parti, genitori – figli, dei cambiamenti che stanno avendo luogo. La famiglia, sistema centrale, è soggetta a forti cambiamenti che, per l'appunto, coinvolgono ogni singolo membro, cercando di risolvere due conflitti basilari:

- Autonomia/Dipendenza;
- Cura/Controllo.

La famiglia costituisce l'ambito per eccellenza in cui sono stati costruiti i modelli identificativi, nell'infanzia e fanciullezza e rispetto ai quali, nell'adolescenza, il giovane deve opporsi, separarsi al fine di definirsi. L'Adolescente sente il bisogno di allontanarsi, innescando un processo di separazione dalla famiglia e dagli affetti, prima considerati unici ed esclusivi nella sua vita. Sente la necessità di porre la sua attenzione su altro e inizia tale allontanamento attraverso un processo, come lo definisce Anna Freud, di disinvestimento affettivo degli oggetti primari, attraverso connotazioni negative, quali attacchi aggressivi, oppositività, apatia, narcisismo, investimento sui pari, svalutazione.

La figura genitoriale perde della sua idealizzazione, tipica dell'età dell'infanzia e acquista, in taluni casi, un ruolo antagonista, in altri di complice. L'identità infantile viene volontariamente abbandonata, ritrovandosi in una condizione di smarrimento iniziale, laddove i punti di riferimento vengono meno. Dall'altro lato anche il genitore viene travolto, di conseguenza, in un turbine di cambiamenti, vacillando nelle sue certezze. Si trova davanti un individuo in grado di pensare con logica e di vedere le conseguenze logiche di vari atteggiamenti.

La logica viene applicata non solo al proprio ragionamento, ma anche alle argomentazioni dei genitori. Questo è un motivo per cui l'adolescente è considerato "polemico", in realtà sta elaborando i suoi schemi mentali. Se i genitori comprendono questo, possono intrattenere conversazioni interessanti e significative con il proprio figlio; se invece non lo comprendono, può svilupparsi un rapporto conflittuale e l'adolescente deve andare altrove a cercare stimoli intellettuali.

A seguito di questa rapida crescita intellettuale e dell'acquisizione di nuove informazioni, l'adolescente spesso ritiene di essere più intelligente dei suoi genitori e, relativamente a certi ambiti, questo può essere vero. Nel genitore s'innescava la sindrome del nido vuoto, che comporta un sentimento di perdita, malinconia, senso di sconfitta. Può sperimentare una regressione, con la riattivazione dei propri conflitti adolescenziali, a volte identificandosi col proprio figlio attraverso proiezioni, invidia, senso di colpa. Il genitore ha la necessità di ridefinire la propria identità genitoriale e di coppia, prendendo in considerazione stili educativi differenti da quelli finora adottati e ponendo attenzione su atteggiamenti di chiusura e apertura.

Secondo Pietropoli Charmet (2000) i “*nuovi adolescenti*” affrontano con maggiore difficoltà la separazione dai genitori, perché nelle famiglie di oggi i ruoli sono meno definiti ed è più faticoso, sul piano emotivo, opporsi a genitori sempre comprensivi e premurosi. La famiglia ha assunto nel corso degli ultimi decenni forti cambiamenti nel suo seno, la famiglia patriarcale, laddove il padre assume una figura autoritaria e di sostentamento, mentre la madre a casa quella educativa, è venuta scemando, lasciando il posto a ruoli padre/madre sempre più eterogenei e intercambiabili e, in alcuni casi, la stabilità familiare viene meno soprattutto in famiglie disfunzionali. Gli adolescenti possono raggiungere la piena maturità e portare a termine il processo di individuazione solo se possono affrontare i compiti evolutivi uno alla volta. Nel caso in cui l'adolescente sia costretto ad affrontare diversi problemi insieme, soprattutto difficoltà nelle relazioni familiari, il rischio è che si lasci sopraffare da questi e sviluppi sintomi trasgressivi o disturbi psicologici. I genitori di famiglie problematiche si oppongono al cambiamento dei figli, interferendo sul loro funzionamento autonomo attraverso forze modellatrici.

Le famiglie che non riescono ad accettare i cambiamenti dei propri figli, inviano segnali negativi di totale squalifica, svalutazione, totale indifferenza e rifiuto o induzione di confusione. È proprio in tale situazione che l'adolescente perfezionista sperimenta ancora più solitudine. Qualsiasi cosa farà, non sarà mai all'altezza delle aspettative dei genitori, al punto da non ricevere apprezzamento, gratificazione e riconoscimento da parte loro e, non riuscendo ad auto-gratificarsi, finirà per definirsi una nullità, un completo fallimento.

Le famiglie tipiche di qualche decennio fa hanno un loro punto di forza nello stabilire e infondere norme, valori e regole del contesto di appartenenza. Si promuove il rispetto per i ruoli, la figura genitoriale è di tipo autoritario/autorevole, l'obbedienza è garantita; ma spesso non c'è dialogo, molti argomenti sono un tabù, in particolar modo quelli legati alla sfera emotivo-sessuale, che nella fase adolescenziale acquisiscono una posizione cruciale, proprio perché l'adolescente necessita di maggior dialogo e apertura. Tale assetto familiare pone enfasi sull'educazione e i valori, ma trascura l'aspetto relazionale. Il modello familiare odierno punta sulla trasmissione dell'affetto e del sostegno, abituando il ragazzo ad avere un rapporto aperto al dialogo ed al confronto.

La figura genitoriale assume connotati sempre più permissivi, ed in taluni casi i genitori preferiscono un rapporto di tipo amicale, che però non trasmette all'adolescente un modello in cui identificarsi e da seguire.

I due esempi sopra riportati sono naturalmente due estremi nel vasto mondo di assetti familiari che possono venire a costituirsi. I ragazzi hanno bisogno di entrambi gli assetti, di un modello genitoriale capace di dettare norme, infondere valori quali l'aiuto, l'onestà e promuovere il dialogo, così da renderli capaci a loro volta di creare rapporti di intimità durevoli e soddisfacenti con gli altri, che conferiscano un senso alla propria vita. Questa è l'età della conflittualità interna ed esterna e la famiglia è il contesto in cui si esprime tale conflittualità. Interiormente l'adolescente sente ed esprime contraddizioni:

- Bisogno di autonomia/di protezione;
- Desiderio di un corpo adulto/paura di crescere;
- Sentirsi forte e invincibile/sentirsi fragile e impotente;
- Avere grandi progetti e ideali di vita/sentirsi rassegnati e sfiduciati verso il futuro;
- Attività frenetica/passività e apatia.

Contestualmente manifesta il bisogno di potersi affermare come persona autonoma e diversa e sviluppare capacità relazionali nei contesti extra familiari, per conoscere meglio sé stesso. Ma al contempo ha bisogno di sapere cosa pensano i genitori su vari argomenti. In questo ambito il genitore ha un ruolo fondamentale, perché è lui a dover rispondere ai quesiti del proprio figlio e soprattutto capire il bisogno che viene manifestato dall'altra parte, leggendo tra le righe, analizzando comportamenti contraddittori, stati d'animo e interpretando segnali di richiesta d'aiuto, ascoltandolo nel suo silenzio. Alla base, quindi, c'è il bisogno del figlio di comunicare e il dovere del genitore di sapere ascoltare e comprendere.

A tal fine, è consigliabile ai genitori dedicare del tempo ai figli, dimostrandosi realmente interessati; ciò servirà oltre che ad ascoltarli, anche ad essere presenti alle loro emozioni ed esperienze, pronti ad agire in caso di emergenza o se venisse richiesto aiuto (Ciacci S., 2006).

Il momento del pranzo e ancor più della cena rappresentano opportunità di dialogo e, a tal fine, è utile spegnere la televisione, evitare discussioni a tavola, ma usare questo momento prezioso per dialogare e confrontarsi. Ascoltare in maniera attiva e partecipativa una modalità di silenzio, che aiuta il ragazzo a mettersi a suo agio e aprirsi con calma, non venendo interrotto bruscamente. Inoltre, l'adolescente si sentirà apprezzato e preso in considerazione, perché il genitore gli sta dedicando del tempo e con interesse, ascolta ciò che ha da dire, guardandolo negli occhi con modalità accogliente, con assenza di giudizio. Assume valenza anche riassumere i contenuti di ciò che l'adolescente ha detto, al fine di fare da specchio; tale strategia, feedback, dimostra al ragazzo che l'adulto di fronte a lui a prestato attenzione alle sue parole e soprattutto lo aiuterà a riascoltarsi.

Attraverso questa modalità si aziona un meccanismo catartico nell'adolescente che riesce ad ascoltare i suoi pensieri elaborati e verbalizzati da una persona diversa da lui, spingendolo a riflettere e in taluni casi anche ad una presa di coscienza del bisogno di un cambiamento delle sue attitudini. Il genitore potrà, talvolta, sentirsi emotivamente coinvolto da ciò che il proprio figlio esprime, e rivivere delle emozioni o scenari che gli sono appartenuti da giovane. In questi casi potrà mostrare le sue emozioni.

Un figlio non ha bisogno di un genitore perfetto, che potrebbe metterlo a disagio, bensì il suo compito è quello di supportare e guidare l'adolescente nel trovare le risorse per affrontare la vita con tutte le sue sfide e incidenti di percorso, mostrandogli che c'è sempre una via d'uscita, la luce alla fine del tunnel. Essere un modello per i propri figli non è sinonimo di perfezione, bensì significa essere coerente con i valori sui quali si è fondata la sua educazione.

## **Bibliografia**

Arnett J.J., (2012), *“Adolescence & Emerging Adulthood”*, Pearson Education.

Ciacci S., (2006), *“L'età dell'ansia – Breve guida all'adolescenza”*, Pensa Multimedia s.r.l.

Gambini P., (2007), *“Psicologia della famiglia”*, Franco Angeli.

Gambini P., (2007), *“Psicologia della famiglia”*, Franco Angeli.

Hall. G., (1904), *“Adolescence”*, D. Appleton and Company.

Lewin K., (1948), *Il bambino dell'ambiente sociale*, La Nuova Italia, 1967.

Pietropolli C., (2000), *“I nuovi Adolescenti”*, Raffaello Cortina, Milano.

Polmonari A., (2001), *“Gli Adolescenti”*, Edizioni Il Mulino.

### **Sitografia**

<http://www.prepos.it/TESI.htm> Buonaiuto A., *“Lo stress da performance nell'adolescente”*.