

Né ancora adulti, né più bambini:

*articolo a cura del Dott. Riccardo Coco, Psicologo-Psicoterapeuta*

L'adolescenza è forse la fase del ciclo di vita più difficile da attraversare. Essa comporta cambiamenti psico-fisici radicali e tali cambiamenti, come tutti i cambiamenti, determinano una fase di crisi e riorganizzazione. Riorganizzazione che, però, non riguarda solo l'adolescente, come fosse una monade nel vuoto assoluto, ma tutti i contesti relazionali in cui egli vive, a partire dalla sua famiglia. Sono moltissimi i genitori con figli adolescenti che "entrano in crisi" al pari dell'adolescente e che chiedono aiuto per un figlio che di colpo è diventato "disobbediente, sfidante, ed incomprensibile". Nella relazione con lui vivono, spesso, un grande senso di impotenza, tanta rabbia e la paura di aver sbagliato tutto. È importante in questi casi che essi siano in grado, sia di recuperare i ricordi della loro adolescenza, che di entrare in contatto con la parte adolescente della propria personalità, perché ciò li può aiutare a contenere le loro paure. Allora, forse, i comportamenti "devianti" del figlio adolescente saranno più comprensibili, "normali" e "a tempo determinato", ai loro occhi. Il fatto è che non è solo il comportamento ribelle del figlio a farli star male, ma anche tutto quello che l'adolescenza del figlio attiva e/o riattiva in loro: un figlio adolescente, infatti, smuove nel genitore dinamiche potenti che hanno a che fare con le sue preesistenti difficoltà con le tematiche dell'autorità, dell'aggressività, del controllo e con il significato che egli attribuisce alla separazione affettiva. Quest'ultima è un bene o attiva fantasie catastrofiche, di perdita dell'amore e abbandono? C. Whitaker, noto terapeuta familiare, soleva dire, più o meno, che si può "appartenere" ed essere veramente intimi e vicini con qualcuno solo se si ha la possibilità di sentirsi liberamente separati da questo. E gestire il vicendevole (a doppia via) processo di individuazione-separazione è proprio il compito evolutivo principale con cui devono confrontarsi l'adolescente e la sua famiglia. Tale processo, che trova il suo acme nell'adolescenza, ha inizio in realtà dal primo giorno di vita del figlio (da dentro la madre a fuori la madre) e passa nel tempo attraverso varie fasi critiche (il periodo del gattonare in cui il bambino si allontana e diventa più autonomo nell'esplorare l'ambiente è solo una di queste) che gradualmente permettono la possibilità dello svincolo. Se però l'allontanamento dei figli attiva angosce abbandoniche nei genitori e se ciò li porta semplicemente e reattivamente ad aumentare il controllo sui figli adolescenti (trattandoli come fossero più piccoli), questi tenderanno ad aumentare il livello di aggressività e "rottura" per sentirsi separati, in un circolo vizioso drammatico. I limiti, le regole, i confini, etc. sono necessari ed utili per gli adolescenti, che così potranno sia sfidarle che sentirsi protetti e contenuti da queste, ma esse vanno inserite in una relazione di comprensione e non solo di potere, su "chi comanda su chi". Essi hanno cioè bisogno di potersi vedere più grandi negli occhi di mamma e papà, di sentire che i suoi genitori stanno riaggiornando, seppur faticosamente, l'immagine interna che hanno di loro, così da rinegoziare i termini della loro relazione. Se è vero che non sono ancora adulti, è anche vero che non sono più bambini.