Psicologi & Psicologia in Sicilia

Notiziario dell' Ordine degli Psicologi
della Regione Siciliana

Luglio 2023

Adolescenti senza mondo.

Indice

4 **Adolescenti senza mondo**
di Calogero Lo Piccolo

9 **Il mondo degli adolescenti in Romagna dall'alluvione a oggi**
di Erika Aleotti, Erika Cosotti, Ornella Roselli, Simona Tolve

18 **Il dolore sulla pelle e gesti autolesivi in soggetto adolescente**
di Marianola Vini

21 **Gli adolescenti oggi... quali adulti domani?**
di Alessia Di Liberto, Katia Iacona, Michela Porcelli, Flavia Bulbo, Giuseppe Licitra

25 **Naviganti in porto senza meta**
di Gianluca Valenti

27 **A tu per tu con il disagio adolescenziale: oltre gli stereotipi e i pregiudizi sul digitale**
di Lucia Musmeci

29 **Sfide fuori-posto: essere adolescenti al giorno d'oggi**
di Flavia La Gona

32 **Adolescenti alla deriva - alla ricerca di un porto sicuro**
di Antonietta Germanotta

35 **Adolescenti in cerca di una via verso il mondo**
di Simona Alessandrà

Indice

38 **L'inclusione, astratta o concreta attuazione. Riflessioni sulle buone possibili prassi e la figura professionale dello Psicologo**
di Indira Portale

41 **Recensione Simposio della psicologia della Magna Grecia (30/06/2023)**
di Donatella Ardito

Adolescenti senza mondo

di Calogero Lo Piccolo

Quando all'esordio del nuovo millennio Gustavo Pietropolli Charmet pubblicava *I Nuovi Adolescenti*, il testo riscuoteva un ampio interesse.
Due erano le tesi principali che nel testo si avanzavano, che inducevano a parlare di nuovi adolescenti.
La prima riguardava la strutturazione del sé, e il processo differente attraverso cui tale strutturazione avveniva.
"Gli adolescenti, a mio avviso, quando parlano della loro vita e delle loro relazioni utilizzano un modello narrativo parafrasabile in termini semiotici. Si sforzano cioè di descrivere il conflitto non in termini verticali, non hanno cioè in mente la metafora freudiana dell'Io, Es, Super-io: a loro generalmente non sembra che la guerra interiore sia tra istanze etiche e spinte pulsionali e perciò non descrivono il conflitto in termini gerarchici, bensì utilizzano una concezione orizzontale. Il conflitto è tra parti o istanze che hanno per così dire pari dignità, ognuna delle quali rappresenta valori e bisogni legittimi ma che sono in conflitto con quelli sostenuti da altre istanze, strutture o, se si vuole, da altri Sé."
Ad esempio il bisogno di appartenenza al gruppo confligge con il bisogno di appartenenza e partecipazione al rapporto esclusivo di coppia.

La seconda riguardava le trasformazioni avvenute negli stili educativi familiari, il passaggio cioè *dalla famiglia etica alla famiglia affettiva*, per usare il linguaggio dell'autore.
Certamente questo è il punto su cui in questi decenni si è molto continuato a dibattere e a ragionare.
Uno dei cardini di questo ragionamento riguarda la trasformazione, in particolare, del ruolo paterno.
Ancor prima dei lavori di Recalcati, in particolare de L'uomo senza inconscio, Pietropolli Charmet poneva l'accento sulla *maternizzazione* del ruolo paterno.
Tale maternizzazione era legata alla storia generazionale di quei padri, figli di quelle generazioni che si erano duramente contrapposte ai modelli paterni autoritari che avevano caratterizzato le generazioni precedenti, quindi al bisogno di trovare nuovi codici che esprimessero la funzione paterna stessa.
Pochi anni dopo, nel 2003, un altro testo radicalizzava ancor più questa visione dei cambiamenti in corso nei ruoli e le funzioni familiari e delle conseguenze su bambini e adolescenti. Scritto da un pedopsichiatra francese, Daniel Marcelli, edito in Italia con il titolo emblematico de *Il bambino sovrano*.
La domanda che mi pongo è se e quanto, a distanza di due decenni o poco più, questi ragionamenti sui nuovi adolescenti siano ancora utilizzabili per comprendere clinicamente il malessere che attraversa le nuove generazioni.
Considerando anche che i nuovi adolescenti di

inizio millennio, presumibilmente sono i padri e le madri di oggi.
Dal lavoro clinico con i giovani adulti, è abbastanza possibile dedurre che tutta la complessità di strutturazione di una immagine integrata del sé è un compito sempre più arduo, che i conflitti orizzontali tra le varie istanze di sé non conciliabili risuonino molto duramente nelle interiorità di molti.
Meno chiaro è forse che stili genitoriali abbiano formato le famiglie affettive e quali ricadute questo abbia sui vissuti degli adolescenti contemporanei.
La sensazione è che prevalga il caos polarizzato tra tentativi di restaurazione ideologica della famiglia etica e quello della famiglia affettiva, con oscillazioni sofferte sia dai genitori che dai figli.
Ma ancora più prevale la sensazione che la partita non si giochi affatto tra le mura domestiche, non più, non soltanto, non in modo prevalente.
Che le matrici profonde del benessere possibile o dell' infelicità siano riposte altrove.
Perché nel frattempo il mondo è cambiato in modo radicale, da tanti punti di vista.
Il cambiamento più vistoso ovviamente riguarda quello tecnologico. Nativi digitali è stata la definizione che ha accompagnato i nati in questi primi decenni del nuovo millennio.
La generazione che probabilmente ha imparato più parole da una macchina che dai propri genitori, come dice Bifo.
Con quali ricadute sulla psiche ancora tutto da decifrare.
Sono cambiati i modelli relazionali, sempre più disincarnati.
Sono cambiate le regole sociali e il rapporto con il tempo soggettivo, sempre più sequestrato dalla ideologica totalizzazione del tempo lavorativo.
È cambiato lo stato di salute generale dell'ambiente, sia quello sociale che quello geo fisico in senso stretto.
E nulla è cambiato in meglio.
La catastrofe e il vissuto catastrofico non sono più una ipotesi apprensiva, ma un dato di fatto con cui ciascuno convive, con le personali risorse residue.
Crisi economica permanente, crisi climatica esplicata in tutta la sua violenza, crisi sanitaria culminata nella pandemia, le guerre.
Ciò che è stata corrosa in questi decenni, semplicemente, è l'idea stessa di futuro.
Lo si è già scritto, ma è sempre bene ribadirlo, il trauma vero non necessariamente risiede nel passato, in qualcosa di vissuto. Il trauma più spaventoso è l'incognita del futuro.
Con una duplice accezione. Da una parte una scarsa fiducia nella sopravvivenza stessa del mondo, almeno nella forma fin qui conosciuta.
Due settimane fa un mio giovane paziente commentava dei suoi coetanei saliti alla ribalta per essere andati a spalare fango dopo le alluvioni catastrofiche in Emilia Romagna.
Per inciso raccontava delle discussioni frequenti con i suoi coetanei e della rabbia che caratterizza questi contro i padri, colpevoli di avere consumato il mondo.
Il sotto testo sembrava essere che se ci fosse ancora qualcosa di concreto e materiale per cui impegnarsi, anche la sua generazione potrebbe essere meno arrabbiata e più costruttiva.
E qui arriviamo alla seconda accezione, a mio avviso quella più corrosiva dei livelli di benessere possibile.
Una crisi radicale della fiducia di poter cambiare

efficacemente lo stato delle cose attraverso l'impegno e la fatica. Come dire che non soltanto tanto è perduto, ma che non sussistono più le condizioni per ripristinare ciò che si è perso.
Le condizioni in questione non riguardano tanto le condizioni materiali, quanto l'agibilità politica per il cambiamento.
Da Genova in poi, dal luglio 2001, i segnali sulle possibilità concrete di incidere sul governo delle cose pubbliche e comuni, non sono stati certamente incoraggianti. O incoraggiati. Le democrazie occidentali sembrano sempre più forme vuote, simulacri formali difficili da vitalizzare.
"Nell'ultimo mese ho iniziato un giro di presentazioni del libro Disertate.
L'ho presentato all'università di Macerata, al circolo accelerazionista Che Guevara di Roma, in un locale veneziano, e infine all'imbarchino torinese, mentre il Po si stava gonfiando, fin quando ha invaso i locali dove fino a poco prima ci eravamo assiepati.
Spesso il pubblico era composto di gente che non conoscevo, ragazzi che prima della pandemia erano adolescenti e che si sono formati intellettualmente negli anni in cui il virus ha scompaginato l'ordine politico, simbolico, economico e psichico.
Alla facoltà di Economia di Bologna un ragazzo ha preso la parola per dire: "Ho vent'anni, non ho scelto io di venire al mondo, e so che tra cinque anni la terra sarà inabitabile. Voglio vivere felicemente i prossimi cinque anni senza pensare a quello che accadrà dopo perché non serve a niente pensarci."
Sono rimasto senza parole, ho solo sussurrato "chapeau"." (Franco Berardi)

Fare veramente i conti con questa disposizione d'animo, con questa disperazione lucida e non emotiva non è certo cosa semplice per nessuno. Tanto meno per gli adulti che per definizione dovrebbero fungere da contenitore atto a filtrare gli aspetti distruttivi del discorso, nei ruoli genitoriali, educativi o da curanti che siano.
Perché il vero corollario di questa disposizione d'animo è che gli adulti non hanno nulla da dire, nulla che valga la pena di essere ascoltato a partire da una credibilità azzerata dai fatti del mondo.
E dalla loro stessa fragilità che ha permesso il ripristino di un sistema e di un mondo totalmente abusante.
Ciò che emerge con molto sgomento dai racconti sulle relazioni tra generazioni oggi, è una forma abbastanza inedita di radicale disconoscimento. Non semplice sfiducia, non soltanto oppositività, non solo rabbia ambivalente.
Un sentimento di estraneità che diventa barriera, e che presuppone molto sudare per essere aggirato nei tempi e nei modi possibili, dettati dai tempi interiori dei ragazzi.

In un prezioso incontro organizzato dal nostro ordine sul tema del ritiro sociale degli adolescenti, Pietropolli Charmet racconta delle ore trascorse dietro porte chiuse di ragazzi e ragazze poco disponibili al dialogo non richiesto.
Persone che senza apparente motivo progressivamente cominciano a disertare tutto ciò che li riguarda, la scuola, la palestra o le attività sportive, gli amici.
Il cui mondo diventa la propria stanza e tutta la rete di relazioni che passano dal web.
Nella sua esperienza clinica, il nodo fondamentale

che induce al progressivo ritiro riguarda le trasformazioni di un corpo che non viene vissuto come presentabile, da sottrarre agli sguardi severi e giudicanti dei pari. Un sentimento di vergogna per questi corpi in fieri, sentiti poco virili o poco avvenenti o poco femminili o troppo femminili, con ampia varietà di gamma dei disagi possibili.
Tema d'altronde non nuovo ad uno sguardo psicoanaliticamente formato.
Uno dei travagli fondanti il passaggio ad un'età adulta è sempre stato quello di riconoscimento e familiarizzazione con il proprio corpo in divenire.
Perché quindi oggi tale travaglio si esplica in una forma tanto radicale?
Che battaglia si combatte sul e con il proprio corpo?
Probabilmente, ciò che si è radicalizzato è lo sguardo giudicante, divenuto feroce.
A chi appartiene questo sguardo, è la vera questione clinica, politica e sociale ad un tempo.
Il registro mentale in cui la battaglia si svolge è quello immaginario, e come questo immaginario venga a strutturarsi e perché sia così tanto sovrabbondante rispetto al registro reale e, soprattutto, rispetto al registro simbolico è la vera pietra di inciampo della nostra contemporaneità.
E di questo dovremmo ragionare per ore ed ore.
Di modelli e competizioni, di linguaggi prevalenti, di collusioni consapevoli o celate.
Ovviamente uno dei punti è che lo sguardo giudicante non è soltanto subito, è molto agito, nei confronti di se stessi e nei confronti del mondo che ci circonda, e lo spettacolo d'arte varia che si mostra non è dei più brillanti, a partire dagli adulti di riferimento prossimi.
Come se non valesse più neppure la pena di andare allo scontro generazionale, come sempre accaduto.
Anche perché la fragilità emotiva degli adulti ti fa sentire immediatamente un serial killer, quindi li devi pure proteggere.
Spesso i ragazzi mi chiedono un aiuto perché, dicono, non riescono a gestire la rabbia.
Certo, non vi è più un grande allenamento a gestire le frustrazioni; certo, le frustrazioni vengono vissute come elementi persecutori a prescindere e non come parte inscindibile della condizione vivente. E sempre più spesso le frustrazioni vengono immediatamente tradotte in comportamenti aggressivi, auto o etero diretti.
Ma la questione di fondo resta che la motivazione di tanta rabbia, più o meno manifesta, è sempre un insostenibile sentimento di impotenza che non riesce a trovare sbocco costruttivo.
E come e dove dovrebbe essere trovato uno sbocco costruttivo in un mondo in disfacimento, e comunque immodificabile?
Il sintomo sta oggi al posto dell'agire politico e collettivo, sempre più.
Ciò non riguarda soltanto le ragazze o i ragazzi, ampiamente i giovani adulti, ma soprattutto loro.
A disposizione ci sono soltanto dei sogni individuali, più o meno effemeri, affidati al talento soggettivo, che spesso è tanto.
Ma nulla di condiviso, e poco che possa incidere sulla salute complessiva del mondo.
Tranne che per un aspetto fondamentale.
La vera battaglia di soggettivazione possibile oggi si gioca tutta sempre sul corpo.
Lo spazio unico di definizione possibile è quello del genere e dell'identità sessuale, e non a caso è uno spazio ampiamente praticato, esplorato, sperimentato, trasformato.

Ed è anche lo spazio maggioritario in termini di partecipazione sociale e di militanza politica, più ancora che dei temi ambientali, comunque troppo in mano agli adulti le chiavi del cambiamento possibile su quel terreno.
I cortei del Pride non hanno nessun possibile confronto con null'altro, in termini di partecipazione numerica e di determinazione. Ridurre tutto ciò soltanto ad un effimero effetto moda, è l'ennesimo fraintendimento che tradisce da parte del mondo adulto.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

Franco Berardi *Bifo Disertate* Timeo 2023
Daniel Marcelli *Il bambino sovrano. Un nuovo capo in famiglia?* Raffaello Cortina Editore 2004
Gustavo Pietropolli Charmet *I nuovi adolescenti. Padri e madri di fronte a una sfida* Raffaello Cortine Editore 2000

Il mondo degli adolescenti in Romagna dall'alluvione a oggi

di Erika Aleotti, Erika Cosotti, Ornella Roselli, Simona Tolve

La mattina del 17 maggio Faenza, come altre cittadine e paesi limitrofi in Romagna, faceva i conti con la distruzione e con la perdita, dopo la violenta alluvione notturna.
I punti di riferimento tangibili del nostro orizzonte erano sommersi dall'acqua e dal fango: le strade, le case, gli esercizi commerciali, i luoghi di incontro sociali, formali e informali, ricreativi e aggregativi: quasi tutto il nostro mondo!
Le testimonianze sono quelle di una pedagogista, due psicoterapeute e una docente del liceo, che vivono e lavorano con gli adolescenti in questa comunità.

Erika Cosotti, Pedagogista, Faenza

Buio totale. Nessuna luce in strada, se non i fari degli elicotteri che cercano persone da salvare. La strada è un fiume in piena, si sente solo il rumore dell'acqua che scorre e i mezzi di soccorso sopra di noi. Sono le 03:17 e tutto mi appare surreale. Penso alle famiglie, ai bambini, ai ragazzi e a come sarà il domani rispetto ad un evento così grande. Nei giorni successivi però la forza lavoro prende vita: i protagonisti sono i ragazzi, che in un batter d'occhio si organizzano e si mettono in strada, lavorando instancabilmente. Oggi sono protagonisti "buoni", non sono etichettati come quelli che si chiudono nel loro mondo faticando a creare relazioni concrete e se ne stanno cupi davanti ad uno schermo. Oggi non è così, i ragazzi si riscattano scendendo in strada pieni di energia e mostrando al mondo di cosa sono capaci.
Chi sono questi ragazzi? Li osservo: ridono, scherzano, lavorano, sudano, mangiano e bevono voracemente. Si fermano e parlano. Si fanno confidenze in mezzo al fango, nascono amori e simpatie. Cala la sera e sporchi di fango e sudore si riuniscono nella piazza principale della città creando un momento di condivisione e speranza, sembrano un corpo unico. Sono lontani dal giudizio e dalla paura di non essere adeguati, "sono" e basta. Li percepisco solidi. La frase ricorrente che esce dalla bocca dei ragazzi è: "Chi ha bisogno? A chi posso essere utile?". Viaggiano in coppia o in gruppo da chiunque abbia bisogno; non sono legati alla conoscenza, alla sola casa del nonno o dell'amico, ma partono all'avventura con pale e stivali.
Un ragazzo in studio mi racconta di aver ritrovato il suo corpo: sulla porta, pieno di fango, mi racconta di essere fiero del suo corpo che gli sta permettendo cose che mai avrebbe immaginato di poter fare e in tutto questo la mente lo sostiene. Si sente solido e slegato dal concetto del tempo.
Una ragazza di 16 anni che ha perso tutto, nel primo colloquio post alluvione, mi racconta

di essere pervasa da un duplice sentimento contrapposto: "Sono viva, sono felice e questo mi permetterà di ricostruire ciò che non andava, mi permetterà di avere una casa con spazi che tengano conto anche di me, ma d'altro canto sono terrorizzata da cosa potrà succedere dentro di me fra qualche tempo. Mi tornerà l'ansia? Avrò notti insonni? Riuscirò a gestire tutto questo? Temo le emozioni post-euforia, lavoro tanto, aiuto tanto da tutti i punti di vista, ma la cosa che non possono togliermi in questo momento è la relazione con gli altri, in particolare con il mio clan di amici. Ho bisogno di vivere le esperienze che il mio normale percorso di vita prevede."
Un ragazzo diciottenne: "Ho paura di perdere le persone amate, le sirene e gli altoparlanti risuonano ancora dentro di me, mi sveglio tre/quattro volte a notte con un peso sul cuore e sullo stomaco. Ho la fobia dell'acqua sul pavimento e continuamente controllo se c'è fango a terra. Gli incubi sono ormai calcificati dentro di me: sogno di cadere nel vuoto, essere a funerali, vedere tutto ciò che mi appartiene disperdersi nel fango. La malattia e la morte sono all'ordine del giorno nei miei sogni. Prima dell'alluvione tutto questo non c'era, cosa si è mosso dentro di me? Di cosa mi devo occupare?".
Raccogliendo tutto il materiale e ascoltando i ragazzi noto un'analogia con il periodo del Covid-19, ma al tempo stesso una grande differenza: la somiglianza sta nel portare a galla ciò che non è visibile. L'evento traumatico ha messo in luce paura, terrori, forti preoccupazioni, esattamente come successe durante la pandemia. La differenza è che oggi i ragazzi, sentendosi protagonisti dell'alluvione, se ne occupano in maniera diretta e attraverso i segnali del loro corpo e delle loro emozioni riescono a chiedere aiuto in maniera più diretta e consapevole.

Ornella Roselli, Psicologa, psicoterapeuta, Faenza

La comunità di Faenza

Vivo e lavoro come psicoterapeuta a Faenza, da circa 13 anni; imparando i codici culturali di questo luogo, ho sentito un forte senso di appartenenza. Cittadina fiera e tranquilla fino al 2 maggio e poi il 16 maggio scorso. Una alluvione inonda Faenza e dintorni, una notte da incubo che non dimenticheremo mai. La mia casa è salva, il mio studio colpito da acqua e fango, la città quasi interamente colpita; il quasi è importante, perché nei giorni successivi all'evento, in chi è stato non colpito, o meno colpito rispetto a chi ha perso tutto (casa, auto, lavoro), vi è un forte senso di colpa. Per 4 giorni ho spalato fango, e tutta la città reagisce con forte energia. Temo che nella cultura del posto, per cui Fare è il centro della propria identità, arriverà in modo spiazzante l'inevitabile down. Quasi tutti i pazienti mi chiedono di riprendere i colloqui, e mi rendo conto che devo fermarmi ad ascoltarmi, perché anche io mi sento fortemente coinvolta dal trauma collettivo, devo capire come sto.. In fondo l'esperienza del Covid mi può aiutare, penso, ma questa volta non è su scala mondiale l'evento, ed è davvero molto strano vedere case e locali intatti e altri sommersi; mi chiedo come cambierà la città e temo una frattura.
Il 17 maggio mi scrive N. di 16 anni, mia paziente da un anno, mi invia la foto del portone dello studio, il nostro luogo di incontro e lavoro, mi dice che è stata a spalare, ed è stato bello e brutto nello stesso tempo.
R. di 16 anni, torna in studio dopo un mese, perché dal paese dove vive lui, per raggiungere Faenza la strada è bloccata; mi racconta con dispiacere, che quella notte ha dovuto sostenere la madre molto in angoscia, che ha trovato sicurezza solo quando il giorno dopo è arrivato suo padre che era via per lavoro.
F. 16 anni mi racconta che nei giorni di allerta, con le scuole chiuse, era contenta di stare a casa, leggendo e ascoltando la musica.. Solo quando è andata fuori casa con i suoi genitori, a spalare si è resa conto dell'accaduto.
L. ha saltato diversi appuntamenti, perché ha scelto di spalare a casa di amici, e non si è preoccupata di non studiare, è ciò è nuovo per lei.
Dopo un mese dall'alluvione mi raccontano della loro vita, come se nulla fosse accaduto; penso a noi adulti, preoccupati per l'economia del territorio, dei rischi psicologi della popolazione, e in fondo mi solleva vederli ed ascoltarli, pensare ad altro : amori, amicizie passioni.
Negli adulti si sono rotti gli argini delle emozioni, ma loro, gli adolescenti che sono al lavoro in terapia, sono rimasti arginati nella loro vitalità.
Chissà cosa accadrà nel futuro prossimo in questi territori, ma vedere loro così aperti alla vita, non travolti dagli accadimenti traumatici, mi fa ben sperare.

Simona Tolve, Psicologa, psicoterapeuta, Faenza

La comunità di Faenza

Sono in studio il pomeriggio del 16 maggio, in pausa vado a prendere le capsule per il caffè di sotto, e il giovanissimo esercente del negozio, che verrà irrimediabilmente danneggiato dall'esondazione, mi chiede se ho paura, dico di si, che ne ho tantissima, abbiamo già vissuto gli esiti disastrosi della prima alluvione del 2 maggio, e da un paio di giorni una allerta minacciosa grava particolarmente nel nostro quotidiano.
Alle 18.50 arriva il comunicato del sindaco sui social "salite tutti al piano più alto del vostro edificio. Non mettetevi in strada per nessuna ragione".
Attendevo online D., 18 anni, che viene da due anni, di mattina mi aveva inviato un messaggio, chiedendomi di fare la seduta online. Alle 17 un suo nuovo messaggio, la situazione era peggiorata, chiedeva se io lavoravo o no, voleva vedermi online.
D. non si collega, non risponde a un messaggio che gli invio, scappo a casa trafelata, S. mi scriverà di notte "ci è entrata l'acqua a casa ti aggiorno poi".
È stata la notte più lunga, un'apocalisse.
Le successive sedute di D., online, lo vedranno mostrarmi in video chiamata l'abitazione provvisoria che la sua famiglia ha rimediato, raccontarmi di essere stato portato via con un gommone, essere finito due giorni dopo al pronto soccorso, avere contribuito a salvare le foto di famiglia su richiesta della madre, ostinarsi a fare progetti irrealistici per il prossimo anno scolastico (aveva scelto di ritirarsi da scuola la settimana prima dell'alluvione), riferirmi che si stava occupando di provvedere a una connessione idonea ai suoi bisogni perché lui gioca online, lamentarsi di una condivisione forzata di spazi ridotti con i familiari, accettare suo malgrado di non potere trasferirsi da ospite a casa degli zii. Dopo un mese ricomincerà a saltare le sedute senza avvertire e scollegandosi dalla messaggistica con cui potrebbe essere rintracciato, e so che dovremo nuovamente trovare il significato delle sue sottrazioni alla relazione con l'altro, perché D. tende a isolarsi dal sociale.
G., 18 anni appena compiuti, invece non ha perso nemmeno una seduta, è riuscito a venire martedì 16, poco prima della tragedia, e il martedì successivo, quando avevamo appena riaperto lo studio, tra fango e strofinacci. L'acqua si è fermata poco prima di casa sua, lui è stato sveglio e vigile per tutta la notte.
Anche G. non sta bene nel sociale, non va più a scuola da due anni, è arrivato allora da me in preda all'angoscia, e da un po' di tempo sta provando a muoversi per affrontare la sua fobia. Si è avventurato nella parte più disastrata della cittadina accettando l'invito dei genitori di andare ad aiutare amici di famiglia sommersi, ha sentito disagio perché gli altri ragazzi erano in gruppo, però si rende conto che per lui è stato tanto recarsi lì e aiutare per tre ore. Nel suo progetto di ripartenza con la bella stagione avrebbe fatto dei giri in mountain bike per uscire da casa, ma le piste ciclabili sono state divorate dall'acqua, non resta nulla. Riuscirà comunque a recarsi con la sorella al cinema e in un fast food di aggregazione sociale nelle settimane successive, e mi parlerà sempre dell'acqua e del fango, chiedendomi se so se hanno recuperato lo skatepark o il campetto di basket, dove andava a giocare prima di ritirarsi dal mondo. La madre di L., che partecipa a un gruppo di auto-mutuo aiuto di genitori con figi in

ritiro sociale che io facilito, racconta che il ragazzo, 14 anni, è stato irrequieto per tutta la notte urlando “basta, che sommerga subito tutta la città, arriva l'acqua, da noi arriva, quando arriva?”; dopo tre giorni L., iscritto a un gruppo telegram dove scrivevano anche i pochi amici con cui si tiene in discontinuo contatto, è uscito per partecipare a una catena umana che si passava secchi, nel week end successivo è voluto andare al mare con i suoi due unici amici.

Erika Aleotti, Docente Liceo Torricelli-Ballardini Faenza

Il nostro studio di psicoterapia

“Adolescenti senza mondo” : perché questo titolo? “Senza”? Li stiamo privando di qualcosa? Di uno spazio che li identifica, li classifica come siamo abituati a incasellare tutto per trovare un senso o si potrebbe pensare a un “senza” rispetto ad una non classificazione, liberi, lontano da classificazioni e pregiudizi? Forse in questo “senza” c'è un mix di tutto, persone non classificabili che non sono come eravamo noi, come vorremmo, standard, uguali, omologate, che non riusciamo a vedere perché diverse, perché la diversità spaventa e meglio non occuparsene per non farsi troppe domande. Meglio non vedere, non riconoscere, fermarsi all'idea che dovrebbe essere così, perché è sempre stato così, noi eravamo così, invece di cambiare lo sguardo ed aprirsi a nuove consapevolezze. Richiede tana energia, tanta empatia..meglio sedersi sempre “dietro la cattedra”.
Non lo faccio mai di sedermi dietro la cattedra, mi siedo spesso sopra o cammino gesticolando tra i banchi cercando di “vederli” tutti.
Quel giorno (il 26 Maggio), il giorno del rientro a scuola, sentivo che vederli non sarebbe stato abbastanza, la differenza più che mai l'avrebbe fatta l'ascolto, l'ascolto quello vero, quello delle loro sensazioni, timori, gioie e dolori, non l'ascolto “giudicante” al quale sono abituati a scuola (interrogazioni). La difficoltà iniziale è stata enorme perché non sono abituati a parlare di sé, a dar voce al loro intimo o forse non sono abituati ad avere davanti un adulto pronto ad ascoltarli e a non giudicarli.
Parlare del mio vissuto di quei giorni, di quella notte di terrore, dei ricordi del passato (terremoto) riaffiorati in quelle ore, delle paure,

dell'impotenza di fronte alla natura, della solidarietà, della gioia nel sentire che amici e parenti stavano bene, ma anche il senso di colpa per non aver avuto danni tutto condito da qualche lacrima e sorriso. L'autenticità e lo scoprire che quello che ho provato (io adulto) e raccontato loro gli apparteneva, è stata la chiave di svolta di un fluire di pensieri ed emozioni da parte di tutti, mossi dal desiderio di raccontarsi e riconoscersi, essere riconosciuti e visti in un mondo che non li considera.
"Allora c'è speranza in un futuro migliore, i giovani qualcosa sanno fare, hanno voglia di faticare e lavorare" (il pensiero di molti sui giovani di oggi)... sono parole che immagino nessun ragazzo abbia avuto il piacere di sentire, ma allo stesso tempo credo li abbia riempiti di orgoglio , di vitalità e rivalsa in un "mondo" che troppo spesso non li vede, né tantomeno li ascolta: "mondo" distratto a pensare al successo , al riconoscimento, ai social, al fare, a fare paragoni con il passato, "mondo" che a molti adolescenti non piace, "mondo" al quale non si sentono appartenere e ne prendono le distanze (apparendo e giudicati svogliati, menefreghisti da noi adulti).
Si sono mossi liberamente nella società, in autonomia o a fianco di adulti che li hanno visti e non giudicati. Hanno dato dimostrazione di "saper fare" che è ben diverso ed è un gradino oltre il "sapere" che troppo spesso ricerca ancora la scuola. Abbiamo chiesto e loro hanno dato, dato con il cuore senza pretendere nulla in cambio e spesso riuscendo ad anticipare e cogliere i bisogni non ancora emersi. Quindi questi giovani che ci appaiono "fuori dal mondo" o "senza mondo" non è forse semplicemente che ci stanno osservando, consapevoli della pochezza e del vuoto che li circonda, se ne stanno li in disparte ma pronti a dire la loro quando ne vale pena?
Vederli, vederci, ascoltarli, ascoltarci, tutti un po' di più, giovani e meno giovani, adulti, anziani, rallentare un po' e fermarsi un po' di più sulle relazioni non solo quando tutto intorno si ferma (come anche di recente durante la pandemia) e il bisogno di ripartire da quello che sentiamo è così forte da farci esplodere, ma sempre ogni giorno. E' faticoso ma quanto ci fa sentire vivi e veri nel qui e ora!
Una cosa che mi ha colpito nei loro racconti è stato "il non piangersi addosso" dei ragazzi che hanno perso tutto, e l'esigenza di dover far sapere che tanti amici li hanno aiutati, ma anche del far sapere che una volta "sfangata" la propria casa sono andati ad aiutare gli altri. Questo mix di senso di colpa, solidarietà e far sapere agli altri (mondo social), ci mostra come "romagnoli" o smaschera le nostre "debolezze"?
Solidarietà, adattabilità e sensibilità, questo ho ritrovato nei ragazzi; qualità di cui non sono stupita, perché ogni giorno le mettono in campo in palestra durante le lezioni di scienze motorie, e altri momenti della loro vita scolastica, qualità che però dovrebbero poter sempre mostrare nel contesto scolastico e non. I nostri ragazzi hanno fatto di tutto dallo sfangare, sporcarsi, buttare ricordi per/degli altri, trovare parole di conforto da donare a sconosciuti, regalare sorrisi e vitalità in contesti disperati, pronti ad adattarsi e fare qualsiasi cosa potesse essere d'aiuto in quel momento e liberi da ogni pregiudizio ma mossi dal cuore: però hanno dovuto anche ascoltare e/o subire pregiudizi usciti dalla bocca degli adulti, proprio quegli adulti che loro stavano aiutando. I ragazzi hanno dato un'alta lezione

di libertà e maturità sociale...scolasticamente parlando una bella lezione di educazione civica. Perché l'adolescente che noi richiudiamo “nel suo mondo” e non consideriamo, è sensibile, riconosce i pregiudizi (cit. riportate “a noi servono maschi perché dobbiamo spostare mobili”...”cosa pensi di fare ragazzo con quei muscoletti flaccidi che ti ritrovi?”), non si ferma al giudicare ma riesce ad andare oltre, vede la realtà per quella che è, e l'adulto no? Credo nei giovani, nella loro sensibilità, nella loro capacità di poter migliorare/cambiare il “non mondo” perché liberi dai pregiudizi che ancora bloccano l'evoluzione del genere umano, ma dobbiamo essere noi adulti a bussare alla porta “loro mondo” dando loro fiducia e possibilità di mostrasi per quello che sono senza per forza giudicarli.

Gli adolescenti hanno estratto dal fango, portato in piazza, e ben attrezzato il panda, mascotte della comunità

Riflessioni sul trauma collettivo

Se nel trauma collettivo recente del Covid-19 la sicurezza del mondo è stata affidata all'istituzione, e la vicinanza con l'altro è stata interdetta e presentata come pericolosa, nel trauma collettivo della catastrofe naturale in Romagna è intervenuta immediatamente la comunità, la risorsa è stato l'altro vicino a noi fisicamente, e gli adolescenti sono stati risorse. Come accaduto durante la pandemia, l'alluvione ha portato a galla il sommerso della mente, che è stato espresso, messo in parola, e condiviso tra adolescenti e adulti, stavolta anche tra i corpi.
Ci diciamo che la differenza l'ha fatta non solo la necessità di doversi incontrare fisicamente per reagire insieme, ma più il non percepirsi dipendenti da un'istituzione, essere membri attivi della comunità.
La devastazione climatica ha generato un'emergenza sistemica: si è velocemente auto-organizzato un sistema comunitario la cui struttura ha legittimato gli adolescenti a intervenire a pieno titolo, protagonisti di azioni e relazioni nel qui e ora, presenti insieme come individui e come gruppo, senza avvertire il rischio o il dovere dell'omologazione. Il legame del gruppo è stato determinato dall'integrazione, c'era la consapevolezza dei bisogni di tutti.
Tutti coesi, realizzavamo il bisogno dell'altro, passando dall'individuale al gruppale, in un assetto di interdipendenza, gli adolescenti facevano gruppo con gl adulti ed erano il gruppo dei ragazzi, dei “burdel de paciug” (i ragazzi del paciugo).
Gli adolescenti sono stati nella complementarietà del sistema, esperendo sentimenti di

appartenenza e affiliazione, dentro un clima di corrispondenza e partecipazione che ha definito i legami con i membri adulti del gruppo.
Si è virtuosamente avviato un percorso che ha realizzato in tempi molto brevi l'evoluzione di un gruppo in un gruppo di lavoro, con gli adolescenti realmente integrati; l'obiettivo era comune, liberare il più possibile le nostre città dall'acqua e dal fango, il metodo è stato la ricerca delle risorse e l'utilizzo collettivo di tutti gli strumenti efficaci (stivali, scope, badili, tira-acqua, secchi, ma anche canali e gruppi sui social dove venivano segnalati i luoghi in cui c'era offerta e bisogno), e i ragazzi sono stati pienamente risorse: avevano il loro corpo, erano attrezzati di strumenti pratici e dimestichezza digitale, e hanno messo a disposizione il proprio tempo.
I corpi sono stati drammaticamente vicini l'uno all'altro, sudati, fradici, infangati, forzuti, preziosi, affamati, sfiniti, eccitati, carichi di tensione vitale: ragazzi indispensabili nelle catene umane passavano i secchi, flessibili nell'opportunità di aiutare non solo e necessariamente i propri familiari, si spostavano per loro iniziativa per le cittadine e le campagne limitrofe, in gruppi piccoli o grandi, ovunque c'era bisogno di loro; non hanno sentito di dover performare per compiacere e soddisfare gli adulti, ma si affidavano alla loro motivazione e ai valori condivisi.
Li abbiamo osservati mentre si informavano, indicavano a noi adulti dove avremmo potuto reperire gli stivali, comunicavano ai coetanei dove volevano andare ad aiutare e li coinvolgevano e li convincevano, li motivavano, poi si organizzavano, c'erano, accoglievano pronti i coetanei che vedevano per la prima volta, affidabili, aperti e integrati con gli altri.
Il feedback che gli adolescenti hanno ricevuto è stato un contatto umano pieno. Se da una parte ci sono stati anche adulti che non li hanno valorizzati e hanno espresso pregiudizi in merito al loro corpo (ad esempio la forza necessaria per spalare e spostare detriti, oppure facendo riferimento a ruoli stereotipati del maschile e del femminile (i maschi sono più forti e utili delle femmine), per lo più raccontano per lo più i ragazzi raccontano un' eco di “grazie” da parte degli adulti ai quali si sono proposti: tanti “grazie” autentici, realmente grati, sorpresi, che hanno contribuito a un arricchimento reciproco e alla riscoperta del loro valore.

Man mano che si sgombra fino a rendere possibile il rientro, i detriti, i segni ancora indelebili dell'acqua sui muri, il forte odore di umido e la percezione che molto sia insalubre, ci costringono a ricontattare le emozioni intense e complesse vissute da tutti, e raccontateci dai nostri adolescenti: paura, rabbia, inquietudine, senso di smarrimento, incubi, sensazione intrisa di colpa di essere sopravvissuti, non avere o avere perso tutto, tristezza, angoscia, senso di minaccia, perdita di certezze, ma anche gioia, fierezza, gratitudine e speranza, una complessità di emozioni difficile da tenere insieme, complessità che caratterizza la fragilità dell'adolescenza.
La fragilità è una condizione umana, in particolare la fragilità dell'adolescenza, con le sue scalate nei cieli della gioia e della speranza e le sue discese negli abissi dell'insicurezza e della disperazione.
L'adolescenza è l'età nella quale la pienezza e lo scompiglio delle emozioni hanno forme e

tematiche drasticamente originali, caratterizzate dall'immediatezza e dalla spontaneità delle esperienze. Nell'esperienza adolescenziale si scorge il desiderio ardente di contatto interpersonale, di relazione, che spesso si confronta con il vuoto, con il rischio del disinteresse e dell'indifferenza, dell'estraneità e della devitalizzazione emozionale, o del giudizio e pregiudizio dell'Altro.
Riconoscere la fragilità è un impegno etico: i modelli di educazione e formazione ai quali la scuola si uniforma, se c'è troppa rigidità formale, rischiano di rinunciare alla rilettura dei comportamenti e degli avvenimenti.
Le parole che usiamo con gli adolescenti e che da loro ascoltiamo, sono dotate di un immenso potere, sono in grado di aiutare a dar voce alle loro emozioni e al loro dolore, del corpo e della mente. Ci hanno parlato di gioia, emozione "friabile e fragilissima" che si sente solo se ci si apre agli altri, con dedizione e solidarietà, che consente di intravedere la luce anche quando si è nelle tenebre; di speranza, sfida continua alle banalità e alle apparenti certezze della vita.
Sappiamo che la coesione sociale, il supporto reciproco, il forte senso di comunità, sono state dimensioni positive e protettive. La comunità di cura è una forma di vita, di vicinanza umana e solidarietà, alla quale siamo tutti chiamati, pedagogisti, psicologi, insegnanti e non solo, ed è il luogo dove la fragilità adolescenziale può trovare ragioni di speranza.
Il corpo di tutta la comunità si è mosso da subito, come per sentire che il pericolo è passato, ma i nostri ragazzi riescono a vivere maggiormente il presente e immaginano già il futuro.
Il loro senso di controllo, inteso come capacità e possibilità di reagire si è attivato quasi da subito. Essere stati parte della comunità, sia prima che dopo l'alluvione, secondo noi ha permesso loro di non sentirsi estranei rispetto al proprio sé interno.
Probabilmente, il lavoro pedagogico e psicologico già avviato precedentemente con professionisti del settore, li ha messi velocemente in connessione con le emozioni generate dal trauma, che provavano sentendo di poterle padroneggiare; il loro allenamento a sapere cosa sentono lì ha aiutati a capire perché sentono in quel modo, nonostante si trattasse di una esperienza traumatica.
Il supporto sociale, dei volontari venuti da varie parti di Italia, protezione civile, vigili del fuoco, sono stati una grande protezione, evitando una probabile sopraffazione delle emozioni traumatiche.
Sentirsi compresi e tenuti a mente, permette agli adolescenti di percepirsi maggiormente al sicuro, di abitare e persino nutrire la comunità.
Ci vorranno diversi interventi sul territorio per sentirsi di nuovo al sicuro, ma il sentimento di coinvolgimento sociale è stato un primo segnale fondamentale.
Sappiamo che questo "mondo" non sarà più lo stesso, ma sappiamo anche che: i ragazzi chiedono e noi rispondiamo, in un territorio in cui le istituzioni hanno garantito un sentimento di comunità, di sicurezza e fiducia. E noi siamo e vogliamo essere istituzioni di questo territorio, ancor di più in questo momento in cui sembra perso il loro mondo.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

Borgna E., La fragilità che è in noi, Giulio Einaudi editore spa, Torino, 2014.

Cavaleri S., Lo piccolo C., Ruvolo G., (a cura di), L'inutile fatica. Soggettività e disagio psichico nell'ethos capitalistico contemporaneo, Mimesis Edizioni, Milano, 2016.

Francesconi C., Piccinini C. (a cura di), Hikikomori: il futuro in una stanza. Frame dal territorio per una nuova comunità, Franco Angeli, Milano, 2023.

Quaglino G.P, Casagrande S., Castellano A.M., Gruppo di lavoro, lavoro di gruppo, Raffaello Cortina Editore, Milano, 1992.

Van der Kolk B., Il corpo accusa il colpo. Mente, corpo e cervello nell'elaborazione delle memorie traumatiche, Raffaello Cortina Editore, Milano, 2017.

La comunità di Faenza

Il dolore sulla pelle e gesti autolesivi in soggetto adolescente

di Marianola Vini

L'amore domanda amore. Non cessa di domandarlo. Lo domanda... ancora... ancora è il nome proprio della faglia da cui nell'Altro parte la domanda di amore.
J. Lacan seminario xx

R. 15 anni, tenta di suicidarsi ingerendo una buona quantità di antipiretici, sottratti alla nonna e " conservati" per l'occasione. Il gesto autolesionista viene compiuto a casa nella sua stanza. Se ne accorgerà il fratello, che la troverà in stato di semincoscienza. Dopo il ricovero in ospedale il TM, a cui è stata fatta la segnalazione, la invia presso una Comunità fuori Palermo.
È primogenita di tre fratelli, tutti descritti dai genitori come figli "quasi perfetti". In particolare R. è descritta come una ragazzina studiosa, sportiva obbediente. Solo in seguito, la madre ci informerà che R. prima del gesto aveva iniziato a mangiare in modo smodato e in solitudine nella sua stanza dolciumi e cibo spazzatura e a tagliarsi le braccia. Di tali manifestazioni i genitori, ne sono venuti al corrente in un secondo tempo, solo i fratelli "sapevano" ma si guardavano bene dal parlarne con i genitori. Poi un giorno la madre ha trovato " le cartacce" nascoste nel letto ed ha avvertito il padre, che vive in un'altra città.
La crisi inizia al liceo, con il suo rifiuto di andare a scuola, di fare sport e con frequenti liti con la madre. I genitori, separati da circa 2 anni, sono confusi stupiti preoccupati, di trovarsi di fronte ad una figlia così "cambiata" e non si spiegano "cosa sia successo". Sono portati ad attribuire alla scuola, le cause di un così repentino cambiamento. Si tratta di una coppia colta e impegnata socialmente, hanno, con i tre figli, vissuto prevalentemente all'estero, soprattutto in Africa, in quanto il padre ha un importante posizione nell'ambito delle relazioni internazionali. Da circa un paio di anni la coppia si è divisa, la mamma con i figli si è stabilita a Palermo, il padre va e viene. Apparentemente hanno un buon rapporto sia tra loro che con i figli, (anche gli altri due sono un po' ritirati ed inibiti) sono genitori presenti e intrattengono tra loro una relazione di collaborazione. La separazione avvenuta dopo una coinvolgente relazione di amore è stata cercata soprattutto dalla madre, " che vuole avere una sua vita e non vivere all'ombra del marito". R. ha con il padre una relazione fortissima, si identifica con lui e ha cercato in passato, attraverso le sue eccellenti performances scolastiche di assomigliargli e cercare la sua approvazione. Ma la loro relazione rimane freddina, poco improntata allo scambio, al contenimento affettivo e alla comprensione delle problematiche connesse alla crescita, che vengono da quest'ultimo, prevalentemente scisse

o negate. La madre, meno rigida e seduttiva appare più frivola e sollecita la figlia, ad assumere "atteggiamenti femminili" per compensare le sue difficoltà relazionali. Ma R., che è una bella ragazza un po' sovrappeso infagottata in tute e felpe che nascondono il suo corpo alla vista, non ascolta la madre ed ha con lei un rapporto conflittuale È il corpo il luogo che R. attacca dove scarica il suo dolore, le sue delusioni, la sua rabbia, la sua insoddisfazione affettiva il suo sentimento di vuoto. Lo fa preferibilmente attraverso eccessi di cibo spazzatura e tagli i quali ricompaiono poco dopo le dimissioni ospedaliere, durante la permanenza in comunità, dove dovrebbe intraprendere un percorso di cura.
La Comunità viene vissuta da R. come una prigionia e dai genitori come un " cercare" disfunzioni relazionali che nel loro contesto familiare a loro parere " non ci sono", perché nonostante tutto "tutto funziona benissimo".
La madre molto centrata su di sé e sul suo bisogno di affermarsi lontano dall'ombra del marito, porta avanti la sua rivendicazione femminile, proprio nel momento in cui R. si affaccia al mondo delle relazioni, sessuato e competitivo che rifiuta abbandonando scuola, amici e sport. Il padre rigido e poco duttile sul piano affettivo, rimane sullo sfondo, non riesce a riscaldare affettivamente la relazione con la figlia si mantiene su un piano razionale e di assolvimento di bisogni. Il lavoro psicoterapico con R. e con i suoi genitori, svolto in rete (ambulatorio npia consultorio e terapeuta privato) vedrà una certa partecipazione della ragazza, più interessata ad " uscire" dalla Comunità che a partecipare ad un lavoro di aiuto. R. sempre molto silenziosa mostra un vissuto relazionale fatto di sfiducia, solitudine e nonostante l'apparente unione familiare, discurante e abbandonico.
Ciò inizialmente non agevola la costruzione di un rapporto terapeutico di fiducia. Anche i genitori parteciperanno al percorso di cura ma in modo saltuario e a volte svogliato. Soltanto dopo circa 1 anno di terapia questa inizierà a mostrare benefici, R. si rilasserà relazionalmente e parteciperà maggiormente. Ciò coinciderà con la ripresa della frequenza scolastica, dello sport, per lei molto importante, ed ad avere con la madre un rapporto più disteso. Anche il lavoro con i genitori che è proseguito ha contribuito a mettere in luce i tanti "non detti " o le carenze relazionali che hanno riguardato i vissuti transgenerazionali dei genitori stessi. In particolare il padre, figlio adottivo, ha dovuto sempre " dimostrare di valere" per essere accettato da una madre rigida e intransigente e tale vissuto riversato sulla figlia ha contribuito a disconoscere i bisogni affetti e di contenimento delle difficoltà connesse alla crescita e ai cambiamenti fisici psichici e relazionali della figlia. Durante la terapia di R. sono emerse e non casualmente, le difficoltà psichiche degli altri due figli adolescenti.
Il sentimento di vuoto relazionale che ha spinto R. a dimostrare attraverso i suoi gesti autolesionistici, bisogni affettivi insoddisfatti sia connessi al suo vissuto adolescenziale che a modalità relazionali familiari improntate al disconoscimento e alla negazione delle difficoltà, ha innescato, attraverso il lavoro psicoterapeutico improntato alla fiducia e alla continuità, un movimento psichico positivo di cambiamento che le ha dato la possibilità di sperimentare una relazione di accettazione di fiducia e di contenimento. Ciò l'ha aiutata a riaffacciarsi alla

vita con una visione più positiva e a riprendere gli studi , lo sport, le relazioni amicali con maggiore piacere e fiducia nel futuro. Anche il lavoro con i genitori ha dato i suoi frutti, aprendo a forme relazionali “nuove” meno sovrastrutturate o proiettive dei propri bisogni/ desideri, più funzionali alla crescita psichica dei figli e ai loro cambiamenti di vita.

Gli adolescenti oggi... quali adulti domani?

di Alessia Di Liberto, Katia Iacona, Michela Porcelli, Flavia Bulbo, Giuseppe Licitra

Nella città di Vittoria, situata nel territorio Ragusano, è presente il Consultorio Familiare di Ispirazione Cristiana "Don Enrico Arena", riconosciuto come un ente di terzo settore che mira a promuovere il benessere della persona, della coppia e della famiglia, offrendo prevenzione e sostegno psicologico nei vari processi evolutivi e non solo. All'interno del Consultorio operano numerose figure professionali quali psicologi, psicoterapeuti e altri operatori in ambito medico-sanitario che mettono al servizio del territorio la loro professionalità da oltre un trentennio.

Una delle fasce che afferisce con maggiore presenza al Consultorio, da un paio di anni a questa parte, è quella adolescenziale. Ci siamo chiesti più volte cosa cercassero i giovani e cosa ci fosse dietro la loro domanda d'aiuto e leggendo l'articolo "Giovani senza futuro", in cui ci si interroga su quanto i giovani fossero realmente artefici del proprio avvenire, ci è parso particolarmente interessante e pertinente l'intervento di Galimberti, secondo cui i giovani vengono "gettati" in un mondo sempre più complesso senza che gli sia stato insegnato prima come affrontarlo.

Oggi la famiglia e la società nel complesso non sembrano affatto occuparsi dei giovani e della loro crescita. Viviamo in un periodo in cui si richiede loro un'eccessiva indipendenza ma di fatto succede proprio il contrario. I genitori in alcuni casi tendono ad essere iperprotettivi nei confronti dei figli, sostituendosi a loro nei compiti che ritengono essere troppo difficili o, al contrario, eccessivamente assenti tanto da non dare loro il giusto sostegno. Appare che i genitori di oggi siano disorientati nell'aderire al loro ruolo e proiettino le loro difficoltà sui figli, ripetendo o facendosi promotori di una nuova forma di trauma. Tutto ciò sembra favorire lo sviluppo di svariate forme di disagio negli adolescenti, come le varie forme di dipendenza: dipendenza affettiva e relazionale, dipendenza da sostanze (droghe, tabacco, cannabis, alcol), dai social media. L'adolescente cerca infatti di portare a compimento il processo di separazione-individuazione ma si trova a dover fare i conti con l'incapacità di gestire le situazioni e le proprie emozioni poiché, nella maggior parte dei casi, gli è mancato il sostegno adeguato da parte delle figure di riferimento per poterle affrontare. Ci si trova così ad avere a che fare con adolescenti "ansiosi", sopraffatti dalla paura: paura del

mondo esterno, paura degli altri, paura di non farcela; ci si trova di fronte a ragazzi disorientati, incapaci di tollerare le frustrazioni e di gestire le correlate emozioni. Sono tantissimi i ragazzi di età compresa tra i 12 e i 17 anni che soffrono o hanno sofferto di un disturbo d'ansia e tra i vari fattori che hanno contribuito all'aumento dell'ansia vi sono le alte aspettative, proprie o dei genitori, e la conseguente pressione ad avere successo.

Per approfondire le tematiche prenderemo in esame quattro casi clinici (nel rispetto della privacy utilizzeremo solo l'iniziale del nome).

E., ragazzo di 15 anni, figlio di genitori separati e in seguito orfano di padre, inizia un percorso di sostegno psicologico perché "costretto" dalla madre. Dice di aver sviluppato una dipendenza da cannabis da quando il padre è morto e riferisce che anche quest'ultimo aveva la stessa dipendenza, oltre a quella da alcol. Inizialmente assume un atteggiamento di chiusura; in seguito, dopo aver instaurato una buona alleanza terapeutica, ammette di avere bisogno di aiuto perché non è felice di ciò che è e della persona che sta diventando. È spesso ansioso, incapace di tollerare e gestire rabbia e tristezza senza ricorrere alla sostanza, l'unica capace di calmarlo e dargli pace, seppur per un periodo limitato. Con la madre non riesce ad aprirsi, non si sente capito e più volte è stato rimproverato di somigliare al padre in svariati atteggiamenti. Lui stesso riferisce di aver quasi odiato il padre per i suoi comportamenti spesso violenti.
Ha sempre avuto paura di poter essere come lui ma si era talmente convinto di somigliargli che alla fine ha assunto i suoi stessi atteggiamenti, fino ad aver sviluppato egli stesso una dipendenza da cannabis. Questo in parte lo faceva sentire vicino a quel padre che aveva sempre desiderato di avere accanto, dal quale avrebbe voluto essere guidato. A conclusione del percorso ammette di non essere mai riuscito ad affrontare il dolore per quella figura paterna che in fondo non aveva mai avuto e di non essere mai stato capito dalla madre che non gli aveva dato il supporto necessario per superare quell'assenza e per sviluppare una propria individualità.
Quanto le dipendenze del padre e/o la sua morte e quanto una madre svalutante hanno inciso nello sviluppo della dipendenza di E.?

F., 17 anni, decide di chiedere un supporto psicologico perché da un anno soffre di attacchi d'ansia.
L'adolescente si presenta apatica e senza voglia di fare esperienze nuove. Dice di trascorrere al cellulare anche 12 ore al giorno perché altrimenti "non sa cosa fare"; afferma inoltre che stare con lo smartphone e guardare video su TikTok le allevia il senso di ansia che prova perché il "mondo fuori è troppo difficile". Quando le chiedo di parlare del rapporto con i suoi genitori lei dice di non sapere che argomenti trattare con loro, di non sentirli vicini e di non riuscire a raccontargli del malessere che prova.
La domanda che sorge in questo caso è: cosa succederebbe se F. sentisse di poter parlare con i suoi genitori? Cambierebbe la visione del mondo come "troppo difficile" se accanto a lei avvertisse il supporto di mamma e papà?

M., ragazzo di 13 anni, si presenta al Consultorio

raccontando di avere delle difficoltà a relazionarsi con i coetanei. Durante i primi colloqui emerge un ambiente socio-culturale molto povero, i genitori sono separati, alla madre è stato diagnosticato un disturbo di personalità. Tale situazione ha fatto sì che ci fosse uno sradicamento dalla famiglia d'origine e che M. venisse cresciuto dai nonni paterni.
Durante i colloqui con il ragazzo appare chiaro che tende ad isolarsi preferendo la lettura di classici alle interazioni con i coetanei. Presenta un carattere fortemente introverso e rigido che lo porta a scontrarsi con la realtà di tutti i giorni. Il ragazzo manifesta insofferenza per l'assenza del padre e dalla madre, non si sente contenuto; è inoltre carente nel riconoscere e fronteggiare le emozioni soprattutto quelle di stampo negativo. In questo caso ci siamo chiesti quanto la povertà socio-culturale e familiare possa influire sulla crescita funzionale o disfunzionale del ragazzo.

Altre problematiche portate in analisi dagli adolescenti sono quelle legate ai disturbi alimentari; nello specifico, da un'analisi dei casi pervenuti in Consultorio, emerge un aumento di anoressia e binge eating.

A. è una ragazzina di 18 anni che porta come difficoltà principale, al primo colloquio, un disagio relativo il peso corporeo. Durante gli incontri A. racconta episodi di binge eating e una situazione familiare difficile con genitori separati e con un padre manipolatore e psicologicamente violento. Durante un colloquio la stessa diciottenne afferma: "Dottoressa, io da bambina dovevo chiedere a mio padre i soldi dell'affitto perché mia madre non voleva parlare con lui"; oppure "io ho sempre lavorato, anche quando ero minorenne, per provvedere alla mia sussistenza"; o ancora "mia madre non può fare la nonna perché dice che è sempre molto occupata; quindi sono io che aiuto mia sorella in gravidanza con il trasloco e con suo figlio piccolo".
In questa vignetta clinica appare chiaro come l'assunzione di un ruolo non appropriato in ambito famigliare, con una figlia che funge da genitore, come in questo caso, crea dei disagi nella sfera emotiva.

A. è un'altra ragazzina di 14 anni con problemi di anoressia. Durante il percorso emergono soprattutto sensi di colpa e assoggettamento al giudizio altrui. Negli ultimi colloqui afferma: "Ho sempre pensato che il problema fossi io che non andavo bene per la società e che dovevo adeguarmi secondo come mi volevano gli altri. Molti parenti mi dicevano spesso: - mangi questo cibo? Attenta a non ingrassare!- Ed erano sempre pronti a giudicarmi. Grazie al percorso fatto con lei ho capito che non sono io ad essere sbagliata e che devo accettarmi così come sono, dando meno importanza al giudizio
degli altri perché, qualunque cosa io faccia, essi mi giudicheranno sempre e comunque". Da questo caso clinico è emerso che la presenza di adulti svalutanti e giudicanti ha influito negativamente sulla possibilità della ragazza di potersi individualizzare.
La funzione dei genitori e degli adulti, in generale, è fondamentale. Essi hanno il delicato ed importante compito di incoraggiare i giovani nello sviluppo dell'autonomia e di una propria individualità, cercando di evitare di proiettare sui figli i propri disagi e favorendo il loro processo

di soggettivazione. Come dice Kurt Lewin "il compito genitoriale consiste nel costruire lo spazio di libero movimento intorno al ragazzo o alla ragazza in modo tale che possa crescere e diventare a sua volta adulta o adulto capace di reciprocare questa azione nel mondo. Quindi è compito dei genitori prendersi cura e preoccuparsi di fare qualcosa di utile proteggendo con attenzione e cura".

Concludendo, volendo ipotizzare una risposta alla domanda iniziale su cosa cercano i giovani, potremmo asserire, sulla base dei casi sopraggiunti alla nostra attenzione clinica, che i giovani necessitano di un luogo di contenimento, di riconoscimento, un luogo di elaborazione, un posto in cui poter dare una risposta alla domanda "io chi sono?".
Tuttavia, il riconoscimento del disagio da parte degli adolescenti e la loro voglia di lavorarci per crescere è un dato che fa ben sperare per il futuro, affinché gli adolescenti di oggi possano essere gli adulti "consapevoli" di domani.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

https://savoiabenincasa.edu.it/magazine/2022/05/giovani-senza-futuro-la-parola-al-filosofogalimberti/

Naviganti in porto senza meta

di Gianluca Valenti

Comunemente etichettati “bamboccioni”, “eterni Peter Pan” o ancora Neet (giovani che non studiano, né lavorano). Stiamo parlando dei giovani di oggi, giovani senza futuro, ma aggiungerei anche una generazione di fantasmi del presente. É una condizione abbastanza drammatica quella che stiamo vivendo, e dobbiamo riuscire ad arginarla in tempo.
Nella realtà contemporanea il giovane è disorientato, non ha una bussola, è sfiduciato, depresso, abulico…

Ma ci siamo chiesti il perché? Semplicemente perché figli di una società che ovatta, comprime, schiaccia, non vede il talento, il valore, né riesce a tracciare traiettorie, che non premia, anzi scarsamente rinforza. É una società in cui il giovane finisce molte volte per anestetizzare la frustrazione, il suo disagio che nasce dal sordo bisogno di essere ascoltato e “visto”, alienandosi nella realtà virtuale dei videogames, nel cibo, negli attacchi al corpo, o in casi più estremi nel fumo, nelle droghe, nell’ alcol, nelle devianze che diventano rifugio, l’unica alternativa per “corpi senza casa”, per naviganti senza punti cardinali.

Oggigiorno, molti genitori sono presenti più fisicamente che mentalmente, in quanto troppo occupati o semplicemente impreparati ad accogliere il disagio del figlio, nonché le sue preoccupazioni; inesperti a guidarlo nelle scelte e nella pianificazione della sua vita.

Giovani incompresi, illusi, delusi, in bilico tra le sicurezze del mondo infantile e le incertezze della vita adulta. Non sposiamo l’affermazione che i giovani di oggi non abbiano voglia di lavorare o studiare.

Pensiamo, piuttosto, che il giovane non si senta premiato abbastanza per i suoi sforzi, per le sue potenzialità; qualità personali a cui, a lungo andare, cessa di credere.

In varie interviste, lo psichiatra e psicoterapeuta Paolo Crepet sottolinea che bisognerebbe insegnare ai giovani ad “*essere cacciatori di orizzonti, a guardare l’infinito, a cercare la propria felicità, a inseguire con coraggio le proprie passioni, a correre il rischio, ad arrangiarsi da soli*” senza sentirsi soli, bisognosi e insicuri.

Quella odierna è una società in cui il giovane, purtroppo, ha smesso di sognare; e ciò non va bene! Perché i sogni sono il frutto di una mente che crea ed elabora ambizioni, prospettive, scelte e passioni.

Se da una parte, dunque, urge supportare le famiglie, incoraggiandole ad avere più fiducia verso i propri figli e le loro capacità, affinché questi possano afferrare il timone della propria

nave, spingendosi oltre la costa, dall'altra bisogna sollecitare le istituzioni scolastiche, le imprese e le organizzazioni lavorative a focalizzare l'attenzione sul giovane, attraverso la premiazione, ed un maggiore coinvolgimento nelle iniziative di lavoro che puntino a ripristinare l'importanza della meritocrazia, della gratificazione personale e del benessere psicosociale. Interventi motivazionali che spingano le "giovani identità in costruzione" a crescere come persone, professionisti e protagonisti attivi della propria vita.

A tu per tu con il disagio adolescenziale: oltre gli stereotipi e i pregiudizi sul digitale

di Lucia Musmeci

Tante e diverse sono le motivazioni che spingono molti degli adolescenti contemporanei a sperimentare una condizione di estrema e lancinante sofferenza, rabbia e confusione; condizione che li porta poi ad agire tanti e diversi comportamenti lesivi del proprio ed altrui benessere psicofisico, fuori e dentro gli schermi.

Eppure, nonostante ciò, quella attuale è una società estremamente competitiva ed individualistica, in cui il fallimento e la morte rappresentano spesso elementi non contemplabili come possibilità della vita, pena l'emergere di un dolore percepito come intollerabile ed ingestibile con le risorse emotive e cognitive a disposizione.

Ed è proprio per questo che la suddetta varietà di motivazioni non viene solitamente riconosciuta dal mondo adulto, tanto da essere generalmente ridotta ad un unico principale fattore: la pervasività dei dispositivi digitali, con tutto ciò che di problematico e disfunzionale essa può comportare.

Prima di procedere con la presente riflessione, è doveroso però sottolineare che con essa non si intende affermare l'inesistenza o l'irrilevanza delle criticità legate ad un utilizzo disfunzionale e problematico dei dispositivi digitali.

Ciò che si vuole piuttosto evidenziare è che social network, chat e videogiochi sono "semplicemente" ulteriori nuovi ambienti in cui il disagio adolescenziale tende a manifestarsi ed esprimersi, ma che - diversamente da ciò che viene solitamente affermato - tale disagio spesso ha le sue origini più profonde non in tali ambienti, quanto piuttosto nel cosiddetto "mondo fuori dagli schermi".
Difficoltà e sofferenze dovute a fattori individuali - come disabilità e malattie -, familiari - come eccessive aspettative di successo e divorzi -, relazionali - come difficoltà nell'instaurare e mantenere rapporti di amicizia e d'amore -, scolastici - come disturbi specifici dell'apprendimento e disabilità intellettive specialmente se in assenza di adeguato riconoscimento e supporto -, e/o sociali - come crisi economiche e ambientali -, sono solo alcuni esempi, molto comuni, di situazioni non primariamente legate al digitale che possono far sperimentare agli adolescenti quella condizione di estrema e lancinante sofferenza, rabbia e confusione di cui si accennava sopra.

Limitarsi ad individuare nel digitale - sempre e comunque, a prescindere da qualsiasi riflessione consapevole e contestualizzata - l'unico fattore alla base del disagio adolescenziale porta però con sè il rischio, spesso ignorato o sottovalutato, di trascurare l'intricato intreccio esistente tra le suddette categorie di fattori: rinunciando, in parte o del tutto, alla sua "esplorazione" ed elaborazione persino, a volte, in sede di consulenza/sostegno/psicoterapia, si tende così a mettere in atto interventi che poco o nulla hanno a che fare con le reali motivazioni del dolore portato dall'adolescente.

La tendenza ad attribuire esclusivamente al digitale tutte le responsabilità del disagio adolescenziale contemporaneo ha dunque l'effetto opposto rispetto a quello auspicato in quanto finisce per accrescere negli adolescenti contemporanei il senso di solitudine e di impotenza, il dolore, la frustrazione e l'assenza di fiducia e di speranza riguardo al futuro.

Tra l'altro, tutto ciò tende ad avvenire sempre più di frequente perché le giovani generazioni hanno difficoltà a trovare adulti davvero disposti ad ascoltare, e a vedere, loro ed il loro dolore, spesso anche tra i professionisti della salute mentale che più di tutti invece dovrebbero essere formati ad andare, ed ad accompagnare, oltre la patina offuscante dei pregiudizi e degli stereotipi più comuni.
È opportuno sottolineare comunque che anche a monte di tale assenza di riconoscimento delle reali e profonde origini del disagio adolescenziale sembra esservi un intricato intreccio di fattori diversi da considerare attentamente: il principale tra essi pare coincidere, in particolare, con il forte disagio sperimentato da tanti adulti - qualsiasi sia il loro ruolo rispetto al singolo adolescente in questione - nel trovarsi "faccia a faccia" con un dolore così intenso, perché proprio tale dolore rischia di attivare e/o riattivare le proprie angosce - legate al mondo adolescenziale - sopite, latenti, potenziali, in quanto non ancora sufficientemente elaborate.
Compito, se non proprio dovere, imprescindibile di ciascuno di noi adulti - ed in particolar modo di noi professionisti della salute mentale - risulta dunque essere oggi quello di svestire i panni del Don Chisciotte travolto dall'illusione di poter/dover lottare e vincere contro i mulini a vento - in questo caso digitali: da una simile lotta potremmo solo uscire frustrati e sconfitti, totalmente fuori strada rispetto a quelli che dovrebbero essere i nostri reali obiettivi.

Gli abiti che dovremmo indossare sono piuttosto quelli dell'adulto autorevole, realmente disposto a mettersi in ascolto e in osservazione degli adolescenti contemporanei, e delle loro angosce, proprio perché disposto innanzitutto ad ascoltare e osservare le proprie angosce profonde: solo così facendo sarà possibile per noi adulti - anche per noi professionisti della salute mentale - trasformarle in un potente e prezioso strumento per affiancare gli adolescenti contemporanei nell'elaborare le loro sofferenze e nell'individuare il loro personale percorso di vita, oggi, e in futuro, una volta divenuti adulti.

Sfide fuori-posto: essere adolescenti al giorno d'oggi

di Flavia La Gona

L'adolescenza è quel delicato arco di tempo soggettivo che accompagna il ragazzo nella crescita, nella transizione dallo stato di bambino a quello di adulto. Il termine deriva dal latino "adolesco", che significa crescere. Dare una definizione chiara dell'età che comprende lo sviluppo adolescenziale è decisamente difficile, in quanto ciò dipende dalle caratteristiche culturali e dagli elementi soggettivi; a grandi linee potremmo dire che il periodo adolescenziale inizia intorno i 10-11 anni, per concludersi intorno i 20 anni, anche se siamo ben consapevoli del fatto che nella nostra cultura occidentale i periodi in cui ci si trascina all'interno dell'adolescenza si stanno allungando parecchio.

L'adolescenza è un importante momento di ristrutturazione della personalità di un individuo. Nasce un profondo conflitto tra un desiderio di rendersi autonomi ed al contempo un bisogno ancora reale di autonomia. In questa fase così difficile per l'individuo, a causa di numerosi fattori individuali, familiari e sociali, si possono sviluppare alcuni comportamenti aggressivi e ribelli.

Gli stili educativi sono cambiati parecchio, trasformando la famiglia tradizionale, concentrata sull'assoluta obbedienza dei figli, a quella attuale, più permissiva e legata a rispettare gli aspetti emotivi dei suoi componenti familiari e non imporre ciecamente le regole; i legami familiari, ad oggi, sembrano essere meno rigidi ed utilizzare una forma di dialogo più aperta per accettare e giustificare le motivazioni che stanno dietro le norme morali e di comportamento.
Il rapporto tra genitore e figlio ha avuto un grande cambiamento, diventando quasi alla pari. Ciò che prima divideva ed alimentava le distanze nella relazione genitore-figlio, adesso permette di entrare in confidenza più facilmente, promuovendo il confronto reciproco.
Questa trasformazione delle relazioni genitoriali implica altrettanto il rischio che al figlio venga sottratto un punto di riferimento fondamentale nella fase adolescenziale e che di conseguenza, i valori impartiti dalla famiglia non siano correttamente assimilati.

Oggi le funzioni delle figure genitoriali risultano fluide ed intercambiabili. Differentemente, in riferimento ai decenni passati, il padre si adatta a trovare quotidianamente i compiti richiesti dalle diverse situazioni e la madre ricopre diversi ruoli, oltre quello di prendersi cura ed assistere il figlio, legati all'identità evolutiva e lavorativa con altri rilevanti aspetti della propria realtà. I genitori accolgono la vera sfida, che è quella di sperimentarsi ed educarsi alla conciliazione, che si adatti nel rispetto di entrambi, ad adempiere

in maniera flessibile le necessità dei propri figli, senza rinunciare ad essere una guida.

Nei tempi attuali, la tecnologia e l'intelligenza artificiale ricoprono un ruolo notevole, quasi invasivo, le quali influenzano quotidianamente la società, la costruzione della realtà e di conseguenza le scelte familiari.

Basti pensare che le applicazioni di Google Assistant, Alexa sono sempre pronte ad ottemperare alle richieste pervenute dal sistema vocale o addirittura sono in grado di consigliare cosa vedere in tv, attraverso determinati algoritmi che acquisiscono dati tramite le ricerche recenti, le tue preferenze. Il rischio in cui si incorre è quello di non rispettare i nostri tempi e limiti, in un luogo in cui si ha la percezione di ottenere tutto e subito, magari con un semplice "click", mettendo in ombra i nostri desideri più autentici attivando, seppur con fatica, le risorse tipiche del nostro essere.

È necessario informare i giovani ed ancor di più gli adulti sui limiti dei social Network, come ad esempio TikTok ed Instagram, oltre i pericoli presenti nel web che riguardano la protezione dei contenuti postati, il Cyberbullismo e l'adescamento online.

L'uso ossessivo dei dispositivi elettronici può portare ad un'alienazione dalle conseguenze delle proprie azioni, rivestendo un ruolo determinante non solo nella scelta dei prodotti commerciali, ma altrettanto nell'ambito della vita relazionale ed affettiva reale.

In tale sistema, ci si convince che si è assistiti da qualcuno, quando in realtà si procrastinano le azioni fisiche e ci si sta uniformando a ciò che la società ci propone. Questo tipo di comunicazione non è sempre funzionale ed influenza inevitabilmente l'atteggiamento nei confronti di chi ci è vicino e negli affetti in generale.

Il progresso tecnologico tende ad indebolire le abilità di meta-cognizione, le quali influenzano la propria percezione delle azioni-responsabilità, privando la persona della capacità del libero arbitrio e della responsabilità morale conseguente.

A tal proposito, l'illustre psicologo A. Bandura [1] spiega come sia presente intrinsecamente nella nostra cultura e nella natura umana il meccanismo del disimpegno morale, ovvero la tendenza a deresponsabilizzarsi dalle proprie azioni, soprattutto nel momento in cui non si riconoscono i propri valori e gli strumenti necessari, come l'empatia, la resilienza e la creatività.

Tali situazioni indicano la presenza di strategie psico-sociali che mirano a spostare le responsabilità individuali e collettive in cambio di un'affermazione del proprio valore o di un ritorno egoistico, oltre chi compie azioni ingiuste e crudeli. È evidente, che in questo meccanismo ci sia la perdita dal punto di vista simbolico dei veri punti di riferimento familiari e storici.

Queste dinamiche possono ostacolare altresì i processi di separazione-individuazione e l'acquisizione della propria autonomia e della

costruzione dell'identità autentica, per una possibile carenza empatica e di legami affettivi poco presenti.

I genitori, possono assumere un atteggiamento proattivo, nel cercare un compromesso tra l'utilizzo vantaggioso della tecnologia e la conoscenza sui risvolti negativi che tale innovazione può apportare. Le figure genitoriali hanno il delicato compito di mettere in guardia i figli dai rischi mostrando le finalità di ogni azione, moderandone l'uso senza vietarlo. È possibile predisporre regole condivise con tempi e spazi simbolici da usufruire, essendo per primi un buon esempio, poiché si impara principalmente da chi osserva e mette in pratica ciò che dice. Altrettanto significativo è creare delle alternative, per trascorrere bene il tempo libero con i propri figli , condividere esperienze comuni e dare un nuovo senso al valore dell'attesa.

Occorre superare la paura che il "distacco" tra genitori e figli adolescenti sia irrecuperabile, poiché il bisogno dei ragazzi, spesso messo in atto attraverso il conflitto, è affettivo, di essere riconosciuti e stimati.

NOTE

G.V. Caprara, C. Barbaranelli, C. Pastorelli, C. Iafrate, M. Beretta, P. Steca, A. Bandura. La misura del disimpegno morale nel contesto *delle trasgressioni dell'agire quotidiano.* Giornale Italiano di Psicologia, (2006).

Adolescenti alla deriva - alla ricerca di un porto sicuro

di Antonietta Germanotta

In quest'epoca contraddistinta da crisi globali, che spaziano dalle pandemie, alle guerre e ai cambiamenti climatici, il tema "Adolescenti senza mondo" sprona a un'attenta riflessione...
I giovani, bombardati continuamente da stimoli non sempre "positivi", si trovano a vivere già di per sé un periodo evolutivamente molto delicato e turbolento: tanto piacevolmente emozionante, cangiante, eccitante e intrigante, quanto disorientante, disarmante, confusivo e destabilizzante.
Negli ultimi anni, lavorando all'interno di alcuni Istituti Scolastici dell'interland catanese [1], in seguito a bandi per *"esperto psicologo nella conduzione di sportello d'ascolto*", sono entrata in contatto con un elevato numero di adolescenti. Attanagliati da quesiti irrisolti e impregnati di disagio, spesso in modo *silente* (ma assordante), cercano aiuto. Il grido muto, disperato, si manifesta in modo tendenzialmente disfunzionale ma ogni sintomo, per noi clinici, è prezioso.
Sovente ho potuto scorgere nei ragazzi paura, confusione, insoddisfazione e sofferenza per un mondo adulto che non riesce a fornire loro le risposte adeguate; si percepisce, infatti, la necessità di un confronto e anche di uno scontro costruttivo.
Quale futuro possiamo indicare a questi adolescenti che si sentono così persi, soli, sconfortati e incompresi? Un futuro che sia maggiormente popolato, magari sovraffollato, da figure di riferimento capaci di contenerli, supportarli, che possa risultare per loro un rassicurante *posto sicuro*.
Spesso, confidandosi/sfogandosi/lasciandosi andare e fidandosi, mi hanno raccontato di adulti di riferimento che talvolta (spesse volte) faticano a comprendere e rispondere in modo adeguato ai bisogni e alle paure degli adolescenti; le cosiddette "figure di riferimento" necessitano, a loro volta, di essere sostenute e supportate [2]. Non è un caso che allo sportello d'ascolto si rivolgano anche i genitori degli alunni. *"Non so cosa fare", "Non so come fare", "Io le ho provate tutte", "Non ci capiamo", "Non mi ascolta", "Mi dica lei", "A lei la ascolta, a me no"* sono alcune delle frasi ricorrenti...
È come se genitori e figli parlassero due lingue differenti e un "traduttore", un *mediatore linguistico*, un tramite, potrebbe servire a migliorare, o in alcuni casi addirittura attivare, la comunicazione.
L'incomprensione, la frustrazione e la solitudine che molti adolescenti provano sono sintomi di un sistema che ha bisogno di cambiare, di evolvere il proprio modo di mettersi in ascolto, in contatto e in discussione.
All'interno degli Sportelli d'Ascolto solitamente si attuano altri interventi; i principali sono gli

incontri di classe su tematiche specifiche (quali ad esempio bullismo e cyberbullismo, violenza di genere, gestione degli insuccessi e dei *fallimenti* scolastici),
Per preparare un futuro migliore agli *adolescenti di oggi* ci sono un paio di *strategie chiave* che potrebbero essere adottate.

Entrare nel mondo dei ragazzi, "alleandosi" con loro, preparandoli per le sfide della vita e aiutandoli a sviluppare resilienza, creatività e capacità critica. Dobbiamo offrire loro gli *strumenti* per comprendere il mondo e per essere in grado di contribuire attivamente al suo cambiamento. A scuola ci si potrebbe indirizzare verso metodi di insegnamento che coinvolgano gli studenti in un modo più significativo e attivo (ad esempio *peer education*); coinvolgere attivamente gli adolescenti nelle decisioni che influenzano il loro futuro potrebbe essere un obiettivo a lungo termine. Questo non solo aumenterà il loro senso di appartenenza e di responsabilità, ma li aiuterà anche a sviluppare competenze di leadership e a diventare *cittadini attivi*.

È fondamentale che si creino spazi in cui gli adolescenti possano esprimere liberamente emozioni, passioni, sentimenti, e pensieri; un luogo all'interno del quale possano sentirsi visti, ascoltati e compresi (ad esempio gli Sportelli d'Ascolto a scuola). Bisogna, altresì, sviluppare politiche di inclusione e integrazione, promuovere la diversità e l'accettazione.
Come psicologi e psicoterapeuti potremmo accogliere il disagio, supportare gli adolescenti e rappresentare per loro una figura di riferimento altra rispetto a genitori e insegnanti, indirizzarli nell'effettuare decisioni (ad esempio *orientandoli* nella scelta della scuola secondaria di secondo grado o del percorso universitario più idoneo) non scegliendo, però, per loro. Aiutare i ragazzi a "consolidarsi" e arricchirsi della cassettina degli attrezzi sarebbe un grande auspicio. I giovani talvolta necessitano di qualcuno che li aiuti a districarsi, a prefigurarsi i vari percorsi, i ragazzi hanno bisogno di essere capiti, incoraggiati e sostenuti nella loro crescita.

Riguardo la mia esperienza con gli Sportelli d'ascolto [3] credo che essa possa essere considerata un'ottima occasione per entrare in contatto con i ragazzi ascoltando e prevenendo stati ansiogeni, per accogliere, contrastare e risolvere problematiche riguardanti la crescita e le tematiche ad essa connesse. Uno spazio, quindi, in cui poter prevenire, o affrontare, situazioni di sofferenza quali ad esempio problemi emotivi e relazionali, problemi legati all'età evolutiva dei ragazzi, disturbi del comportamento alimentare, condotte autolesive, problemi di identità di genere, disturbi psicosomatici, fobie scolastiche, dipendenze da sostanze stupefacenti e le cosiddette "new addictions" (tra cui dipendenza da telefonino, da video-games, da internet, da relazioni virtuali e da sexting).
A scuola il mio intento è quello di essere un aiuto, una stampella, un salvagente e una presenza capace di far percepire agli alunni che c'è qualcuno, con un ruolo diverso sia dai genitori sia dagli insegnanti, disponibile ad ascoltarli e fornire loro accoglienza e comprensione non solo per difficoltà riguardanti il mondo della scuola ma anche quello della famiglia, del gruppo dei pari e, non meno importante, quello proprio, interiore,

intimo e personale.

Un mondo altro, forse, così potrebbe essere possibile...

NOTE

[1] Prevalentemente Istituti Scolastici di scuole secondarie di secondo grado.

[2] Se all'interno degli Istituti Scolastici, e non solo, potessero effettuarsi cicli di incontri mirati al sostegno alla genitorialità, ciò rappresenterebbe un valore aggiunto.

[3] Dal 2015 a ora ne ho gestiti quasi venti.

Adolescenti in cerca di una via verso il mondo

di Simona Alessandrà

Quella dell'adolescenza è da sempre una delle fasi più complesse e delicate della crescita, ancor di più lo è ai tempi d'oggi caratterizzati da una rapida e continua evoluzione dovuta, tra l'altro, al continuo diffondersi dell'uso dei social network che dilatano il disagio emotivo e relazionale e portano ad una scarsa chiarezza nella comunicazione e alla mancanza di rapporti reali e autentici.

L'adolescenza è il periodo più critico nella gestione educativa di un figlio, in quanto caratterizzato da forti contrasti, determinati dall'esigenza di autonomia dell'adolescente. La difficile fase dell'adolescenza, infatti, non interessa solo il giovane, ma anche il genitore e, spesso, l'intero nucleo familiare, il quale risente delle tensioni che si creano tra i due "schieramenti".

Ci sono due momenti in cui il rapporto e la comunicazione tra genitori e figli inizia a modificarsi, facendo avvertire i primi conflitti. Il primo si ha quando il genitore sente di non rappresentare più un punto di riferimento per il figlio, poiché tale ruolo viene delegato al gruppo dei coetanei (che diviene nuovo punto di riferimento in adolescenza). Il secondo si ha quando l'adolescente, percependo una forte spinta ad andare contro le regole, mette in discussione l'autorità del genitore e assume comportamenti che portano al contrasto. Spesso, di questo processo che conduce all'individualizzazione, il ragazzo non ha alcuna consapevolezza. Ciò fa sì che l'adolescente si senta limitato nella propria libertà e che l'adulto si senta spodestato del proprio ruolo. Tale condizione genera, in entrambi, sentimenti di rabbia e frustrazione. Accade, così, che il dialogo tra genitore e figlio divenga via via più difficile, poiché caratterizzato da astio e competitività. Tutto ciò conduce l'adolescente a continue rotture con la famiglia: il giovane sfida il genitore e la famiglia, ossia le figure che incarnano l'autorità. Possiamo considerare l'adolescenza, dunque, come l'età delle sfide.

L'adolescenza, inoltre, costituisce un periodo critico per la salute, soprattutto quella psichica. Se è vissuta senza regole, c'è il rischio della possibile comparsa di malattie come, ad esempio, schizofrenia, crisi depressive, anoressia e bulimia. In considerazione del concetto di sano sviluppo della Persona, ben espresso dall'Organizzazione Mondiale della Salute – OMS, la quale vede la salute come "stato di benessere complessivo dell'individuo tale da consentire l'espressione delle piene potenzialità del soggetto" (www.oms.it), è importante aiutare l'adolescente e la famiglia a maturare la capacità di affrontare e superare ansie e conflitti, caratteristici della fase

adolescenziale, in modo da prevenire il delinearsi dei disturbi sopra citati.

Spesso, durante i colloqui clinici con genitori "preoccupati" per i propri figli adolescenti, sentiamo le espressioni "non ascolta", "non fa quello che gli diciamo", "è sempre in camera sua, con il telefono in mano".

Diventa necessario stabilire un rapporto tra generazioni il più costruttivo possibile che si basi su chiare regole e non su comandi autoritari, capaci di fornire agli adolescenti una linea guida da seguire per potersi orientare e trovare soluzioni ai vari problemi che essi incontrano lungo la via che li condurrà all'età adulta. Per riuscire in ciò, è fondamentale stabilire delle regole: la "regola", infatti, diventa una sorta di bussola per orientarsi in un mondo non del tutto conosciuto, una misura educativa fondamentale capace di fornirgli un indirizzo.

Le regole sono quella protezione necessaria non solo per evitare danni fisici, ma anche e soprattutto per proteggere la sua emotività. Un adolescente lasciato libero di agire senza freno alcuno, è abbandonato a sé stesso, una finta libertà che si trasformerà presto in una grandissima prigione. Sarà un adolescente incompreso, visto come "difficile", e questo lo farà avvertire come un "problema", mentre è invece confuso e solo.

Va compreso il concetto di libertà, perché si pensa troppo spesso, che libertà significhi "fare ciò che voglio, quando voglio". Ma questa è la FINTA libertà. È la forma di libertà più semplice che un genitore possa applicare, perché è più facile dire di sì che di no.

La libertà VERA invece è l'autonomia di pensiero, di prendersi cura di sè, di essere in grado di rapportarsi con gli altri, di gestire le proprie emozioni e reazioni, di autoregolarsi e autocorreggersi, la stima di sè.

Queste, però, restano solo teorie se guardandoci intorno vediamo ragazzi che dopo aver colpito la propria Professoressa con una pistola ad aria compressa, "ricevo la gratificazione" di essere promossi con la votazione di 9 in condotta…una sconfitta per l'intera società.

Gli adolescenti senza regole soffrono tantissimo. Sono spaesati, soli, in balia di emozioni che non sanno gestire, di scelte che non possono affrontare. È come trovarsi in mezzo al mare, su una barca, senza saperla guidare e con il capitano che ti guarda senza dirti nulla. La stima di sè poi, nasce sulla base dell'approvazione degli altri, delle risposte altrui ai nostri comportamenti. Solo con il tempo ci sarà un distacco da tale equazione e non verremo più influenzati dall'esterno, ma è un processo fisiologico (quello di partenza), che serve appunto per annaffiare il seme della nostra autostima e farla crescere, per sentirci amati e ben voluti.

A conferma di quanto detto, vengono in aiuto anche le nuove ricerche delle neuroscienze che illustrano come negli individui cresciuti senza regole si accendono i lobi frontali del cervello, quelli che producono l'ormone dello stress e dell'ansia (il cortisolo). Addirittura, approcci

educativi autorevoli basati su regole opportune e sull'empatia con i propri figli, aumentano numero, grandezza e funzionalità dei neuroni.

A tal fine, le regole devono essere chiare, stabilite e condivise da entrambi i genitori che, impegnati in un "lavoro di squadra" definiscono dei punti fermi e partendo da questi permettono al figlio adolescente di muoversi nel suo margine di autonomia. Se date al momento giusto, le regole consentiranno di sviluppare progressivamente l'autonomia. Per fare ciò diventa necessario avere ben chiaro l'obiettivo educativo, partendo dall'idea che alla base del processo di crescita e di sviluppo personale dell'adolescente c'è la costruzione di una identità che lo porterà a definire una propria personalità con idee, valori, motivazioni, credenze. Processo alquanto complesso che richiede la figura di un modello e un esempio di riferimento che viene rappresentato, in primis, dalla figura dei genitori che hanno, tra l'altro, il compito di garantire sicurezza e stabilità emotiva.

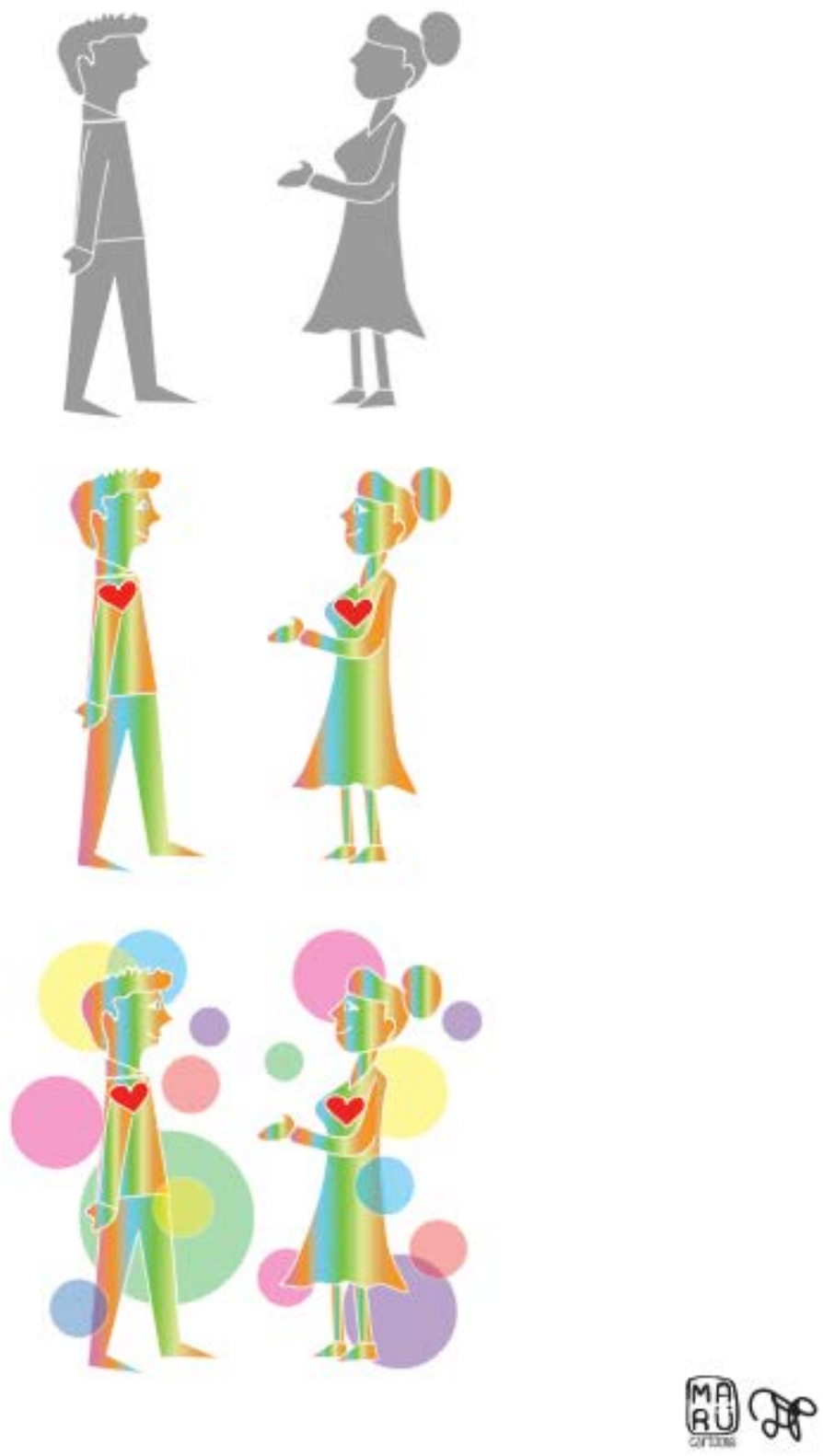
L'inclusione, astratta o concreta attuazione. Riflessioni sulle buone possibili prassi e la figura professionale dello Psicologo

di Indira Portale

In qualsiasi ambito, e quindi non solo esclusivamente in quello scolastico, il concetto di inclusione diviene centrale al fine di favorire l'accettazione della complessità insita nel significato stesso di "persona".
Tuttavia, nello specifico, la necessità di attribuire una definizione al concetto d'"Inclusione scolastica" nasce dal voler concretizzare il significato di un fenomeno multidimensionale che non può e non deve trovare un collocamento unico nello scenario sociale.
La tanto auspicata definizione, quasi fosse una formula perfetta, rischia di perdere dunque la sua motivazione sottostante e, laddove identificata, decade riducendosi a mero nominalismo.
Per poter trattare di autentica inclusione, necessita dunque far luce sul concetto di persona intrinsecamente legato a quello di contesto; la fusione equilibrata dei due "elementi", fortemente interconnessi, ha una notevole ricaduta sul benessere psicologico che, per il suo raggiungimento, necessita soprattutto di azioni sinergiche e consapevoli di "alleati" competenti.
Il concetto di benessere globale va, dunque, inteso come intrinsecamente collegato a quello di salute definito dall'OMS secondo una visione innovativa legata al funzionamento umano a tutti i livelli (biologico, personale e sociale), superando la visione limitante di malattia.
Difatti, la mancanza di pratiche inclusive trova terreno fertile proprio laddove si registra una carente formazione specifica, anelando trionfante una formazione che esula da quella propria dell'articolato ambito psico-educativo e metodologico secondo una prospettiva bio-psico-sociale ed ecologica.
La soluzione che può contribuire a favorire il raggiungimento dell'inclusione, dunque, non esiste a priori, ma si concretizza all'interno di processi circolari che flessibilmente necessitano di adattamenti nel "qui e ora" e che possono radicarsi nel contesto di riferimento, focalizzando l'attenzione, con la medesima intensità, su tutti gli attori dell'inclusione.
Nella prassi, l'inclusione si può concretizzare solo partendo dalla persona di riferimento per arrivare e tornare al contesto stesso in un'ottica circolare, considerando tutti coloro che del contesto ne fanno parte.
Quanto affermato pone rilevanza nella progettazione di interventi mirati, focalizzando la lente di ingrandimento sul micro contesto,

con la consapevolezza che i dettagli contestuali sono inseriti all'interno di contesti più ampi che rappresentano lo sfondo indispensabile e imprescindibile necessario a delineare il macro insieme di riferimento, nel quale la persona è inserita e dal quale diviene necessario partire con estrema competenza.
Contribuire ad attuare l'inclusione significa, dunque, partire dalla conoscenza complessa della persona e della sua unicità; significa riuscire ad attribuire centralità alla stessa, individuando i punti di forza e accettando i punti di debolezza non con mera rassegnazione passiva, ma nell'ottica del pieno rispetto della stessa.
La "conoscenza" e l'"accettazione" della persona diventano dunque i pilatri dell'inclusione; essi affondano, insieme, le loro radici nel contesto proprio di riferimento della persona stessa, muovendosi sincronicamente per favorire interventi inclusivi secondo approcci necessariamente integrati e quindi fortemente interconnessi.
Alla base del raggiungimento di un'autentica inclusione, in ambito scolastico e non solo, si registra la necessità di interventi formativi finalizzati ad orientare docenti, alunni, famiglie e le altre figure di riferimento ad individuare, a loro volta, azioni sinergiche atte a favorire la concreta attuazione di buone prassi inclusive.
Al fine di favorire tali azioni sinergiche diviene imprescindibile, focalizzando la persona nella sua unicità, individuare strumenti e metodologie, avendo la possibilità di essere guidati e supervisionati costantemente da professionisti ed è qui che lo Psicologo dovrebbe assumere una posizione centrale.
L'attuazione di un'inclusione scolastica autentica si potrà ottenere, dunque, attribuendo fattivamente maggiore importanza al contesto non solo fisico, bensì relazionale e organizzativo.
Per raggiungere tale ambizioso obiettivo, il ruolo del professionista in materia di inclusione diviene essenziale; la figura professionale dello Psicologo diviene, a tutela della "salute", collante per passare da un'astratta ad una concreta attuazione.
Ci vorrebbe una rivoluzione copernicana nel contesto scuola da realizzare promuovendo reti territoriali e attribuendo un significativo spazio alla presenza imprescindibile dello Psicologo che, allo stato attuale, anela perlopiù tra un progetto limitato e un intervento circoscritto, assumendo un profilo poco delineato e confuso spesso con quello di altre figure.
La presenza, a scuola, del supporto professionale dello Psicologo competente, "professionista del benessere", potrebbe di certo contribuire alla concreta attuazione dell'inclusione, a supporto dell'inclusione stessa e altresì del benessere psicologico di ogni singola persona nel rispetto del suo "funzionamento".
Il contesto scuola registra un necessario supporto del professionista suddetto; la formazione mirata, in tal senso, potrebbe contribuire a favorirne la consapevolezza, creando sinergie utili affinché ciò si attui e diventi parte integrante delle "buona prassi" nel microcontesto scolastico.
L'illustrazione, inedita, vuole andare oltre le parole scritte, attribuendo valore alla qualità della relazione; tale qualità contribuisce a "colorare" il rapporto tra gli interlocutori e quindi a rendere "colorato" l'intero contesto di riferimento, producendo "benessere".

indira.portale@psypec.it



Ilustrazione inedita

Recensione Simposio della psicologia della Magna Grecia (30/06/2023)

di Donatella Ardito

Giunto nella quinta edizione tra lo stupore e la carica di entusiasmo che precede sempre un evento, ha avuto avvio il quinto "Simposio della psicologia della Magna Grecia" il 30 giugno del 2023 dal titolo "Dialoghi sul Trauma. Riflessioni condivise tra Psicologi dell'area Iblea", con il patrocinio gratuito dell'Ordine degli Psicologi della Sicilia.
La città che ha ospitato questo appuntamento è stata per la prima volta Ragusa, bomboniera culturale del patrimonio Unesco dell'area iblea che è succeduta ad Acate, sede storica in cui è nato l'evento e svolto per le precedenti quattro edizioni.

In origine, il Simposio era un evento che si svolgeva nell'antica Grecia ed era un conviviale dove si discuteva di filosofia e di politica. Proprio questo è stato l'intento del dottor Salvatore Stornello, Psicologo di Acate, cioè quello di riportare l'evento nell'era contemporanea, parlando però di psicologia. Gli studi giovanili del collega Stornello, infatti, sono iniziati con la filosofia e più nel dettaglio con la curiosità del celebre mito della caverna di Platone, allievo di Socrate che, secondo il Dott. Stornello fu il primo psicologo della storia perché affermava "conosci te stesso" e quindi lo scavo interiore come cura dell'anima.

Questa passione filosofica è stata pertanto concretizzata e tradotta in evento grazie e allo spirito d'iniziativa del Dott. Stornello che in questa quinta edizione è stato anche moderatore.

A dare inizio ai lavori, sono stati i saluti istituzionali della Presidente dell'Ordine degli Psicologi della Regione Siciliana, la Dott.ssa Gaetana D'Agostino che, dopo aver attraversato l'entroterra siciliano appositamente per partecipare all'evento, ha manifestato con affetto e solarità il compiacimento per un'iniziativa così partecipata e nata in uno dei territori più periferici della Sicilia. La presenza della Dott.ssa D' Agostino è stata una vera e propria ventata solidale, affettuosa e augusta che ha portato sostegno istituzionale verso il gruppo di psicologi protagonisti dell'iniziativa.

Così come in un teatro greco, senza sipario, gli attori entrano in scena esponendosi direttamente al pubblico così anche i relatori del Simposio si sono susseguiti in sette dialoghi sul tema comune del trauma affrontandone diversi aspetti scientifici.

La parola iniziale è stata data alla Dottoressa Psicologa Maria Rossella Iacono in dialogo aperto con l'uditorio su "Il segreto: traumi e silenzio", approfondendo in ottica sistemico-relazionale

il ruolo che segreti e silenzio detengono nel perpetuarsi del trauma e nel definire l'organizzazione del sistema familiare.

La Dottoressa Psicologa Donatella Ardito ha catapultato nel dialogo le onde traumatogene che vengono attraversate dai migranti, in un viaggio che ha inizio da una scelta ardua e, altrettanto audace la loro intenzionalità di contatto verso una cultura lontana da quella d'origine, in cui sulla base della relazione, anche formativa, possano un giorno loro stessi dare un contributo concreto alla Società.

La Dottoressa Donatella Ardito ha aperto un dialogo dal titolo. "Sulle onde di un trauma. Negli occhi dei migranti" coinvolgendo la Dottoressa Sociologa Marina Domenica con la quale ha "affondato i remi" sulla toccante storia esperita da un migrante. Emotivamente intensa ed emozionante è stata la chiusura dell'intervento con una poesia scritta da Marina Domenica.

Il Dottor Giuseppe Licitra ha presentato una relazione dal titolo "Il buco germoglia", descrivendo l'intervento psicologico di equipe realizzato in una scuola elementare per favorire l'elaborazione collettiva di un lutto improvviso per la morte di un'insegnante. Il Dottor Licitra ha dialogato con il Dottor Stornello sulle opportunità che possono "germogliare" dal una ferita profonda generata da un trauma. Il Dottor Salvatore Stornello, con grande generosità, ha coinvolto emotivamente l'uditorio raccontando la propria esperienza personale di trauma e la storia di resilienza che ne è scaturita e dalla quale è nata una pubblicazione autobiografica dal titolo "Oltre le faglie del dolore. Una storia di vita e di resilienza".

La Dottoressa Psicologa e Psicoterapeuta Simona Fermo ha portato la tematica "Trauma e disturbi di personalità" illustrando l'evoluzione di un caso clinico in cui emerge la complessità del vissuto del trauma e il ruolo decisivo del supporto psicologico per il miglioramento dei sintomi e della sofferenza. La Dottoressa Fermo ha dialogato con la collega Giulia Battaglia su aspetti teorico-metodologici circa la lettura e l'intervento.

La dottoressa psicologa Maria Amelia Giurdanella ha esposto la sua presentazione sul tema "Trauma, Stress e Cervello", analizzando l'influenza dell'aspetto ambientale, del livello stressogeno e della funzione cerebrale che danzano all'unisono in quanto nessuna componente può prescindere dall'altra. Il dialogo si è aperto alla Dottoressa Psicologa e Psicoterapeuta Vania Blanco che ha supportato la tesi esposta e ha dato il suo professionale contributo.

La dottoressa psicologa Sarah Jhurree ha fornito all'auditorium un biglietto di viaggio verso la reminescenza di esperienze critiche nonché traumatiche di eventi esperiti dalla popolazione globale. Un viaggio in tutto il mondo che ha accorciato le distanze attraverso il suo chiarimento nei confronti della terapia online e di come persone appartenenti a luoghi distanti, possono instaurare una relazione professionale e curativa grazie alla terapia online. Il suo intervento dal titolo:" L'evoluzione della psicoterapia nell'era post Covid: il trattamento

online del trauma evolutivo, il caso di S." si è aperto al dialogo con la dottoressa Simona Fermo che è intervenuta con domande curiose e professionali. E hanno avuto risposte chiare e pronte da parte della Dottoressa Jhurree.

La dottoressa Barbara Bonsignore ha narrato e spiegato il mito di Medea data da una rilettura psicologica fornita per mezzo di un interessante confronto tra Freud e Jung.

Una lettura duplice del significato psicologico sul trauma che ha visto aperto il dialogo con la dottoressa psicologa e psicoterapeuta Vania Blanco che ha esplicitato dapprima il suo spiccato interesse per la mitologia e in seguito ha esposto la visione sulla situazione traumatica esperita da Medea sia nella sua bellezza che nella sua complessità.

Il simposio si è confermato ancora una volta un'opportunità semplice per avviare confronto con più professionisti e ha fornito ai partecipanti un senso di appartenenza e nutrimento arricchente. Un nutrimento che vale sia per la cognizione che per la psiche, ma anche un arricchimento umano mediante un clima di festa, cordialità e dalla semplice voglia di stare insieme a dialogare per condividere pareri, saperi e considerazioni.