

Laureata in Medicina e Chirurgia , specializzata in Neuropsichiatria , Psicoterapeuta e Consulente del Tribunale vivo a San Felice da 20 anni e sono madre di due ragazze , la maggiore iscritta al secondo anno di legge e la minore ha terminato il primo anno di liceo .

Spesso vengo interpellata da amici o conoscenti alle prese con uno o più figli adolescenti : Cosa devo rispondergli quando mi tratta con sufficienza ? A che ora può tornare la sera? E' giusto cambiargli scuola? Perché mi risponde male? Ho trovato un pacchetto di sigarette, dice che sono di un amico cosa devo fare?..

E poi: “ Si veste come una Velina , vuole andare in discoteca, la sua camera sembra un Suk, non si lava, mangia poco, mangia tanto, non fa niente, non legge un libro , ha smesso di fare sport, forse si fa le canne , mi risponde male, non ascolta, mi respinge se gli do un bacio, si chiude in camera, ha sempre l'I phone in mano , non studia, pensa solo a divertirsi o anche: si chiude in casa, non esce più , passa le giornate ad ascoltare musica, si riempie di tatuaggi, piercing , si veste come un barbone...

Insomma è il panico!

Ma come non capire chi, quasi d'improvviso, vede il proprio cucciolo o la propria cucciola adoranti, trasformarsi sotto i propri occhi in uno spilungone trasandato che alza le spalle ogni volta che gli si parla, in una scosciata Velina con il mascara in mano ancora prima di alzarsi , o in una specie di zombi che si trascina per la casa comportandosi nei modi più strani?

Questo genitor,e che a differenza del proprio padre e della propria madre, ha spesso posto prima di ogni cosa il diritto del proprio pargolo alla piena realizzazione, annullandosi in ogni modo, diventando autista di bambini organizzatore di compleanni, sciroppandosi ore di cartoni animati,Pokemon o Gormiti, arrivando a litigare con educatori, a firmare false giustificazioni o persino a fare i compiti pur di non scontentare il proprio piccolo\à ora, non può che sentirsi sgomento ad un figlio\à cresciuto che anziché camminare sereno nella piena realizzazione di sé alla conquista della propria “adulità”, appare confuso, incerto , insicuro, complicato ostile ribelle e tutt'altro che realizzato, di fronte ad un adulto che spesso non sa cosa dire, fare o pensare se non ripetersi ossessivamente :”ma dove ho sbagliato?”

Al di là di consigliare a chi si trovi in questa penosa situazione l'acquisto di un cane per avere di nuovo qualcuno contento di vedervi quando aprite la porta di casa, qualcuno che vi viene incontro senza alzare gli occhi al cielo o emettere grugniti scomposti o parole i incomprensibili (tipo: scialla

...drama ..) , ho ritenuto importante proporre alla redazione del Foglio l'apertura di uno spazio di dialogo che consenta a genitori e perché no anche ai figli (quei pochi che ancora sanno dell'esistenza dei giornali) di formulare le proprie domande per ottenere più che una risposta da uno specialista (risposte esatte in proposito non ce ne sono, un "chiarimento", una "traccia" che gli consenta di muoversi con maggior destrezza nel confuso, contraddittorio ma anche affascinante mondo di un figlio\la adolescente.

Qualche cenno sull'adolescenza:

L'adolescenza rappresenta la fase evolutiva più delicata nella costruzione dell'identità. Per gli adulti, e soprattutto per i genitori, a volte risulta difficile capire il linguaggio degli adolescenti. La difficoltà nasce dal fatto che i ragazzi stessi non sono in grado di decifrare i cambiamenti che avvengono ed allo stesso tempo hanno bisogno di allontanarsi dai genitori per sentirsi "grandi", individui separati. In questa fase, i confidenti diventano i coetanei, l'amica o l'amico del cuore. A volte i genitori vivono con preoccupazione questo distacco in quanto è sempre più difficile capire e dare il giusto peso ad alcuni comportamenti che mettono in allarme.

Intorno all'adolescenza e alle problematiche ad essa connesse si sono scritte e dette molte cose, per la maggior parte con accezione negativa, al contrario, chi scrive, ritiene l'adolescenza una fase della vita umana fragile ma al contempo meravigliosa.

Il cammino intrapreso dall'adolescente alla ricerca della sua personale identità si configura come un fenomeno di maturazione che gli consente di porsi con un atteggiamento nuovo rispetto al passato, di fronte al senso della propria esistenza.

Una trasformazione che non riguarda solo l'intimo della persona, ma occupa un posto di rilevante interesse anche per ciò che concerne a i rapporti con l'ambiente esterno.

Questa rinnovata strutturazione dell'identità rende l'adolescente un soggetto aperto al futuro; un futuro che diventerà spazio e potenzialità da progettare nel tempo.

Maturazione personale e sociale, innovazione e tradizione, stabilità e cambiamento, continuità e sviluppo sono tutti concetti diversi che si integrano in un moto dinamico nel processo di ricerca dell'identità.

Fattori importanti per la costruzione di una coscienza di sé sono tutti quei tentativi ed errori che

prendono le mosse dalle esperienze di vita dove si possono sperimentare successi ed insuccessi, dove si impara a gestire l'incontro o lo scontro con la realtà.

Il soggetto adolescente in tutto questo si mette alla prova; infatti sperimenta se stesso, conosce i propri limiti ed impara abilità nuove.

Un adolescente spesso ha bisogno di ribellarsi ai genitori per poter conquistare una sua autonomia, mantiene certe condotte per farsi accettare da un determinato gruppo di amici di cui teme giudizi e rimproveri. Sono **le relazioni degli adolescenti** con i genitori, i coetanei ed il proprio corpo ad essere coinvolte nel mutamento adolescenziale: ed è proprio intorno a questi tre ambiti che l'adolescenza diviene un tempo di crescita messo a dura prova dalle normali incertezze per il futuro, dalle naturali turbolenze create dallo sviluppo psico - sessuale e da una modificazione delle relazioni instaurate con l'ambiente

Difficile, da adulti, farsi carico di comprendere i cambiamenti che l'adolescente è chiamato ad affrontare in questo delicato periodo di crescita, per questo è importante ragionare su quali atteggiamenti educativi possano essere messi in atto per comprendere e accompagnare gli adolescenti nel loro cammino di maturazione finalizzato alla costruzione della propria identità.

Gli adulti impegnati con gli adolescenti devono provare ad amare senza soffocare, devono riuscire a mettersi in discussione sempre e testimoniare la dimensione valoriale cercando di essere modelli autorevoli, senza divenire "autoritari" o al contrario troppo "amici".

Non è un "lavoro" facile, educare implica sempre dei rischi per questo motivo l'educazione non può mai essere banale o rispondere a regolette pre-definite.

Occorre capire, prima di tutto, la necessità di ricercare un equilibrio diverso attraverso la rimodulazione dei ruoli: creare spazi di dialogo e di confronto nuovi è un compito certamente difficile ma fondamentale per la creazione di un assetto familiare nel quale l'adolescente possa sentirsi accolto, valorizzato e, nello stesso tempo, possa cogliere un modello di crescita da seguire.

E' importante anche sostenere i minori nella gestione dei conflitti. Il conflitto, se vissuto positivamente, può essere d'aiuto agli adolescenti se li pone, da un lato, dinnanzi ai propri limiti e, dall'altro, se li aiuta a scoprire le risorse che hanno dentro, fondamentali nell'affrontare i problemi che via via si presentano e per partire alla ricerca della propria identità.

Non è semplice per chi è adulto ricordare la difficoltà nell'affrontare i cambiamenti cui è chiamato un 'adolescente, cambiamenti associati alla rottura di una linearità dello sviluppo fisico e psicofisico, ma anche ad una mutazione e trasformazione che avviene sul piano sociale, e

relazionale; cambiamenti spesso così repentini, che minacciano la permanenza del sentimento di identità che si era precedentemente costruito.

L'adolescente, si chiede chi è, immagina il suo essere adulto domani ponendosi delle domande sul futuro, sente il peso di quelle aspettative che gli altri hanno su di lui..

Anche la strada che porta l'adolescente ad integrare le rappresentazioni della sua nuova corporeità non è priva di difficoltà.

Le trasformazioni del corpo, il passaggio dal corpo infantile al corpo adulto richiedono da parte dell'individuo un importante lavoro di elaborazione psichica..

Con la maturazione dell'apparato sessuale e riproduttivo a cambiare non è solo il corpo, ma l'immagine di se stesso.

Al corpo della prima infanzia, familiare, non consapevole dei suoi limiti, e nel quale si sono sedimentate le tracce delle esperienze di piacere e dispiacere, che in realtà sono tutta la sua storia, si contrappone il corpo pubere, nuovo, sessuale, non familiare, difficile da definire perchè è il luogo di vissuti sconosciuti, ogni giorno diverso, cui nessuna parola può dare un senso.

Il corpo del bambino non è abitato dal suo divenire: la vecchiaia, la malattia, la morte sono appannaggio del corpo adolescenziale.

Tipiche dell'adolescenza sono le riflessioni sul senso della vita, per la prima volta l'individuo sente di esser parte di un ciclo vitale che è proprio di ogni essere umano.

Talora il senso di estraneità associato alla pubertà, la perdita dei riferimenti e dei limiti che ne deriva, portano l'adolescente a trattare il corpo come un oggetto esterno alla sua vita psichica. un oggetto che non fa parte di sé e che può divenire depositario dell'odio, dell'aggressività, dell'invidia, cioè di tutti gli affetti minacciosi per il proprio mondo interno.

Ne sono testimonianza i sintomi di sofferenza psichica costituiti da attacchi alla propria corporeità come si manifestano nelle condotte autolesive e nei disturbi della condotta alimentare.(anoressia automutilazioni fino agli agiti suicidari)

Dalle parole di Kafka

Una mattina, svegliandosi da un sogno agitato, Gregorio Sansa si ritrovò trasformato, nel suo letto, in un autentico scarafaggio.

Steso sul dorso, la schiena dura come una corazza, non appena sollevava un poco il capo poteva vedere la sua pancia bruna di forma globosa, suddivisa in grosse scaglie ricurve. Sopra a quella convessità la coperta si reggeva a malapena., sul punto di scivolare via; le zampe, pietosamente esili se paragonate alle dimensioni del corpo, si agitavano davanti ai suoi occhi.

"Cosa mi è successo?", pensò. "Eppure non era un sogno".

F. KAFKA, La metamorfosi

Una fase della vita complessa che impegna chi la vive ma anche mette a dura prova gli equilibri di un sistema familiare lo costringe a rivedersi e ridefinirsi e a mettersi in discussione da qui l'idea di uno spazio di dialogo e confronto ...