



L'ADOLESCENZA: UN'ETA' SENZA FINE

Incertezza e sperimentazione, immediatezza e spontaneità, sofferenze ed emozioni forti, passione e delusione... tutto questo è adolescenza.

Lo stesso termine latino *adolescere*, significa **fase di passaggio e di crescita**, cioè un processo di crescita psico-fisica che riguarda sia l'identità sessuale, sia la psiche, ed è caratterizzata da incertezza, crisi, ansie per il futuro, bisogno di assicurazione e insieme di libertà. E' un tempo lungo, di ricerca della propria identità, in cui si passa dall'essere bambino al diventare adulto. E' una sorta di percorso di **ricerca di nuove risposte alle stesse domande**. Un adolescente s'interroga sul senso di sé e della vita, sviluppa un senso critico, e a volte ragiona per "tutto bianco o tutto nero".

Il processo di **differenziazione e individuazione** è il tema principale dell'adolescenza: devo sapere chi sono io e quali sono i miei bisogni per non confonderli con quelli dell'altro. La differenziazione fa emergere gli aspetti unici di ciascuno e produce reciprocità e interdipendenza.

UNA FASE RECENTE

Il tempo dell'adolescenza è legato agli **aspetti storici e socio-culturali** di un paese, tanto che la definizione dell'*adolescenza* come una fase del ciclo di vita è piuttosto recente e appartiene al mondo occidentale. In alcuni paesi, infatti, ancora oggi si passa direttamente dall'infanzia alla vita adulta, attraverso riti di passaggio che ne segnano concretamente il transito. La scomparsa dei riti ha accompagnato l'espandersi dell'adolescenza. Un rito è un segno, un riconoscimento carico di significati emotivi e simbolici che segna un passaggio. Oggi, dei **"riti di passaggio"** rimangono solo l'esame di maturità, la conquista della patente, la laurea. Così il passaggio all'età adulta è caratterizzato da un tempo molto esteso, dove è il passaggio vero e proprio a diventare "adolescenza". Oggi, nella nostra società, si assiste ad un'espansione di questo periodo: dagli 11 fino ai 20 anni si parla di pre-adolescenza e adolescenza, ma poi si individua una fase successiva, detta "dei giovani-adulti", che va dai 21 ai 35 anni. In realtà, quindi, il periodo di transizione dall'infanzia all'età adulta è molto lungo, perché copre circa 20 anni della vita di un individuo. Questo ampliarsi dei tempi avviene a causa del **"modello mediterraneo"** che caratterizza il nostro paese, in cui i giovani vivono una prolungata convivenza con i genitori, con il conseguente ritardo della formazione di una nuova famiglia.

DA BRUCO A FARFALLA

La nuova identità ha aspetti d'incertezza e lontananza, una transizione così lunga mette in risalto l'aspetto del distacco e lascia invece in ombra il nuovo che nascerà. L'adolescente vive il **qui e ora** e lo esprime ad esempio attraverso il culto del corpo, che rappresenta il presente, il concreto.

L'adolescente vive una situazione molto contraddittoria, perché da una parte reclama indipendenza e autonomia dai propri genitori, dall'altra ne è ancora dipendente (soprattutto dal punto di vista economico). In adolescenza i bisogni dei ragazzi cambiano e si trasformano rispetto all'infanzia. Ad esempio il bisogno di attaccamento è spostato dalle figure genitoriali al gruppo e alla relazione di coppia. Se durante l'infanzia il ragazzo ha sviluppato un attaccamento sicuro, il bisogno di esplorazione diventerà più forte ed egli potrà desiderare di sperimentare la propria capacità di adattamento con esperienze all'estero o lontano di casa.

L'adolescente non si accontenta più delle risposte che gli sono date e ricerca la verità da sé. Ha, infatti, bisogno di trovare i modi per far fronte al dolore della perdita dell'infanzia e delle sicurezze a modo suo. Le relazioni con l'esterno lo aiutano in questa ricerca, per lui è importante il gruppo dei pari, la coppia e gli altri modelli adulti di riferimento.

UN ADOLESCENTE IN FAMIGLIA

L'adolescenza rappresenta un momento evolutivo a valenza plurigenerazionale, perché coinvolge tutto il sistema familiare. Tutta la famiglia è chiamata ad un cambiamento, che può risultare difficile da affrontare:

richiede un aggiustamento di atteggiamenti e di aspettative per arrivare ad una nuova organizzazione delle relazioni e dei ruoli familiari.

Il processo di separazione-individuazione è molto lungo e complesso e richiede che siano stati interiorizzati rapporti stabili e di fiducia tra i membri della famiglia.

La famiglia deve inoltre aprirsi all'esterno, con disponibilità al confronto e all'apertura, pur mantenendo stabili gli ideali e i valori di riferimento. E' chiaro come questo processo non sia così immediato, ed è quindi importante che la famiglia acquisti una certa flessibilità, perché le funzioni protettive e conservative dello status familiare che non permettono l'evoluzione, potranno sfociare nel tempo in un sintomo.

La famiglia, quindi, deve cercare di raggiungere un equilibrio tra due compiti opposti: da un lato quello di promuovere e favorire il cambiamento e lo svincolo dell'adolescente, dall'altro quello di essere un base sicura per il figlio, soprattutto nei momenti di difficoltà.

I COMPITI DEI GENITORI

La nascita sociale di un figlio mette in difficoltà i genitori perché è vissuta come una nuova verifica della genitorialità dopo la nascita biologica. Questa nuova nascita può comportare per i genitori il timore di una loro rinnovata messa in discussione, portando ad una chiusura verso l'esterno, con l'ostacolare inconsapevolmente il distacco del figlio. I genitori devono affrontare diversi compiti: in quanto **coniugi** devono reinvestire nel rapporto di coppia, in quanto **individui** devono confrontarsi con il proprio livello di differenziazione e con i temi legati all'appartenenza e allo svincolo, in quanto **genitori** devono contrastare la scissione tra familiare e sociale.

Il genitore non deve intromettersi nelle faccende del figlio, ma dimostrare interesse e responsabilità per quanto gli accade. Deve offrire vicinanza e presenza affettiva, accettando e accompagnando il figlio verso il distacco. Quest'ultimo aspetto, cioè il tema del distacco-perdita, è il filo conduttore che caratterizza i compiti evolutivi della coppia genitoriale: l'atteggiamento più adeguato è quello di esprimere serenamente la tristezza per la separazione dal figlio, nella convinzione di essere in grado di affrontare il vuoto che questa comporta.