

ADOLESCENZA

All' interno di quello che viene definito il periodo adolescenziale, è possibile pervenire ad una suddivisione, in:

- preadolescenza (11-14anni) cambiamenti puberali
- adolescenza (14-17 anni circa) identificazioni con coetanei ed adulti
- post-adolescenza (dai 17 ai 20 anni circa) assunzione ruolo sociale

queste fasi non è opportuno considerarle nettamente suddivise fra loro perché alcune fasi si accavallano e si sommano alle fasi precedenti e, a mio parere (Giulia), esse sono soggettive e diverse a seconda dell'epoca storica e del contesto socio-culturale.

L' **adolescenza** può essere definita come un lento processo, che porta al suo interno rotture e disarmonie che interessano il corpo, la personalità, i comportamenti, la relazione con se stesso e con gli altri. Viene anche considerata come la fase centrale di sviluppo psicologico, durante la quale avvengono delle trasformazioni che possono essere rapportate alle fasi di sviluppo precedente e che condizionano il futuro adattamento dell'individuo.

Si verificano degli "abbandoni" di aspetti considerati tipicamente infantili:

a livello fisico: abbandono di un corpo infantile ed il raggiungimento di un corpo adulto con tutte le implicazioni di tipo sessuale e riproduttivo;

a livello cognitivo: con il superamento del pensiero operatorio concreto (Piaget) ed il conseguimento della logica formale e del pensiero deduttivo.

a livello affettivo: per l'abbandono degli oggetti d'amore infantili e la ricerca di un impegno in legami affettivi al di fuori dell'ambito familiare.

a livello sociale: per un progressivo abbandono della dipendenza dalla famiglia e la ricerca di un'autonomia di azione e di giudizio esercitata al di fuori del contesto familiare.

...abbandono degli oggetti d'amore infantili...

In questo periodo, spesso, i genitori vengono deidealizzati, sottoposti a critiche severe, aggrediti verbalmente ed in questo modo si realizza la loro separazione, contemporaneamente però se ne ha un bisogno estremo. Ogni separazione comporta un lutto; e l'adolescente è alle prese con l'elaborazione del lutto dato dalla "distruzione" delle figure d'attaccamento genitoriali, ma per avere la forza di superare questa fase senza sensi di colpa distruttivi, ha bisogno di avvertire il sostegno dei genitori, indipendentemente da ciò che il ragazzo agisce o dice.

Il percorso evolutivo principale per l'adolescente è l'acquisizione di un'identità più matura contrapposta ad una confusione di ruoli. L'adolescente deve rinunciare ad una identità precedentemente acquisita e confrontarsi con un'identità nuova, che gli è estranea, che è imposta dai cambiamenti ormonali e fisici; un cambiamento che non può rifiutare, che spesso non gli piace e mina dal profondo la sua autostima.

...abbandono del corpo infantile...

Soprattutto nella preadolescenza vi è una rapida crescita con mutamenti fisiologici e morfologici e, poiché il corpo è alla base del senso d'identità psicologica, questo comporta il cambiamento di una certa idea del corpo, delle capacità di controllo su di esso. In molti preadolescenti si presenta una certa difficoltà ad accettare un corpo che si trasforma troppo rapidamente, con manifestazioni di disorientamento, stupore, sofferenza per dover accettare un corpo nel quale ci si sente estranei. Spesso c'è un forte senso di preoccupazione circa l'esito finale di questo processo; ed implica una ricostruzione dell'io corporeo che viene vissuto in modo molto ansioso. Spesso si assiste a tentativi di controllo eccessivi per tentare di mantenere un'integrità personale che si manifestano in un esercizio eccessivo, in un esasperante controllo di ciò che si mangia, in un'ossessione per la pulizia e per l'aspetto estetico.

Le trasformazioni del corpo rinviano ad un corpo sessuato e condizionano la costruzione dell'*identità sessuale*, vale a dire quel processo tramite il quale l'adolescente perviene alla consapevolezza di ciò che comporta essere maschio o femmina. La pubertà mette fine alle precedenti identificazioni con il sesso opposto e orienta verso identificazioni con adulti dello stesso sesso.

La pubertà fisiologica corrisponde con la possibilità riproduttiva e fa accedere l'adolescente allo stato biologico di adulto, ma vi sono impedimenti sociali (e culturali) che restringono drasticamente la sua possibilità di agire come tale. La consapevolezza del corpo adulto, e della sua funzione primaria, causa spesso ansietà che viene somatizzata o evitata ricorrendo a vari meccanismi di difesa.

L'amore, il gruppo, un impegno sociale o politico spesso facilitano e aiutano a risolvere i problemi: fanno sentire il corpo amato e accettato e questo favorisce la riconciliazione con esso.

...abbandono di un'identità infantile...

Il mondo degli affetti infantili è divenuto stretto ed inadeguato ed il preadolescente da un lato vorrebbe abbandonare i precedenti attaccamenti, dall'altro non ha ancora formato attaccamenti nuovi che caratterizzano gli anni successivi (infatti spesso si "infatua a personaggi molto distanti dalla propria realtà come per es. i cantanti famosi).

Il preadolescente vive in uno stato di **indeterminatezza**: la propria autostima, l'appagamento dei propri bisogni, l'approvazione non dipendono più dalle figure adulte.

La soluzione di alcuni compiti evolutivi è determinante per lo sviluppo dell'autonomia (come la capacità di amare, di essere empatici, di tollerare le frustrazioni, di riuscire in ciò che si intraprende). Il fallimento di uno di questi compiti porta in luce il rapporto tra stima di sé ed identità.

Abbiamo visto che nell'adolescente è centrale lo sviluppo della propria identità personale, questa è strettamente correlata con l'opinione che egli ha di sé stesso:

- la stima di sé complessiva è basata su come il soggetto avverte di funzionare in ambiti per lui importanti (se infatti ha successo in ambiti in cui non gli importa nulla la sua stima non si incrementa).

- la percezione che i soggetti hanno degli atteggiamenti degli "altri significativi" è altamente correlata con la stima di sé: chi si sente apprezzato da persone che reputa importanti matura un'elevata stima di sé (spesso negli adolescenti sono fuori dall'ambito familiare; come il gruppo dei pari o altri adulti)

- soprattutto per le ragazze l'apprezzamento per il loro aspetto fisico è importante per il conseguimento della stima di sé: spesso le femmine si sentono poco attraenti con conseguente poca stima

Higgins crede che la rappresentazione che ognuno ha di sé contiene elementi che si riferiscono:

al sé reale (come sono)

al sé ideale (come mi piacerebbe essere)

al sé normativo (come dovrei essere).

Nella esperienza di ognuno di noi emerge chiaramente che vi sono discrepanze fra questi diversi livelli del Sé.

Ogni discrepanza provoca un coinvolgimento emotivo più o meno intenso che porta il soggetto a orientare il suo comportamento nella direzione di una riduzione del grado di discrepanza.

Discrepanze fra Sé reale ed Ideale : emozioni di tristezza, delusione.

Discrepanze fra Sé reale e normativo : emozioni che si ricollegano ad un senso di agitazione, minaccia imminente ed ansia.

Una costante discrepanza fra i 3 livelli del sé dà luogo a condotte disadattate, non costruttive, spesso improduttive che alimentano elementi depressivi o fenomeni ansiosi.

Tali disturbi si collegano ad una rappresentazione di sé frammentaria, fissata su identificazioni di tipo infantile e suggerite da "mode" del momento, ad una deficitaria integrazione dei diversi aspetti del sé perché non si è in grado di integrare ed elaborare un'unità della persona a partire dai diversi ruoli assunti nell'ambiente sociale.

L'emergere di questi disturbi può essere ricondotto ad alcuni fattori:

iperprotezione familiare porta ad una difficoltà nel superare le identificazioni infantile perché non avrà avuto la possibilità di esplorare le alternative possibili nell'area del lavoro, politica, delle relazioni, sessualità, e per questo avrà un blocco dell'identità ed una rappresentazione di sé ad un livello primitivo.....egli è come gli altri hanno voluto che fosse...

povertà di stimoli culturali porta ad una ristrettezza delle scelte possibili; la mancanza di orizzonti limita le alternative ed il soggetto è indotto a definire la propria identità nell'unico modo che la situazione gli permette.

caratteristiche personali es. se un soggetto non sa superare la discrepanza fra Sé reale e normativo capita che egli non prenda impegni perché pensa di poter trovare oggetti d'investimento più prestigiosi per adeguarsi alle norme sociali (và contro sé stesso). L'incertezza e l'ansia che lo pervadono non gli permettono di considerare nemmeno le alternative che pensa di avere di fronte.

se un soggetto non sa superare la discrepanza fra Sé reale e sé ideale può invece concretizzarsi in una continua esplorazione verso obiettivi sempre più ambiziosi verso i quali impegnarsi: la capacità di far fronte alle inevitabili frustrazioni senza cedere alla delusione o all'impotenza potrà far acquisire all'adolescente un'identità contrassegnata dall'impegno con un progetto di vita molto significativo.

In tutti questi casi è evidente l'interazione fra l'adolescente e l'ambiente sociale nel quale è inserito. Spesso infatti in ambienti sociali poco "adatti" si inseriscono veri e propri disagi giovanili causati appunto da dinamiche sociali "patologiche" (non solo familiari , ma anche le richieste complessive che la società avanza o meno all'adolescente).

Il cosiddetto "**disagio giovanile**" è un fenomeno tipicamente delle società occidentali. (in molti popoli il ragazzo passa dall'infanzia all'età adulta attraverso riti di iniziazione e questo fenomeno quindi non esiste!).

Il problema del disagio (non agio) rispetto ai ruoli e alle prospettive assunte e che si esprime in una molteplicità di comportamenti a rischio è tipico di questo contesto storico culturale.

PIAGET : stadio operatorio-formale

A partire dagli 11 anni circa il ragazzo inizia ad utilizzare le operazioni di classificazione e seriazione anche su contenuti astratti ed inizia a formarsi un altro tipo di operazioni che consistono nel collegare in modo logico proposizioni, affermazioni.

Tali operazioni sono chiamate da Piaget **formali** e consentono al ragazzo di stabilire delle connessioni logiche tra più affermazioni all'interno di un discorso e verificarne quindi la coerenza.

La possibilità di ragionare in termini di "se...allora" consente di fare delle premesse e di trarne, in via puramente logica, delle conseguenze: queste operazioni logiche sono la condizione della comparsa del **pensiero ipotetico-deduttivo** essenziale per poter affrontare in modo diverso i problemi posti dalla realtà. (davanti ad un fenomeno da spiegare, si è in grado di formulare delle ipotesi, prevedere logicamente le conseguenze, controllarne gli effetti, ecc..)

Agire su contenuti astratti in modo logico, permette al ragazzo di svincolarsi dalla realtà concreta e quindi di avvicinarsi ad interessi legati ad una visione del mondo dominata da valori: la solidarietà, l'adesione a ideologie, l'interesse per il bene comune, ecc.. questo permette di avvicinarsi al mondo dell'algebra, della poesia, della filosofia, della fisica, ecc.

ERIKSON :

5 FASE (adolescenza) identità o idee confuse su sé stesso

La domanda principale che l'adolescente si pone e a cui desidera trovare una risposta è "Chi sono io?"

Egli cerca di definirsi come persona, assume, nel rapporto con gli altri, ruoli diversi, si pone il problema di effettuare delle scelte (scuola, lavoro, morali, affettive ecc..)

Questo continuo definirsi è facile crei un conflitto con il mondo adulto della famiglia della scuola, ecc. l'adolescente agisce sulla spinta di forze contrastanti:

1) sicurezza della famiglia – indipendenza

2) certezze dell'infanzia – insicurezza del nuovo ruolo di adulto
in questa ricerca il **gruppo dei pari** ha un ruolo decisivo: è nel gruppo che ci si sente a proprio agio, si condividono regole, scelte, modelli di comportamento, si trova sostegno, aiuto e la forza per affrontare esperienze nuove.

FREUD: *fase genitale* (dall'inizio della pubertà).

Esplode la pulsione sessuale sotto l'influsso dei cambiamenti fisici e ormonali che modificano il corpo del ragazzo.

Sono impulsi diretti non più verso il proprio corpo ma una persona di sesso opposto, solitamente un coetaneo. Nel rapporto d'amore si tiene conto dell' individualità dell'altro non considerando solo il proprio autosoddisfacimento. La scelta del partner può essere orientata da come si sono vissute le fasi precedenti: ad es. si può essere attratti da persone deboli e remissive o al contrario dominanti a seconda degli atteggiamenti e dei modelli sociali sviluppati in precedenza.

Alla fine di questa fase secondo Freud, l'evoluzione della personalità è conclusa.

Come frase sintetica si può affermare che per la psicoanalisi **"il bambino è il padre dell'uomo"** in ogni fase della vita si porta il passato nel presente: non solo si vive il presente, ma si è sollecitati a ripetere situazioni irrisolte o traumatiche del periodo infantile.

BISOGNI PREVALENTI dell' ADOLESCENZA:

I bisogni di identità: il giovane cerca la propria identità si chiede chi è, cosa vorrebbe essere, e il gruppo di appartenenza funziona come strumento che facilita il passaggio dalla vita protetta della famiglia in cui le regole ed i ruoli erano definiti, al mondo adulto in cui è necessario scegliere.

Bisogni di indipendenza il relativo allentamento dei legami familiari, la tendenza a vivere molte esperienze all'interno del gruppo, l' insofferenza per regole e divieti, sono l'espressione di una forte spinta all'indipendenza come terreno in cui poter effettuare delle scelte in modo autonomo. Spesso il bisogno di indipendenza si coniuga con una certa dose di *onnipotenza*, tipica del pensiero adolescenziale. (sembra che nulla di grave possa accadere, che il fatto di pensare una cosa significhi automaticamente la sua realizzazione sottovalutando i rischi e quasi sembra significhi una sfida nei confronti di comportamenti a rischio come modo per affermare se stessi).

Bisogni di senso l'adolescente si chiede "perché fare?" egli è alla ricerca di un'attribuzione di senso alle attività, incombenze, doveri da compiere. La possibilità di esercitare un giudizio critico (grazie al pensiero ipotetico-deduttivo, Piaget) di confronto con posizioni diverse mette in grado il ragazzo di cogliere la coesistenza di tanti livelli di consapevolezza e motivazione rispetto alle azioni quotidiane.

IL RUOLO DEL GRUPPO DEI PARI

Il gruppo dei pari (coetanei) rappresenta la fonte privilegiata a cui richiedere svariate forme di aiuto. Il dialogo ed il confronto con amici ci permette una più approfondita comprensione del problema da affrontare perché introduce punti di vista diversi, favorisce la presa di distanza emotiva che permette di valutare aspetti del problema all'interno di un clima affettivo nel quale la spinta alla compartecipazione emotiva è forte.

Quali sono gli elementi che contraddistinguono il gruppo di adolescenti da altri gruppi che si formano in età adulta?

■ senso di appartenenza e status sociale: ogni individuo ritiene di aver contribuito alla creazione o alla scelta di alcune proprietà fondamentali. Il gruppo è considerato dai suoi appartenenti come qualcosa di proprio, si creano legami personali con altri in cui si può

ottenere qualcosa altrimenti irraggiungibile. L'autostima dipende molto dal giudizio del gruppo perché è esso che approva, stabilisce i criteri di successo.

Appartenere ad un gruppo da uno status autonomo al ragazzo, crea spazi di partecipazione spesso assenti in certe realtà sociali (come che vive ai margini delle grandi città o in paesi), diviene un mezzo di pressione contro l'autorità adulta (es. se tutti gli amici vanno in discoteca ed egli non può insisterà sul fatto che tutti vanno a ballare e questo sarà un mezzo per influenzare i genitori).

■ la costruzione di regole di gruppo (implicite od esplicite): una volta costituito, spesso si tratta di un gruppo informale, produce molti fenomeni di vita collettiva: nome del gruppo, soprannomi, modi di vestire, regole di condotta, ecc...

Le norme si riferiscono ai comportamenti ritenuti appropriati dal gruppo in una determinata situazione e sono collegati ai valori e ai sistemi socioculturali cui il gruppo fa riferimento. Solo ciò che è importante per il gruppo è regolato da norme che vanno rispettate soprattutto dal leader. L'interiorizzazione delle norme avviene quando il soggetto è gratificato dal suo comportamento senza attendere l'approvazione del gruppo.

■ il rispetto delle regole e l'esclusione dal gruppo: quando un soggetto non rispetta le regole viene prima richiamato all'ordine, poi, pian piano emarginato ed espulso. (queste norme sono definite in rapporto ai valori ed al contesto quindi per es. il comportamento criminale per alcuni gruppi è la norma!)

■ la composizione del gruppo: nei preadolescenti il gruppo è prevalentemente composto da soggetti dello stesso sesso. I maschi con gruppi più ampi, ed attività principalmente di esplorazione di spazi fisici e simbolici nuovi; le femmine formano gruppi più ristretti dove prevale l'elementi intimistico e la conoscenza di sé stesse. Prevala un carattere occasionale (es. , ragazzi che abitano nello stesso condominio) e meno legato ad affinità personali.

Con il progredire degli anni i gruppi tendono ad essere più ristretti, non limitati a persone dello stesso sesso, formati sulla base di affinità, quindi più stabili nella composizione, maggior identificazione con i valori degli adulti e la formazione di coppie.

■ gli scopi del gruppo: nel gruppo si sviluppa un' identità collettiva (i giovani si rapportano al gruppo come qualcosa che supera i singoli individui) ed in questo senso il gruppo ha la funzione di sostenere più un processo di dipendenza che di costruzione dell'identità individuale). Possiamo distinguere all'interno dei gruppi giovanili:

- gruppi formali: attività (sportive, religiose, culturali, ecc..) in cui sono definiti gli obiettivi da perseguire e vi è la presenza di uno o più adulti con funzione di controllo o supervisione. Lo spazio condiviso è messo a disposizione dagli adulti che garantiscono anche la continuità nello sforzo a perseguire scopi sociali.

- i gruppi informali: si costituiscono sulla base di affinità personali; di somiglianze più che di differenze; si enfatizzano aspetti che rendono riconoscibile l'appartenenza a quel gruppo e la distanza da altri gruppi. (es. attraverso abbigliamento, pearking, tatuaggi, generi musicali, o status symbol come telefonino o motorino di quella particolare marca). Gli spazi utilizzati per trovarsi sono generalmente una piazza, centro commerciale, muretto. In alcuni gruppi è evidente il fenomeno della *violenza espressiva*: diretta non ad ottenere scopi concreti ma solo ad esprimere un disagio od una protesta. (atti vandalici di aggressione gratuita a persone o animali o cose). Sono spesso agite in gruppo o con la complicità dei membri o il sostegno morale.

■ devianza di gruppo: la devianza degli adolescenti è spesso devianza di gruppo che si manifesta nella formazione di bande o gang. Come si riconosce la devianza all'interno delle bande da altri gruppi informali?

- è più aggressiva e distruttrice

- è più orientata ad ottenere scopi concreti o beni materiali

- è più strutturata

-ha un maggior numero di regole volte a mantenere la segretezza di ciò che si fa

- I membri vorrebbero così acquisire status (anche attraverso violazione regole o sopraffazione)

E' un fenomeno che si sta diffondendo e non è legato a contesti culturalmente ed economicamente deprivati.

FATTORI PROTETTIVI E FATTORI DI RISCHIO IN ADOLESCENZA

Non c'è un nesso causale fra un singolo fattore di rischio (es. famiglia violenta) e comportamento disadattivo. Oggi si adotta una *prospettiva multifattoriale* secondo la quale un cattivo adattamento è imputabile ad una pluralità di cause concomitanti. Di conseguenza accanto ai fattori di rischio devono essere considerati anche i fattori di protezione.

- 1) **resilience**: la capacità dell'individuo di essere flessibile, adattabile alle situazioni, resistente agli urti (**fattore di protezione**)
- 2) **sostegno sociale**: per la realizzazione dei propri compiti evolutivi ogni persona ha bisogno di una rete sociale che funzioni come supporto. Nell'adolescente oltre alla famiglia ci sarà il gruppo dei pari con molta probabilità. (**fattore di protezione**)
- 3) **rapporto fra società ed adolescente**: oggi si tende a iperproteggere i propri figli, preservarli il più possibile da situazioni di rischio impedendo in tal modo il loro "mettersi alla prova" in situazioni in cui aumentano gradualmente i margini di rischio: rischio di farsi male, di soffrire, di andare incontro a frustrazione o delusioni, ecc... in questo modo i giovani arrivano all'adolescenza impreparati ad affrontare i rischi: non li riconoscono, li sottovalutano, non hanno alcun senso del limite.

In una società che tende a ridurre il rischio, si diffondono di contro comportamenti rischiosi,

come attività da condurre principalmente in gruppo.

Il preadolescente è spinto a puntare sul rischio per sentirsi in qualche modo autentico: esperienze degli alcolici e droghe, gare in motorino, violazioni delle regole comunitarie,

sono esperienze in cui il giovane crede con illusione di dominarle ed imparare a vivere.

Un'altro fattore di rischio deriva dal fatto che la nostra società propone scarsi messaggi

legati al valore della vita, salute, solidarietà e sono invece diffusi messaggi in

contraddizione con i valori che vengono declamati : vale chi è il più forte, la cultura dell'

onnipotenza personale, la cultura del disimpegno nella vita quotidiana perché solo un

evento eccezionale può riscattarla, l'idea che la vita debba essere spettacolarizzata e che nulla

va preso sul serio, ecc.

Questi sono motivi dominanti della nostra società ed il giovane non fa altro che amplifica

re le contraddizioni, esasperarle e riproporle .

(fattori di rischio)

Per questo bisogna diffondere altrettanti **fattori protettivi** per il percorso di crescita :

- una famiglia in cui i **genitori** siano stati "**sufficientemente buoni**": spazio all'identità personale e all'incontro con le persone
- all' incontro con **adulti significativi** che siano in grado di contenere (*holding*) le ansie e le paure, che siano in grado di dare senso alle esperienze della vita quotidiana
- all' aggregazione in **gruppi**, in cui prevale una **cultura della positività** piuttosto che della negatività
- ad un **percorso scolastico** in cui si sia sperimentato un sufficiente senso di autoefficacia, in cui ci sia stato spazio all'acquisizione di strategie di coping con cui si fronteggiano le situazioni di stress eccessivo.

....I comportamenti a rischio.....

Si intendono per lo più attività che possono avere come diretta conseguenza effetti letali o negativi sulla salute degli individui (bere, fumare, cattive abitudini alimentari, rapporti sessuali non protetti) oppure comportamenti socialmente distruttivi (vandalismo, crimini ed atti devianti in genere)

Come è stata spiegata l'attrazione dei giovani per i comportamenti a rischio?

_ Zucherman (1979) lo spiega come tratto di personalità connotato dal desiderio di vivere sensazioni nuove, forti, eccitanti. (SSS: sensation seeking scale): i punteggi ottenuti in questa scala (test) erano più alti all'età di 16 anni e diminuivano con il passare degli anni.

_ altri autori chiamano in causa fenomeni cognitivi come l' egocentrismo ed un ottimismo ingiustificato.

L' ottimismo ingiustificato (la credenza di essere immuni dai pericoli rispetto a coetanei messi nella stessa situazione) rivela che i giovani sono influenzati dal gruppo dei pari e una rappresentazione del rischio diversa a quella dell'adulto. Se si chiede a un giovane cos' è un comportamento rischioso egli modifica:

- 1) la partecipazione (se si partecipa con una certa frequenza, spesso, il comportamento è giudicato poco rischioso).
- 2) L'influenza dei pari (i comportamenti agiti in gruppo sembrano meno rischiosi)
- 3) La dimensione morale (ciò che si allontana dalla morale è considerato più rischioso)
- 4) I fattori culturali (le ragazze hanno un'idea dei comportam. a rischio differente dai maschi)

_ oggi emerge che la semplice conoscenza dei pericoli derivanti da un comportamento non sia un fattore che impedisce quel comportamento (i risultati di molte campagne antifumo sono deludenti)

- si introduce il concetto di **assunzione del rischio** atteggiamento che porta ad assumere in modo consapevole i rischi (quindi la volontà a agire)