

Paola Scalari è psicologa, psicoterapeuta, psicosocioanalista, ed esercita a Venezia. Docente in Psicoterapia della coppia e della famiglia, esamina le paure degli adolescenti nella fase in cui il corpo e le relazioni cambiano. Paure che, se inascoltate dal mondo adulto, possono portare a gesti estremi.

Adolescenti fragili e spaventati

Quella fase precaria dell'esistenza che è l'adolescenza, dove l'identità appena abbozzata non si gioca come nell'adulto tra ciò che si è e la paura di perdere ciò che si è, ma nel divario ben più drammatico tra il non sapere chi si è e la paura di non riuscire a essere ciò che si sogna (Umberto Galimberti).

Per ogni adolescente attraversare l'età incerta è di per sé complicato, fonte di crisi, di smarrimenti e di paure. Nel periodo della pubertà le mutazioni fisiche e psichiche aprono pertanto un periodo colmo di incertezze. Sono anni durante i quali una moltitudine di paure rende tempestosa la vita dei ragazzi e di chi sta loro accanto. Nel clima familiare, scolastico e sociale si respira un terrore che devasta la vita di tutti. La confusione regna spettrale quando, alle naturali ambascie dell'adolescente, corrispondono stravolgenti angosce negli adulti.

Il terrore che il ragazzo prova per ogni suo cambiamento attiva in madri, padri, educatori, allenatori e docenti la stessa ansia nell'affrontare ciò che è sconosciuto. Tutti sono pervasi dal dolore per il lutto di quello che è stato, dal desiderio di fuggire verso mondi illusori, dall'impossibilità di accettare i limiti imposti dalla realtà. Questo cortocircuito esplosivo crea tra le pareti domestiche, nelle aule scolastiche, nelle palestre cittadine e nelle strade dei quartieri un malessere dilagante.

Negli anni di passaggio dall'infanzia all'età adulta la mente del bambino evolve verso nuove capacità riflessive e critiche, dovute alla consapevolezza di sé e del mondo che lo circonda. Il corpo, sotto la pressione della produzione ormonale, cambia forma e avverte nuove sensazioni. Nel periodo che va dai dieci ai diciassette anni, nel bambino tutto si trasforma per condurlo all'età adulta. Se ciò non avvenisse, uno stato mentale adolescenziale si consoliderebbe al di là dell'età cronologica. Bisogna quindi saper lasciare il certo per l'incerto. È necessario abbandonare le sicurezze infantili per costruire la propria identità. La paura, durante questa metamorfosi, la si vince con la fiducia che cambiare è foriero di bellezza e non di distruttività. Crescere significa saper sognare, credere nelle proprie utopie e costruire nuovi progetti. La speranza è dunque l'antidoto alla paura. Perciò guai a quella vecchia generazione che uccide il futuro dei giovani. Una società che non coltiva i sogni e le passioni dei ragazzi li condanna a star fuori a guardare il mondo rendendo la loro vita noiosa e quindi vuota. E allora i giovani senza passioni passano le ore a trovare "calmanti" per le loro inquietudini.



Tutti i ragazzi hanno infatti paura di non riuscire a realizzarsi, ma ognuno, a partire dal bagaglio che ha messo nello "zainetto" della sua esistenza negli anni precedenti, si avventura ad attraversare questo burrascoso transito identitario attrezzato in modo più o meno adeguato a fronteggiare la paura del cambiamento. Nel patrimonio personale del giovanetto allora deve esserci stato contenimento, amore, fiducia, presenza, cura, così come gli adulti hanno saputo offrirgli nell'infanzia. La mente, che può attingere a questi fattori protettivi, che un tempo furono esterni e che ora, albergando dentro di lui, sono a sua disposizione per rassicurarlo, può trovare il modo di regolarizzarsi sentendosi guidata da dentro¹.

La paura di crescere diventa allora meno spaventosa, anzi può divenire davvero avvincente, appassionante e coinvolgente.

I ragazzi, durante questo periodo, nel quale devono fronteggiare sentimenti sconosciuti e compiti inediti, sono ripetutamente assaliti dal timore di essere soli. Se si sentono abbandonati coltivano spavalderia, tracotanza e aggressività per farsi coraggio. Chi è pervaso da un terrore devastante diviene addirittura violento sia verso di sé che verso gli altri. Alcuni adolescenti, per la paura di non riuscire ad attraversare il mutamento da infante ad adulto, assumono pertanto degli atteggiamenti prepotenti e distruttivi. Il loro mondo interno è abitato da fantasmi abbandonici e mostri persecutori. Il loro agire inconsulto è l'estremo tentativo di eliminarli. E se nell'adolescenza il corpo la fa da padrone, tanto che la mente non riesce a volte a seguirne gli impulsi e le modifiche, è proprio sul corpo che il ragazzo scarica la paura di non essere stato accolto e di non essere stato accettato.

I giovani attaccano quell'involucro di carne che non riconoscono più, e dentro al quale si sentono a disagio. Lo feriscono tagliuzzandosi in modo che il malessere fisico restituisca loro il senso di un confine corporeo che, dolente, allevia la sofferenza psichica. Attaccano il corpo anche affamandolo in modo che la paura di diventare grandi si trasformi in un non dare forme sinuose a quell'involucro che li sta tradendo andando a svilupparsi. Alcuni seppelliscono se stessi dentro a masse grasse in modo che l'essere informi cancelli ogni possibilità di avere attributi sessualmente desiderabili. I disturbi alimentari nell'adolescenza nascondono allora la paura che un giovane vive nel timore di poter diventare oggetto e soggetto di desiderio libidico. Piacere e piacersi all'adolescente pare così impossibile che evita questa verifica. Pensieri ossessivi vanno quindi ad abitare nella sua mente disturbando l'apprendimento, le relazioni, la libertà.

Alle volte la paura di diventare grandi porta gli adolescenti a scegliere un'estrema azione: quella di far fuori quel Sé che li disorienta e li fa soffrire. È come se la mente cominciasse a essere introspettiva e a rendersi capace di riflessioni sul senso dell'esistenza, diventando la nemica da eliminare. Sopprimersi è pertanto un modo estremo per farla tacere. Quella voce insistente che dovrebbe far dialogare internamente diventa una diabolica richiesta di



togliersi la vita per "risolvere tutto". Ed è con una lucida follia che questi ragazzi fuggono dalla paura di imparare a vivere, andando a rifugiarsi in un immaginario altrove, che credono potrà calmare l'angoscia che li divora. Se quindi tutti i giovanetti sono terrorizzati di non piacere, di non essere apprezzabili, di non essere adeguati, di valer poco o niente, alcuni non reggono questa pressione interiore che, impietosa, li giudica senza sosta e li condanna senza via di scampo. Qualche volta questa immagine svalorizzata di sé viene confermata da una scuola poco attenta alla fragilità dei suoi allievi. Spesso la disperazione nel non sentirsi amabili viene da una famiglia che adesso, non riconoscendoli più, li attacca pesantemente. Altre volte il primo amore conclusosi male addolora a tal punto gli adolescenti da accecare in loro ogni prospettiva futura. Il suicidio diviene dunque via di fuga alla paura dell'insuccesso, del rifiuto e dell'abbandono. Ed oggi questo sconforto pervade le nuove generazioni più di ieri, visto che l'approvazione sociale viene ad assumere il primo posto tra i valori.

Piccoli, spinti da madri e padri solleciti a farsi apprezzare socialmente, sia questo manifestato dall'essere invitati alle festine di compleanno o dall'essere ricercati dai compagni di classe, divengono dipendenti dall'approvazione sociale. E la paura di non ottenerla diventa ricerca spasmodica di piacere. Il *look* con cui presentarsi al mondo diviene "divisa" per essere ammessi nel gruppo dei pari come soggetti interessanti, speciali, ammirabili. Tutto allora è voluto in funzione del non finire nel gruppo degli sfigati. Scarpe di marca o divise monocolori, abiti firmati o vestiti sbrindellati, chiome dai colori sgargianti o creste svettanti diventano dettagli di questo manifesto vivente che è indossato per poter ottenere uno sguardo di ammirazione. La scelta spesso è orientata dal potersi riparare dentro a una banda protettiva. Nell'essere uguale ad altri la paura individuale viene condivisa e risulta meno pressante. Il gruppo dei pari diviene dunque un involucro² che protegge dalla paura di essere gli unici che non stanno bene, che temono tutto e che quindi non si sentono parte dell'umanità.

La paura di non risultare idonei a stare al mondo diviene allora bisogno di trasformarsi in un manifesto parlante, che propaganda la propria specialità. Tatuaggi e *percing* sono il segno distintivo per parlare di sé e del valore che si dà al proprio corpo. L'esagerazione nell'uso di questi strumenti, che dipingono e perforano la pelle, è proporzionale alla paura di non essere ammirati. La presenza di educatori capaci di vedere anche oltre le apparenze diviene pertanto l'unica via per assicurare questi giovani infelici, che vagabondano nella vita in cerca di uno sguardo a cui appigliarsi per non sprofondare nel nulla. Se gli educatori, siano essi i familiari o gli insegnanti, non vedono questo terrore che deforma il corpo e la mente dei ragazzi, lasciano soli gli adolescenti. I giovani allora s'inoltrano sempre più prepotentemente in antri bui, dove diviene difficile raggiungerli per calmare le loro ansie. Angosce che



spesso alleviano da soli, attraverso l'uso di sostanze. Abusare dell'alcool o delle droghe è dunque l'ansiolitico per non essere spaventati dalla vita che, non più protetta dal mondo adulto, risulta impossibile da affrontare da soli.

Molti ragazzi cercano di calmare questa paura di non essere visti cercando sollievo nella rete. Il numero dei "like" di *Facebook*, o ancor più dei cuoricini di *Instagram*, diviene allora la quantificazione del poter piacere. Se ricevere approvazione nel digitale calma la paura dell'invisibilità sociale, il terrore di non essere considerati ricompare incessantemente divenendo sempre più spaventoso. Ed ecco che la paura di non venir premiati per i propri *post* e foto fa scattare il desiderio di ottenerne sempre di più. Allora i ragazzini esagerano nel postare scene sessuali o violente. Addirittura le creano appositamente per divenire, attraverso il canale *you tube*, dei casi virali dove il successo nella rete gonfia l'insano narcisismo di questi giovanetti, e placa il loro terrore di non essere apprezzati. Il bisogno di piacere può, a questo punto, indurre a crearsi false identità con le quali navigare in rete e presentarsi al mondo attraverso immagini sempre più attraenti. I fotomontaggi sessuali qui la fanno da padroni, le provocazioni genitali diventano scenari porno, la seduzione erotica sfiora la prostituzione. Gli adolescenti vendono i loro corpi per venir rassicurati che possono essere desiderabili. Il sesso diventa merce di scambio poiché in rete i giovani non cercano la soddisfazione erotica quanto la conferma narcisistica. L'affettività matura, la sessualità dialogante e la tenerezza gioiosa spariscono, lasciando spazio al terrore di non poter approdare a una vita erotica relazionale. Allora con il sesso ci giocano. Oggi tra loro va di moda il bisessuale poiché non scegliere l'identità di genere li risparmia da processi luttuosi che implicano la perdita del poter avere ed essere tutto. E così copulando in maniera indifferente con maschi o con femmine calmano più la paura di non piacere che il desiderio di sentirsi amati. E il "tromba-amico" diviene il soggetto con cui condividere rapporti sessuali privi di ogni implicazione amorosa.

L'amore fa paura alle nuove generazioni. L'amore sessuale, che coniuga passione e protezione, implica infatti l'assumersi la responsabilità di un rapporto. L'amore è ricerca di scambio, contatto, intimità con l'altro che richiede uno sforzo di penetrazione e accettazione, che mette in gioco la possibilità di piacere o meno. La paura del fallimento li fa allora vivere una sessualità tiepida, ma rassicurante. Qualcuno decide anche di non esporsi per niente e si chiude nelle sue camerette e vive lì dentro in contatto solo con il mondo virtuale. Con gli amici in rete si può giocare, chiacchierare, fare sesso senza esporsi a quel mondo reale che risulta così incerto e spaventoso. Gli *Hichimoro* sono adolescenti che si aggrappano alla rete per non sprofondare nella loro paura del contatto diretto con gli altri. Spesso il primo segnale di questo non poter affrontare il giudizio del mondo esterno lo esprimono non volendo più frequentare la scuola. La classe, basata sulla competizione, fa quindi fuori quei ragazzi che temono di essere dei perdenti nella gara per l'affermazione



di sé. Molte volte insegnanti ignari finiscono per aumentare la rabbia dei loro allievi. I ragazzi sfidano perché si sentono giudicati ingiustamente, denigrati con supponenza, svalutati con sadismo, disconosciuti senza speranza di riscatto. E questi bambini che non riescono a crescere vivono talmente male il sentirsi feriti che fronteggiano il crollo narcisistico con una furia violenta. Si potrebbe dire che attaccano il corpo sociale. Ecco allora che il terrore di non valere li rende bulli incalliti, pronti a massacrare chiunque faccia loro paura in quanto, a loro modo di vedere, risulta un perdente. Far male agli altri diventa un modo per sentirsi superiori a chi si teme valga di più. Il diverso non è ammesso perché rappresentante di un se stesso che si teme venga invisito, rifiutato e, in quanto tale, privato di ogni possibilità di successo. Il diverso, sia esso di un'altra razza o con uno stile di vita differente, sia esso un omosessuale o un disabile, va attaccato. Omofobia, violenza di genere, presa in giro dei deboli, ideologie razziste sono lo scudo che i ragazzi si costruiscono per ripararsi dalla paura di non essere dei vincenti. Alle volte la strada della devianza diviene la via per riunirsi in bande ed eleggere un nemico comune. Le *baby gang* sono allora un contesto condiviso per farsi coraggio e dimostrare che si è forti.

L'adolescente che attacca se stesso o gli altri quindi lo fa per non essere divorato da quei terrificanti mostri fantasmatici che abitano la sua esistenza. L'abbandono, il rifiuto, la mancata capacità di separarsi, il vuoto esistenziale, il senso di vulnerabilità alimentano questi mostri.

È allora la presenza quella che sana queste paure. È all'atteggiamento del mondo adulto di fronte alle crisi adolescenziali che possiamo pertanto rivolgere il nostro sguardo per capirli e aiutarli a superare le loro paure³.

Adulti che lo siano veramente, dunque, si preparano a resistere agli urti del giovane senza crollare sotto le sferzate degli adolescenti che li attaccano, svalutano, denigrano, contestano. Essere maturi, infatti, significa aver superato il bisogno di consenso. Se invece l'adulto ha una mente adolescenziale, egli stesso vive quell'insano bisogno di approvazione a tutti i costi che caratterizza i ragazzi. Cerca allora obbedienza per sentirsi potente piuttosto che testimoniare la responsabilità che nasce dall'essere stati ascoltati e ascoltare.

Se anche gli adulti perciò vivono la paura di soccombere, il mondo relazionale dove gli adolescenti costruiscono la loro identità non può che essere un luogo pieno di tensioni, inquietudini e angoscia.

Paola Scalari

Note

1) F. Berto-P. Scalari, *Padri che amano troppo. Adolescenti prigionieri di attrazioni fatali*, La meridiana, Molfetta 2009.

2) F. Berto-P. Scalari, *Mal d'amore*, la meridiana Molfetta 2011.

3) P. Scalari, *L'ascolto del paziente*, la meridiana Molfetta 2018.

