

INTERVENTI CON ALUNNI ADOLESCENTI: COME FACILITARE L'ESPLORAZIONE E LA COMUNICAZIONE SU TEMI PROBLEMATICI.

LA RICERCA DELL'IDENTITÀ

“Ma una volta arrivò una primavera che non aveva il suono e il profumo delle precedenti, il merlo cantava e non era lo stesso canto, l'iris turchina sbocciò, ma i sogni e le storie fiabesche non passarono sul sentiero recinto d'oro del suo calice. Dalla loro ombra verde le fragole risero, e le farfalle svolazzarono splendide sulle loro amate ombrelle, ma tutto era diverso da prima, il ragazzo aveva altri interessi e litigava spesso con la madre. Lui stesso non sapeva cosa fosse e perché qualcosa gli facesse male e gli desse continuamente fastidio. Vedeva solo che il mondo era cambiato e le amicizie coltivate fino allora vennero meno e lo lasciarono solo ...

La giovane creatura entrò impetuosamente nella vita che gli sembrava cominciasse solo allora. Era volato via, era dimenticato il mondo delle parabole, nuovi desideri e nuove vie lo attiravano lontano. L'infanzia gli aderiva ancora come un profumo nello sguardo azzurro e nei capelli morbidi ma egli non ne era contento e si tagliò i capelli e diede al suo sguardo tutta l'audacia e la consapevolezza di cui era capace”¹

L'adolescenza è considerata una fase “evolutiva” dello sviluppo dell'individuo durante la quale si verifica un processo di differenziazione dell'immagine di sé da quella infantile. In altre parole, per tutta l'infanzia l'immagine che il bambino ha avuto di sé, e cioè il senso della propria identità, era strettamente dipendente da quella che gli veniva rimandata dai genitori. I suoi rapporti erano mediati dai genitori, i quali fungevano da cuscinetto tra lui e la realtà, tra il suo “io” e gli altri, rendendogli tutto molto facile e senza gravi conflitti.

“Le estati e gli autunni di Anselm arrivavano soavi e partivano inavvertiti, e di nuovo fiorivano e sfiorivano il bucaneeve, la violetta, il giglio e la rosa belli e opulenti come sempre.... Così trascorse un anno e poi un altro ancora, e Anselm non era più un bambino, ed i sassi variopinti lungo l'aiuola erano noiosi, i fiori muti ...”²

Nell'adolescenza il ragazzo deve fronteggiare un compito molto difficile: emanciparsi da questa immagine e costruirsi una nuova identità sia biologica che psicologica e sociale; in tal senso combatte la sua battaglia su più fronti: deve fare i conti con il proprio corpo che cambia, con la sua paura e il suo desiderio di crescere, con l'ambiente sociale.

E' chiamato a rispondere quindi alle richieste di cambiamento che gli provengono sia dall'interno che dall'esterno...“...tutto mi allontanava sempre più dal gioco e dal presente vissuto fino allora e che non era stato privo di senso, ma senza mete e senza

¹ Hermann Hesse, *L'infanzia del mago*, Edizioni Studio Tesi, 1989

² Hermann Hesse, *ibidem*

futuro... Ma in cuor mio non volevo tutto questo non volevo allontanarmi dal mio mondo, dove tutto era buono e delizioso... Lentamente, molto lentamente appassì il fiore, lentamente dallo sconfinato mi si fece incontro qualcosa di limitato, il mondo reale, il mondo degli adulti. Il desiderio di diventare mago perse lentamente ogni valore e diventò un sogno puerile".³

Un periodo molto difficile da attraversare quello dell'adolescenza, fatto di fughe in avanti e di rapide ritirate, di slanci e di paure, di ribellione e di richieste di protezione; la meta da raggiungere: uno stabile senso della propria identità, e cioè il senso consapevole di essere se stessi (io sono io), la continuità della propria esistenza nel tempo e nello spazio (sono sempre io dovunque sono, ero sempre io ieri e sarò sempre io domani) e il riconoscimento degli altri.

E' proprio durante questo periodo della vita che si raggiunge quello che lo psicanalista Erikson chiama "l'integrità dell'io": il ragazzo deve rinunciare al senso di onnipotenza dell'infanzia, alla dipendenza rassicurante nei confronti della famiglia e affacciarsi nel mondo. Il processo di costruzione dell'identità è un continuo gioco di identificazione e di differenziazione: il gruppo dei coetanei rappresenta in tal senso la prima occasione di fare esperienza distinguendosi dagli adulti, e trovando nei simili la forza di esprimere i bisogni collettivi.

Se metaforicamente, pensiamo alla società come ad un grande edificio dove ciascuno occupa una stanza, coloro che ancora non ne abitano una, i giovani appunto, vanno in giro per il palazzo in cerca di quella più adatta alle loro esigenze. Gradualmente essi lasciano la protezione offerta dalle stanze della famiglia e intraprendono l'esplorazione del palazzo.

L'IDENTITÀ IN RELAZIONE

"Si precipitò capricciosamente negli anni dell'ansia e dell'attesa, ora buon amico e scolaro, ora solo e schivo, ora immerso nei libri fino a notte, ora sfrenato e chiassoso nelle feste giovanili."⁴

Il rapporto tra giovani e adulti è un rapporto ambiguo e carico di contraddizioni. I giovani si sentono spesso sottovalutati e poco riconosciuti ed esprimono il loro disagio e dissenso nei confronti del mondo adulto in molti modi.

I principali aspetti dinamici che possono causare disagio e conflittualità sono:

Il gruppo come bisogno dell'adolescente di stabilire relazioni.

Lo sviluppo dell'identità come capacità di integrare Sé, con l'altro e col mondo.

L'adolescenza come lutto da elaborare legata all'esperienza di separazione e differenziazione dalle figure autorevoli e significative dell'infanzia.

L'eccitazione sessuale caratterizzata dalla capacità orgasmica e dall'avvento della capacità riproduttiva.

Il corpo che manifesta cambiamenti fisiologici (peluria, acne sviluppo degli organi genitali, cambiamento della voce, comparsa dei primi flussi mestruali o di erezione).

I sistemi difensivi come le intellettualizzazioni, le dissociazioni e i passaggi all'atto, che determinano atteggiamenti tipici di questo periodo (spavalderia, opposizionismo ecc...) con conseguenti disagi relazionali.

³ ibidem

⁴ Hermann Hesse, ibidem

Le trasformazioni morfologiche puberali sono molto evidenti e le differenze corporee tra maschi e femmine diventano più marcate. Mentre nell'infanzia il corpo è molto conosciuto, esso diviene per l'adolescente uno sconosciuto; i rapidi cambiamenti, l'ansia diffusa (senso della catastrofe), il senso di inadeguatezza formale, la paura di essere respinto e di non essere accettato determinano nel ragazzo grandi difficoltà: pur sforzandosi di equilibrare le varie spinte, che premono tutte insieme, egli va inevitabilmente incontro ad un conflitto difficile da controllare.

A tutto ciò corrisponde da parte dei ragazzi, una richiesta d'aiuto per i disagi vissuti in relazione allo sviluppo, di cui purtroppo non sempre si comprende il senso né la giusta dimensione: sono in realtà vissuti di "disperazione e di angoscia" che dipendono dal livello di consapevolezza di se e degli altri, che spesso determinano atteggiamenti, che possono essere letti però in maniera sbagliata: la negazione per gli adulti, ad esempio, può apparire come spavalderia, così come l'eccessivo impegno in attività sociali e culturali è spesso un bisogno impellente di poter fuggire da se stessi, ossia dai problemi personali che si ha timore di affrontare.....

E' importante quindi non confondere i sintomi di volta in volta emergenti con il problema reale che sta sullo sfondo. Tener conto del solo sintomo (anoressia, bullismo, ritiro sociale), applicando soluzioni uniche, senza tener conto delle diversità individuali e relazionali, non risolve i problemi.

Ed ancora personalità diverse esprimono il disagio in maniera diversa, pertanto i problemi in strutture di personalità diverse richiedono soluzioni diverse ed individualizzate.

USO DELLA CONSAPEVOLEZZA DI SE' DA PARTE DELL'ADULTO PER AUMENTARE LA CONSAPEVOLEZZA NELL'ADOLESCENTE

Come già detto in altri articoli (cf. art "Perché la SIPI è impegnata in ambito scolastico..."), scopo della SIPI nella scuola è "formare formatori", coinvolgere cioè il docente in un processo di formazione e di crescita personale, che gli consenta di acquisire un bagaglio di conoscenze e competenze teoriche e personali ("sapere", "fare" ed "essere"); bagaglio che deve diventare risorsa per una relazione più funzionale con sé e con l'altro, e che può essere utilizzato nella prevenzione e nella gestione dei problemi e del disagio: **"passare da una didattica che ha come campo di osservazione l'alunno, ad una didattica che ha come campo di osservazione se stesso, l'altro e la relazione"**⁵

Come entrare (e comprendere) nel complesso mondo dell'adolescente nella nostra cultura?

Come affinare ed elaborare modelli e tecniche capaci di facilitare la comunicazione sia tra gli adolescenti che tra adulti ed adolescente?

Come facilitare l'esplorazione e la comunicazione su temi problematici?

Perché ciò sia possibile è necessario un approfondimento della conoscenza dei problemi dell'adolescenza ed è necessario sviluppare competenze relazionali

⁵ cf. art. Rossella Ciampi "Perché la SIPI è impegnata in ambito scolastico....."

finalizzate alla comprensione e gestione del disagio giovanile. Temi come la famiglia, la sessualità, l'amore, la comunicazione, le paure inesprese possono diventare oggetto di un processo di crescita individuale e di gruppo in cui si apprende l'arte di ascoltare, di confrontarsi, di rispettarsi nella diversità e cercare soluzioni creative per migliorare il dialogo generazionale. Bisogna favorire e attivare il riconoscimento e l'ascolto dei bisogni comunicativi e formativi dei ragazzi e i segnali di disagio.

A questo proposito diventa fondamentale il compito che la scuola e quindi i docenti sono chiamati a svolgere.

E' determinante suscitare e affinare interesse e sensibilità nei docenti stessi sulle problematiche relazionali.....

Tali obiettivi possono essere perseguiti puntando sui seguenti aspetti :

- sull'individuazione dei propri limiti, sull'accettazione di essi e sulla focalizzazione delle proprie capacità nel rispetto delle differenze altrui.
- sull'aumentare la consapevolezza dei comportamenti e degli stili comunicativi che si adottano allo scopo di valutarne l'opportunità e l'efficacia per rendere possibile l'incontro con l'altro.
- sull'acquisire maggiori conoscenze teoriche circa le diverse situazioni problematiche della vita con cui un adolescente deve confrontarsi.

Di seguito vengono riportati alcuni esempi di intervento su adolescenti, in cui, senza perdere di vista la finalità formativa della SIPI, il consulente "fa da modello" sostituendosi al docente, ma avendo come obiettivo di diventare "istruttore - facilitatore" e infine "consulente esterno".⁶

METODOLOGIA

L'intervento mira a stimolare gli studenti a differenziare il più possibile le normali reazioni corporee (sessuali e non), dando un giusto nome alle conseguenti implicazioni emotive, fantastiche e razionali, secondo l'ottica del Modello Strutturale Integrato. Focalizzare il "quando", con "chi", il "come" e il "cosa" di tali implicazioni, gioca un ruolo importante nel rendere meno angosciati o meno esuberanti i vissuti degli adolescenti, in una fase così delicata di maturità sessuale e di costruzione di nuovi "rapporti", con il corrispondente miglioramento della qualità delle loro relazioni con sé e con l'altro, nel rispetto delle differenze proprie ed altrui.

Per il raggiungimento degli obiettivi prefissati si è ritenuto indispensabile, un lavoro esperienziale sui vissuti corporei, emotivi, fantastici e razionali degli alunni in relazione a sé e all'altro, moderatamente e relativamente al loro livello di consapevolezza, e alla loro capacità di elaborazione degli stimoli.

Questi ultimi sono stati tratti da episodi di vita quotidiana o da vissuti personali, proposti dagli stessi alunni sul tema della sessualità, o ricavati dalla percezione di reazioni corporee nel "qui ed ora", guidate dall'operatore.

⁶ cf. art. Rossella Ciampi "Perché la SIPI è impegnata in ambito scolastico....."

I ragazzi, in prima persona, sono stati chiamati a partecipare esponendo il proprio pensiero su ciò che richiama alla mente la parola "sessualità" sviluppando così un primo elaborato.

A ciò hanno fatto seguito esercizi formativi relativi al:

1. saper riconoscere il "come" e il "cosa" avviene nelle interazioni relazionali, e a quali canale preferenziale ci si affida (*linguaggio razionale*= deduzione-induzione; *linguaggio fantastico* = fantasie, immagini, ricordi; *linguaggio emotivo*= paura, tristezza, rabbia, gioia; *linguaggio corporeo*= sensazioni);
2. definizione di regole fondamentali per la convivenza e il rispetto delle differenze altrui.

La modalità usata è stata quella del gruppo di animazione, che è una metodologia che permette ai ragazzi di condividere problemi comuni e con una guida di esplorare e approfondire i vissuti che essi determinano e le possibili strategie risolutive. In tal modo ognuno, sentendosi sostenuto e rispettato, può apprezzare i pregi e i limiti che influenzano o potrebbero influenzare, positivamente o negativamente, le dinamiche interpersonali che sorgono nel rapporto con gli altri.

I gruppi si strutturano in due parti, la prima parte è teorica e serve a fornire un quadro di riferimento rispetto al tema trattato, la seconda, predominante, ha carattere esperienziale nella quale i partecipanti sono coinvolti direttamente attraverso:

- piccole focalizzazioni esperienziali in Co (corpo),
- giochi interattivi,
- elaborazioni/confronto delle stimolazioni ricevute per documentare quanto appreso,
- simulazioni.

Alla fine di ogni esercizio viene effettuata una discussione di gruppo per ordinare e approfondire i temi emersi.

Tematica n° 1 : " Che cos'è la sessualità?"

Per sviluppare la prima tematica è stato chiesto agli alunni di definire la sessualità secondo il loro punto di vista (brain-storming). Si sono potute evidenziare, così, in modo diretto ed esemplificativo, le differenze di ciascuna definizione. Si è passati ad integrare ed inquadrare tali definizioni in quadri diversi di riferimento :

- fisiologico;
- culturale;
- relazionale;
- soggettivo;
- oggettivo.

O evidenziando:

1. il fatto che diversi soggetti utilizzano preferenzialmente diversi linguaggi d'esistenza (razionale, fantastico, emotivo- corporeo) ;
2. oltre che l'esperazione o la esaltazione di una tematica molto vicina e determinante alla loro fase del ciclo vitale.

Muovendo dalla convinzione che il primo elemento del conoscere e dell'apprendere è la percezione, si è voluto far esperire agli stessi insegnanti, come, le differenti percezioni possono essere legate:

- ad un vissuto emotivo del tutto individuale
- ad una storia personale (che non può essere massificata).
- ad una elaborazione fantastica diversificata
- ad un ragionamento basato su giudizi che denotano postulati fondamentali soggettivi.

L'obiettivo di tale input mirava ad evidenziare come:

- esistono differenze individuali nell'utilizzare la percezione, pur utilizzando uno solo dei canali sensoriali quali la vista (**"un io diverso da un tu"**);
- pur potendo utilizzare connessioni con altri linguaggi d'esistenza (razionale, fantastico, emotivo-corporeo), se ne privilegia solo uno o poco più (**"un io con risorse da poter integrare"**);
- l'individuo, esprimendo un proprio pensiero su quanto percepito, sia portato a non differenziare il significato delle parole usate, dal senso che ciascuno può dare alle stesse, come espressione ed elaborazione soggettiva (**"un io inserito in un orizzonte soggettivo"**);
- in base alle differenze individuate, ci si può dirigere verso una maggiore integrazione dei linguaggi d'esistenza, per un miglior funzionamento individuale (**"la consapevolezza di sé come strumento di crescita"**).

Tematica n° 2: "L' Io e il Tu nella relazione"

Per sviluppare la seconda tematica, si è ritenuto opportuno coinvolgere gli studenti volontari in simulate guidate dal tutor.

Tale lavoro ha permesso di definire tre tipi di posizioni che possono verificarsi nelle relazioni:

- di colui che è centrato sull'altro accontentandolo e, a volte, deresponsabilizzandolo;
- di colui che è sempre "in disaccordo" nella relazione con l'altro e che tende a soddisfare se stesso producendo reazioni di rabbia o paura nell'interlocutore;
- di colui che sa armonizzare in modo adulto le esigenze proprie con quelle altrui.

Su tali basi si è passati a discutere di situazioni vicine ai ragazzi, riprese dalla loro vita di ogni giorno.

Ciò ha permesso di lavorare su:

- l'individuazione e la comprensione delle diverse reazioni in situazioni difficili (**"dare un nome alle emozioni"**);
- lo stabilire le **regole** fondamentali da **"contrattare e rispettare"** per una **comunicazione funzionale**;
- il differenziare le **posizioni esistenziali** (genitoriale, adulto, bambino) nelle relazioni.

Tematica n° 3: "Le difficoltà come fuga o crescita"

Attraverso discussioni di gruppo, gli studenti si sono confrontati circa i loro vissuti e la loro modalità di affrontare le difficoltà (dinamica di gruppo).

Sono stati evidenziati atteggiamenti dettati da un'emotività (**paura**) non sempre ben gestita di tipo reattivo e da comportamenti deresponsabilizzanti.

La possibilità, data a ciascuno, di porsi e porre **domande che aprono ad una maggiore consapevolezza di sé, dell'altro e della relazione**, ha permesso di focalizzare come, dai momenti di difficoltà, si può imparare e quindi crescere applicando nuove strategie, o si può scappare utilizzando e mantenendo ferme le stesse modalità di funzionamento.