

“Se da adulti non proviamo più emozioni intense, l’effervescenza emotiva di un adolescente può apparirci minacciosa”.
(Siegel D.J., 2014, p.23)

Quando penso all’adolescenza me la immagino come una terra di mezzo, una terra che separa da un lato l’infanzia con la sua dipendenza dalle figure genitoriali e dall’altro l’età adulta con l’assunzione della responsabilità di se stessi e della propria autorealizzazione. Inutile sottolineare come già di per sé sia un periodo complesso, caratterizzato da crisi, conflitti, attacchi al mondo adulto, il tutto al fine di sperimentarsi e trovare e consolidare la propria identità e la propria strada.

Troppo spesso, soprattutto dagli adulti, l’adolescenza viene vista e considerata un problema: sentirsi non più esclusivamente amati dai propri figli, ma messi in discussione, venire attaccati, fa vacillare le proprie certezze e la propria sicurezza interna.

Sono pienamente d’accordo con Daniel J. Siegel quando nel suo libro *La mente adolescente* afferma che rispetto all’adolescenza ci sono diversi miti da sfatare.

Il primo è quello che tutto possa dipendere dall’aumento degli ormoni. Gli ormoni ‘impazziti’ fanno uscire gli adolescenti fuori di testa. Dai recenti studi si è appurato che i cambiamenti che avvengono durante l’adolescenza non sono dovuti all’aumento di ormoni, fenomeno comunque presente, ma principalmente ai grandi cambiamenti nello sviluppo del cervello. Studiare e comprendere questi cambiamenti può rassicurare sia gli adolescenti che gli adulti in relazione con loro.

Altro falso mito è quello di guardare l’adolescenza come un periodo di immaturità e che l’unica cosa da fare sia resistere e attendere che passi il più velocemente possibile e con un numero esiguo di traumi e cicatrici. L’adolescenza è invece un periodo pieno di opportunità, opportunità da sfruttare affinché ragazze e ragazzi possano sbocciare ed entrare in contatto con le loro innumerevoli potenzialità, gettando le basi per il loro sviluppo verso una vita adulta sana e matura.

Il terzo mito da sfatare è quello che durante l'adolescenza si debba passare da una completa dipendenza dalle figure genitoriali all'acquisizione di una completa indipendenza. Sappiamo bene che gli adolescenti iniziano ad attaccare le figure genitoriali e preferiscono stare in relazione con il gruppo dei pari, ma tutto ciò accade non di certo per acquisire una completa indipendenza. Il tutto va letto quindi in un'altra ottica. L'adolescente a suo modo cerca di arrivare con il tempo all'interdipendenza, cioè imparare sia a ricevere che a dare all'interno di relazioni profonde e significative che ci accompagneranno durante l'intero corso della nostra vita.

Se già in uno sviluppo più o meno sano l'adolescenza rappresenta un momento delicato di transizione e trasformazione, mi chiedo: cosa accade durante l'adolescenza quando non si è potuto sperimentare un'infanzia felice? Quando non si è potuto sperimentare un'appartenenza sicura? Quando non si è mai potuto vivere una sana dipendenza da quelle figure adulte troppo obnubilate dalle proprie nevrosi, come dice la Horney, per occuparsi 'liberamente' di un altro essere vivente e considerarlo sin da subito un soggetto?

Allarghiamo il focus anche all'ambiente sociale che ci circonda. Oggi viviamo in una società liquida, sembra non esserci più nessun punto di riferimento, i garanti metasociali sono in crisi e non ottemperano più le loro funzioni come accadeva un tempo. Insomma, anche la società non ci aiuta ad attraversare quella terra di mezzo, rispetto al passato le strade da poter prendere per diventare adulti sono diventate talmente tante che alla fine il rischio di perdersi è altrettanto elevato.

È proprio l'articolo di Giuseppe Riefolo, *Tante diagnosi per un adolescente. Il processo diagnostico*, a sottolineare come con gli adolescenti bisogna essere partecipi e considerare la diagnosi non una fotografia, un'etichetta, ma un processo. Attraverso il rapporto terapeutico con Cristiano vediamo che il processo diagnostico può e deve essere mutevole, rispecchiando sempre la strada che terapeuta e paziente stanno percorrendo in quel momento all'interno della loro relazione.

Quanto nei comportamenti al limite di alcuni adolescenti possiamo ritrovare aspetti non elaborati e riconosciuti da parte delle generazioni precedenti?

Denise Miccoli con *Adolescenti al di là del limite* ci invita a riflettere proprio su questo: ad una più attenta lettura, magari con lenti bifocali, i comportamenti trasgressivi e al limite di Luca potrebbero esser considerati un disperato tentativo di destare la madre e di rianimarla dalla sua depressione?

Ivana De Bono con *L'onda della discontinuità nell'adolescenza adottiva* ci porta all'interno del mondo dell'adozione, un mondo meraviglioso, ma nello stesso tempo pieno di insidie, con ferite precoci, profonde, ferite con cui fare i conti sin da subito. Anche se la famiglia adottiva riuscirà a porsi nel migliore dei

modi e le cose andranno bene, in adolescenza l'onda della discontinuità potrà sempre riportare a galla alcuni mostri del passato. Sasha e Malvina sono due adolescenti adottati all'età di tre anni. I loro propri mostri interni si ripresentano con tutta la loro forza, impossessandosi del loro modo di porsi e di essere. Quale miglior occasione per stare con loro all'interno di un percorso terapeutico che possa dare un senso a quanto accade ed è accaduto e liberare finalmente le loro forze costruttive?

Anche i genitori di figli adolescenti molto spesso hanno bisogno di un proprio spazio in cui sentirsi sicuri, non sbagliati e poter riparare le proprie ferite e mancanze. Nell'articolo di Giusy Lalia e Raffaella Russo, *Lavorare con i genitori per aiutare i figli a diventare se stessi*, entriamo nella dimensione grupppale. Un gruppo di genitori adottivi che diventa contenitore dell'adolescenza non solo dei figli, ma anche della propria. L'adolescenza diventa così un'opportunità per accedere a quei cambiamenti importanti per tutti i componenti della famiglia.

L'articolo di Luisa Alfaioli, *Il corpo dell'adolescente e i disturbi del comportamento alimentare. Riflessioni su un caso di anoressia*, ci fa entrare all'interno del delicato tema del corpo dell'adolescente e del proprio rapporto con il cibo. Vengono presi in esame il corpo, le dinamiche interne lette secondo diversi modelli analitici, la famiglia. Particolare attenzione viene posta sul controtransfert del terapeuta. Se il disturbo alimentare veicola 'semplicemente' una domanda d'amore, quanto è difficile stare e non preoccuparsi anche quando il corpo che abbiamo di fronte acquisisce pian piano sempre minor peso? La vignetta clinica con Chiara piuttosto che darci risposte ci aiuta a riflettere e a poter stare con questa e altre domande importanti.

Restando sul corpo, sappiamo che in adolescenza esso diventa fertile, iniziando ad avvicinarci, insieme alla nostra mente, spesso però più lenta del corpo nel maturare, alla sessualità. *Sessualità in adolescenza: trasgressione e ricerca di sé* è l'articolo di Nicoletta Suppa. La sessualità può essere da un lato la possibilità di conoscenza di sé, dall'altro anche il tentativo di andare a colmare un vuoto interiore. Flavia utilizza la sessualità per esser considerata, per sentirsi al centro dell'attenzione, finendo spesso in pratiche come le *Gang Bang* che la gettano in balia dell'Altro. La speranza, però, è sempre quella di esser toccata più nell'anima che nel corpo.

La rete Internet è un tema che oggi riguarda tutti noi, ma maggiormente gli adolescenti che, rispetto alle precedenti generazioni, sono nati quando essa già esisteva, tanto da esser chiamati nativi digitali. Giuseppina Marruzzo ci propone l'articolo dal titolo *Adolescenti in rete o nella rete?*. L'autrice sottolinea come per gli adolescenti di oggi, e non solo aggiungerei io, il rischio sia quello di non essere in rete, sfruttando a proprio vantaggio le potenzialità che essa ci

offre, ma di essere nella rete, rimandando evocativamente all'immagine di stare in trappola. Fa un'interessante lettura horneyana del fenomeno degli *hikikomori*. Il ritiro sociale da parte degli adolescenti non sarebbe visto esclusivamente come patologico, ma un estremo tentativo da parte dei giovani di liberarsi dalla tirannia dell'unico mondo che l'ambiente intorno e la società in generale vuole proporre loro, un estremo tentativo di libertà per trovare la propria modalità di essere al mondo.

A questo proposito l'articolo di D'Onofrio e Illiano, *Analisi psicosociale sul fenomeno degli Hikikomori. Esperienze e testimonianze dell'Associazione Hikikomori Italia*, ci parla più nello specifico del fenomeno *hikikomori*, portandoci dei numeri riguardanti sia il Giappone in cui il tutto è nato intorno al 1980, sia l'Italia in cui negli ultimi anni i casi sono aumentati vertiginosamente. Questo ha portato alla creazione nel 2017 di un'associazione, "Hikikomori Italia Genitori Onlus", con l'intento di sensibilizzare, informare e formare rispetto al fenomeno che non è ritenuto in sé una patologia. Il focus allora viene spostato sulla famiglia e su ciò che fino ad ora non ha funzionato, sia a livello di dinamiche che di comunicazioni disfunzionali.

Per ultimo intendo parlare dell'articolo di Delia Michienzi dal titolo *Aiutare gli adolescenti a diventare adulti* perché credo che sia questo il compito di tutti coloro che quella terra di mezzo chiamata adolescenza l'hanno già attraversata. L'autrice ci espone una panoramica dei modelli evolutivi in psicoanalisi, per poi spostare la lente sulla relazione tra genitori e figli adolescenti ed infine puntarla sugli adolescenti nel mondo extrafamiliare. Il tutto per sottolineare come l'adolescenza vada intesa come un'opportunità per affrontare blocchi e difficoltà che altrimenti si andranno a strutturare in disturbi più duraturi in seguito. La psicoterapia può rappresentare un valido aiuto in questa direzione.

Il nostro compito come adulti, prima ancora che come genitori, insegnanti, educatori, psicologi/psicoterapeuti, è quello di ricordare la nostra adolescenza affinché possiamo accompagnare con meno fatica gli adolescenti di oggi a diventare gli adulti maturi di domani.

Domenico Capogrossi

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

Siegel D. J., (2014), *La mente adolescente*, Cortina, Milano.