

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 pre-esistenti 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, solleva 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 gli stanno accordando fiducia, che 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.