

LA PREVENZIONE DEL DISAGIO GIOVANILE

STEFANO CALAMANDREI

Psichiatra A.S.L. 10 Firenze – MOM SMA Q5

1. Il formarsi del senso di realtà. Adolescenti e compiti evolutivi

Durante il processo di crescita, per un equilibrato sviluppo psicologico, vi deve essere un costante e progressivo avvicinamento tra i ragazzi e la realtà. Questa integrazione con il mondo del reale, sia oggettivo che sociale, avviene in maniera graduale e sempre più intensa mano a mano che ci si inoltra nell'età adolescenziale. Il ragazzo, fino dai primi anni delle Medie Inferiori, comincia ad inserirsi attivamente nella società ed è opportuno, quindi, che inizi a misurarsi con fatti, esigenze ed impegni del tutto nuovi. Per questo deve essere in grado di attivare alcune nuove capacità che vengono abitualmente definite con il termine di 'compiti evolutivi'.

I compiti evolutivi sono attività che si situano a metà strada tra un bisogno individuale ed una richiesta sociale, e possono essere portati a termine solo se il ragazzo riesce ad effettuare un compromesso psicologico interiore. Ogni compito ha la funzione di mettere alla prova e stimolare il ragazzo a superare positivamente la condizione di sviluppo in cui si trova, preparandolo ad affrontare le fasi successive.

Se facessimo un elenco dei compiti che devono essere affrontati nell'adolescenza avremmo una lista lunghissima di compiti complessi e intersecati tra loro. Infatti in pochi anni un ragazzo o una ragazza devono imparare a padroneggiare un corpo ed un mondo che cambia, e che, da loro, pretende sempre di più. Devono sapersi adattare ai rapidi e rilevanti cambiamenti somatici a cui stanno andando incontro, e saper ricostituire, di volta in volta, una nuova unità somato-psichica soddisfacente. Devono saper accettare le proprie pulsioni ed imparare a padroneggiarle secondo i valori condivisi. Devono saper instaurare e mantenere dei rapporti affettivi con i coetanei dello stesso e dell'altro sesso. Devono sapersi integrare e partecipare ai gruppi di coetanei, sapendo sviluppare contemporaneamente la propria indipendenza ed autonomia. Devono riuscire a stabilire una interazione adeguata con le istituzioni sociali, come la scuola ad esempio, dove poter formare un proprio sistema di valori, e riuscire così a progettare il proprio futuro. Come si vede ci sono molti doveri ed è naturale che ci sia molta resistenza ad affrontarli.

Nel mondo moderno questa serie di successioni, veri e propri gradini del percorso evolutivo, non sono facilitati, come era un tempo, dai riti di iniziazione, che da sempre hanno accompagnato l'adolescenza, né dalla comunità che, invece, sosteneva il giovane adulto in questa difficile fase.

Il rito funzionava da mediatore psicologico, sia sociale che individuale, e serviva per sopportare la tensione, la confusione, il confronto con la realtà esterna e le sue esigenze. Questo aiutava a fare un compromesso con il mondo interiore, ed alla fine, principalmente, donava un ruolo, che aiutava a trovare gradualmente la propria collocazione nella comunità, ed in cui era possibile riconoscersi, identificarsi, potersi sentire sé stesso.

Nel mondo moderno non avendo più un aiuto in questa delicata fase di passaggio, l'adolescente tende a soffrire maggiormente, è effettivamente più solo, ed ha difficoltà ad individuare ruoli sociali definiti da utilizzare come modello per le sue identificazioni, ed a cui potersi appoggiare. Ogni giovane trova pertanto difficoltà e sofferenza proprio nel momento in cui comincia a costituire la propria identità.

2. Il disagio giovanile

Con il termine di *disagio* recentemente si è definito, in modo generico, un'area di malessere giovanile che in precedenza era anche definita dai termini disadattamento o devianza, e che oggi, purtroppo, sono diventati quasi sinonimi. A volte questi termini vengono considerati tappe d'un percorso di progressione patologica che partendo dal malessere soggettivo, porterebbero fino ad una condizione di malattia psichiatrica o di aperto conflitto con la società. In realtà per disagio, come viene inteso dalla pedagogia e dalla psicologia, si considera una condizione psicologica legata soprattutto a percezioni soggettive di malessere, si può dire che il disagio si "sente", ma non è detto che si "veda".

Con disadattamento invece si definisce una situazione in cui esiste maggiormente un problema di alterazioni comportamentali che possono emergere anche come problemi di disciplina, come bene viene chiarito da Winnicott con la nozione di antisocialità. La devianza, infine, attiene alle trasgressioni di norme con una gravità o provocatorietà tale da determinare una definizione di stigma sociale.

Una definizione di *disagio* potrebbe essere che questo è, in realtà, una domanda, un bisogno, non ancora patologico, ma psicologico o affettivo, che include le difficoltà familiari, di relazione, o scolastiche, all'interno del più generale malessere esistenziale connesso al processo di costruzione dell'identità personale. Qualsiasi definizione che potremo dare si concentrerà comunque sulle capacità del soggetto di affrontare i compiti evolutivi nella transizione verso l'età adulta e sui condizionamenti derivanti dal confronto con la cosiddetta società complessa. È evidente che la definizione è così generica che individua una situazione diffusa, una condizione di difficoltà nel crescere che investe ogni adolescente, e si confonde con la cosiddetta normalità.

Perché una difficoltà, un disagio adolescenziale divenga disadattamento, bisogna anche che intervengano dei "fattori-rischio" e che questi riguardino i molti aspetti della vita di una persona e non solo il suo aspetto scolastico, come per esempio le problematiche familiari, o la deprivazione culturale, la marginalità socioeconomica, la carenza di offerte di tempo libero e di aggregazione, e perfino quali sono gli atteggiamenti

con cui viene affrontata la devianza. Un giovane, infatti, può trovarsi in una condizione di marginalità per nascita o per storia familiare, come un giovane immigrato; e in questi casi c'è un forte rischio di cronicizzazione del disturbo. Oppure ci può essere una condizione di marginalità, per i meccanismi di emarginazione indotti proprio dal sistema sociale, in seguito al percorso di disadattamento.

Molto spesso le conseguenze psicologiche di un simile itinerario emarginante portano alla perdita dell'autostima, alla perdita di senso della propria vita. Questo può condurre alla interiorizzazione della marginalità stessa come cultura, che diviene un modello di comportamento e di identificazione (una sorta di rito di iniziazione patologico che la società offre al giovane), che prelude all'autoemarginazione in subculture separate, antagoniste nei confronti dei valori della società, alla ribellione come identità.

Nell'età adolescenziale la devianza è sostanzialmente un prodotto sociale, un etichettamento che può indicare, in eguale misura, comportamenti anticonformisti e condotte antisociali, gesti determinati da circostanze casuali e atti di deliberata ribellione. In questo caso l'impegno preventivo dell'operatore e della scuola rischiano di assumere i connotati del semplice controllo a difesa della norma e della conformità. Alcuni autori infatti, di fronte a definizioni generiche, ma troppo connotate in senso patologico, di comportamenti tipicamente adolescenziali, hanno suggerito di sostituire l'espressione *devianza* con *comportamento improprio*. Riassumendo sotto questo termine le condotte ritenute inadeguate al conseguimento dei compiti evolutivi dell'adolescenza. Queste condotte possono tradursi in una condizione di devianza solo nel caso in cui il soggetto, sottoposto ad etichettamento, ad una diagnosi che ne stigmatizza il comportamento, dovesse riconoscersi in questa condizione. Poichè in questi anni di fragile strutturazione dell'identità è molto facile per un giovane in difficoltà, aderire ad un qualsiasi ruolo socialmente definito, anche se patologico. (In questo caso l'individuazione di sintomi precoci, per esempio, non ci indica la devianza, ma potrebbe essere considerato fattore-rischio, cioè proprio il formulare questa diagnosi influenza l'andamento sociale, e può generare od aggravare la situazione di emarginazione incipiente.)

Quando si deve applicare il concetto di prevenzione a tematiche psicosociali e socio-pedagogiche, in età adolescenziale, dove non è possibile individuare chiaramente un unico fattore su cui è possibile intervenire, dove lo schema di lettura di tipo lineare causa-effetto è impossibile, molto alto è il rischio, data anche l'imprevedibilità delle risposte soggettive, di influenzare negativamente, con una stigmatizzazione anticipata, una popolazione così facilmente influenzabile e condizionabile.

Possiamo considerare il disagio adolescenziale come un fattore fisiologico, normale, non eliminabile, ma costitutivo di quella età, testimone di quella fase di transizione che porta all'età adulta. Prevenire in maniera invasiva o normativa il disagio evolutivo potrebbe significare bloccare il processo di crescita di un ragazzo, di cui la crisi adolescenziale non è solo un elemento costitutivo, ma ne è anche l'insostituibile motore. È necessaria perciò una prevenzione che accompagni il giovane senza che questa proponga dei propri valori, dei ruoli già definiti, ma che affronti i problemi

per il significato specifico che assumono per ogni diverso ragazzo, con una modalità “transizionale”, mediatrice, e cioè che operi con il mutamento del giovane, in sintonia con il suo mondo interno.

Appare evidente come in letteratura e nella prassi operativa, ci sia stata, in questi anni, un’evoluzione dal termine prevenzione a quello di promozione. Proprio a testimoniare la diversa concezione d’approccio al disagio giovanile che deve rimandare piuttosto all’idea di un sostegno, di uno stimolo delle risorse, di aiuto all’emancipazione della soggettività.

3. La promozione della salute psicologica nella scuola

Impostare progetti di intervento in un’ottica di promozione comporta la scelta di operare in contesti di normalità, più che sulla patologia conclamata, sulla generalità della popolazione giovanile e non solo sui soggetti problematici, sui bisogni dei ragazzi e non solo sui rischi di devianza. Significa aiutare un ragazzo ad affrontare i suoi compiti evolutivi, diversi nelle diverse fasi di sviluppo della persona. Sapendo che realizzarli con successo conduce il ragazzo al raggiungimento di compiti ulteriori, mentre dal fallimento non può che derivare insoddisfazione, ulteriori difficoltà delle tappe successive e così via.

La promozione perciò dovrebbe preoccuparsi di creare condizioni adatte per consentire al giovane di affrontare in modo soddisfacente i propri compiti di sviluppo. La promozione deve agire facendo leva sui cosiddetti fattori protettivi, che si ritiene siano elementi capaci di esercitare un’azione di tutela degli equilibri psicologici e comportamentale di un individuo, soprattutto nelle situazioni di stress.

Alcune ricerche hanno dimostrato, in gruppi di studenti, che alcuni tratti, condizioni, o situazioni, possono alterare, o addirittura invertire le previsioni di psicopatologia basate su situazioni di alto rischio. In queste ricerche sono stati individuati gli elementi comuni che ricorrono a costituire i fattori protettivi e riguardano sostanzialmente quattro aree di competenza. La promozione dovrebbe porsi quindi come obiettivo l’incremento ed il rinforzo di questi fattori. Queste aree sono:

1. quella dell’autostima, cioè la sensazione di valore personale, di fiducia dell’efficacia della propria azione sull’ambiente;
2. l’autocontrollo, ovvero la capacità di controllare i propri impulsi e di rinviare le gratificazioni;
3. le aspettative e le prospettive ottimistiche, l’orientamento verso il successo, l’abitudine a porsi e conseguire scopi, la fiducia nel futuro, l’adattamento al cambiamento;
4. la capacità di interazione sociale, le ricerche di una relazione sentimentale, la capacità di mantenerla, avere tolleranza e flessibilità.
- 5.

4. Il ruolo dell'insegnante

Il ruolo che esercita l'insegnante in questa lunga fase è determinante per la crescita sana del ragazzo, proprio perchè può interagire positivamente o negativamente sui fattori psicologici protettivi che si devono sviluppare nell'adolescenza. Certo deve essere un'insegnante attento e soprattutto formato a saper valutare e saper gestire le dinamiche relazionali che si stabiliscono tra ogni allievo e l'intero gruppo classe, e soprattutto le dinamiche psicologiche che si proiettano sulla sua figura. Ritengo che l'insegnante, se troppo immerso nel suo ruolo istituzionale, non riesca ad essere cosciente di queste dinamiche, e possa solo difendersi dal coinvolgimento emotivo negandolo o cercando di preservarsi dietro un agire tecnico, che ingenuamente può ritenere neutrale. Infatti, oltre ad essere una difesa psicologicamente molto faticosa, l'idea della neutralità è impossibile a sostenersi con i ragazzi, che invece vivranno tale atteggiamento come indifferenza nei loro confronti e di conseguenza moltiplicheranno gli sforzi per farsi considerare. Questo atteggiamento può portare ad un vero e proprio scontro tra l'adulto e il ragazzo, ad un braccio di ferro disciplinare che non sarà né educativo né evolutivo. E che molto spesso può determinare l'interruzione del percorso scolastico.

Più facilmente e con minore fatica psicologica, l'insegnante, se ben formato psicologicamente, può aiutare a far crescere i propri allievi in modo che siano più robusti interiormente, senza per questo trasformarsi in psicologo, purchè sappia lavorare anche con sé stesso, con le proprie emozioni. Un insegnante cosciente del proprio mondo emotivo, in sintonia con sé stesso, capace di gestire e muoversi nelle differenti dinamiche emotive, può facilmente mettersi in relazione con gli allievi, senza temere il coinvolgimento emotivo, ma anzi utilizzandolo come il suo più efficace strumento didattico.