

Cosa mi sta succedendo?

Genitori e figli preadolescenti verso il cambiamento



La preadolescenza è quella fase dello sviluppo umano che va dai 10 ai 14 anni. E' definita spesso come un periodo critico e delicato, che "mette in crisi" tanto i ragazzi quanto i genitori, poichè le dinamiche che lo costituiscono sono molto complesse. Cerchiamo di evidenziare i cambiamenti più vistosi che caratterizzano questo periodo e offriamo alcuni spunti di riflessione sul modo di accompagnare la crescita dei nostri ragazzi.

- Uno sviluppo disarmonico

I cambiamenti che investono i preadolescenti sono molteplici e rapidi e si sviluppano in modo disarmonico. Dal punto di vista fisico, i cambiamenti del corpo, le dimensioni e proporzioni divengono oggetto di osservazione, non solo su se stessi ma anche sui pari. I preadolescenti confrontano continuamente il proprio aspetto con quello dei compagni e questo genera sentimenti di adeguatezza/inadeguatezza, superiorità/inferiorità influenzando la loro autostima. Allo sviluppo del corpo è legata la maturazione sessuale e l'emergere dei caratteri sessuali secondari. Da una parte i ragazzi sono attratti e incuriositi da questo nuovo mondo e dalle pulsioni che iniziano ad emergere, dall'altra, soprattutto per le femmine con la comparsa delle mestruazioni, possono sorgere reazioni di rifiuto, vergogna e negazione. La scoperta del proprio corpo e della sessualità può anticipare di diversi anni la maturazione psicologica: il percorso di crescita dei nostri ragazzi diviene incerto e vulnerabile perchè non ancora in possesso degli strumenti per poter affrontare i cambiamenti ed elaborarli. Il ritardo nella maturazione di una capacità critica e di introspezione tipica dell'età adulta, il corpo infantile che in poco tempo e in modo disarmonico assume i tratti e le pulsioni adulte, rendono i preadolescenti fragili, confusi e irritabili.

Parola chiave: Accogliere!

Avviciniamoci al disagio che vivono i ragazzi con delicatezza: usiamo parole che valorizzano, che rassicurano, non banalizziamo il loro vissuto, non giudichiamo. Accogliamo le loro sensazioni, i loro tumulti. Aiutiamoli con il dialogo a concentrarsi più che sui cambiamenti, sulle emozioni e sensazioni, uniche ed irripetibili, che questi passaggi portano con sè: dare un nome alle emozioni significa comprenderle e saperle gestire. Non dimentichiamo inoltre di offrire anche conoscenze teoriche circa i cambiamenti corporei e sessuali in atto.

SPAZIO Pedagogia

www.agamica.org

- Il distacco dalle figure genitoriali

Durante la preadolescenza il rapporto con i genitori inizia a cambiare: i ragazzi sentono l'esigenza di rendersi più indipendenti e di trovare dei propri spazi di autonomia. Cominciano inoltre a percepire alcuni comportamenti dei genitori (ma anche di insegnanti, educatori, preti, allenatori...) come lacunosi: quelle che prima erano le figure di riferimento ora sono persone da mettere in discussione. Il rapporto diviene così competitivo e sfidante. Dall'altra parte, però, la famiglia rimane quel porto sicuro a cui attraccare nei momenti di difficoltà. Il preadolescente vive questa ambivalenza: pur sentendone il bisogno, non vuole accettare ed ammettere la dipendenza dagli adulti e la sua relazione con essi oscilla tra opposizione e sottomissione, comprensione ed incomprensione. Assume sempre più importanza il gruppo, come luogo in cui trovare solidarietà e appoggio, confronto e rispecchiamento.

*Parola chiave: **Ascoltare quello che non si sente!***

Il preadolescente mentre dice che non ha bisogno dei genitori ("Lasciami in pace", "Non rompere", "Cosa vuoi capire tu!") in realtà dice che ne ha un gran bisogno! Tutte le frasi che i nostri ragazzi scagliano contro il mondo adulto celano sempre un messaggio opposto che dobbiamo saper ascoltare e comprendere. I nostri ragazzi hanno bisogno di noi per crescere: non vacilliamo di fronte alle loro sfide, non perdiamo il controllo poichè la nostra stabilità aiuta i ragazzi a trovare la loro unità, offriamo comprensione e fermezza come abbiamo sempre fatto. Cerchiamo di entrare in sintonia con il loro mondo (proviamo a ripercorrere la nostra preadolescenza!), interpretiamo i gesti e i segnali che ci mandano (anche quelli muti!), leggiamo i loro bisogni: diamo loro la possibilità di esprimere le loro capacità e freniamoli laddove si spingano troppo in là.

- La ricerca della propria identità

I preadolescenti si trovano faticosamente a dare senso ad una realtà che fino a poco tempo prima davano come ovvia e scontata: ora sono loro a voler vivere in prima persona, a porsi delle domande, a dare un significato a se stessi e al mondo che li circonda. Desiderano comprendere i cambiamenti che si stanno attuando dentro e fuori di loro e decifrare i molteplici vissuti. Ed è proprio in questo groviglio di sensazioni, immagini, pensieri, dubbi, emozioni che essi cercano di individuare la propria identità, i propri gusti ed interessi, le proprie motivazioni. Una ricerca faticosa, in salita e su un terreno impervio: un passaggio, tuttavia, fondamentale verso la conquista del proprio io.

*Parola chiave: **Pazienza!***

"Ma si passerà" si sentono ripetere spesso i preadolescenti. Una frase innocente per noi adulti, ma per i ragazzi queste sono parole che non li fanno sentire accolti, che non

SPAZIO Pedagogia

www.agamica.org

valorizzano quell'intreccio di sensazioni intense che sentono nello stomaco, che banalizzano i loro vissuti. Il tempo della preadolescenza è un tempo prezioso: ogni attimo è da assaporare con pazienza, in ogni momento ci sono conquiste e perdite da vivere con lentezza e intimità. Diamo ai nostri ragazzi la possibilità di crescere, con pazienza, senza fretta, con fiducia.

- Il rifugio nel non-reale

I preadolescenti dedicano molto spazio nella propria vita ai media: il cellulare, i social network, l'hi-pod sono strumenti che assolvono il desiderio dei ragazzi di comunicare e di rendersi visibili, ma nello stesso tempo, un loro abuso potrebbe allontanarli dalla realtà e dall'esperienza concreta per trasferirli in un mondo virtuale, anonimo e inautentico.

*Parola chiave: **Offrire possibilità!***

Educhiamo fin da subito all'uso corretto della rete e del telefono. Offriamo anche delle valide alternative: la lettura di un libro o di una poesia, la visione di un film, un'opera lirica, un quadro, una canzone, un paesaggio potrebbero offrire delle risposte alle molteplici domande di senso che i preadolescenti si pongono. In questo modo i ragazzi trovano un modo per avvicinarsi e per comprendere la realtà quotidiana e la propria esperienza vissuta.

*Dott.ssa Valentina Meggetto
Pedagogista clinico*