

## **GENITORI E FIGLI ADOLESCENTI: IL DOLORE E IL FASCINO DELLA SEPARAZIONE**

In questi 30 anni il Consultorio Familiare, pur nelle diverse fasi di accelerazione e di riflusso che ha vissuto, ha sempre mantenuto coerente l'identità di un servizio che promuove salute, valorizzando il contesto di cura.

Due dimensioni che sono in costante comunicazione dialettica, la promozione al benessere psicofisico implica infatti una risposta ai bisogni inespressi che tale educazione risveglia. In qualsiasi tipo di intervento non può mancare quindi la costituzione di un ambito interpersonale adeguato alla possibilità di espressione e comprensione del mondo psichico. Questo significa rispettare la realtà irripetibile ed unica della persona ed operare per commisurare il servizio a quei determinati bisogni.

Venendo al tema del mio intervento, tutto l'arco dell'esistenza umana rappresenta un processo continuo di rottura dei confini dell'appartenenza, del noto, per proiettare l'individuo verso il nuovo ed il non posseduto.

Elaborare i vari passaggi, accettare il distacco da qualcosa che cambia per trovare un adattamento alla nuova realtà, è quindi un'esperienza vitale e strutturante la crescita umana. E non ci può essere una vera vita mentale senza questa capacità fondamentale di accettare che qualcosa finisca perché qualcos'altro possa nascere.

L'esperienza del distacco oltre a fonte di crescita evoca anche paura, solitudine, rabbia, dolore; tutti noi sappiamo quanto può essere angosciata la separatezza dall'oggetto d'amore! E.Dickinson, nella sua poesia "I separati," dice: "La separazione è tutto ciò che sappiamo del cielo e tutto ciò che ci occorre sapere dell'inferno".

**Il fascino della separazione come distanza di libertà che rende possibile la creazione di uno spazio mentale e relazionale si confronta incessantemente con il senso di solitudine e la nostalgia dell'unione perduta.**

D'altra parte nella navigazione non certo tranquilla fra questi opposti sono contenuti tutti i temi della vita e tale navigazione è, in fondo, il filo conduttore della nostra nascita psicologica.

Le problematiche del distacco e della separazione occupano un posto centrale nell'esperienza dell'adolescenza; sappiamo che l'essenza di questa fase della vita risiede nel cambiamento, nel suo essere in continua trasformazione, in un fluire continuo in cui si è sempre gli stessi e mai gli stessi. L'adolescente deve destreggiarsi tra vecchio e nuovo allo scopo di risolvere dentro e fuori di sé il senso della continuità del proprio esistere in un raccordo che concili passato, presente e futuro.

Secondo la tradizione psicoanalitica, il dipanarsi del processo di separazione-individuazione sintetizza il duplice compito dell'adolescenza: rielaborare il passato, che comporta anche la perdita di antiche sicurezze, ed appropriarsi delle nuove possibilità, che significa potersi individuare ed immaginare nel futuro.

**L'adolescente rielabora il suo passato attraverso l'esperienza del lutto** (il lutto inteso in quest'accezione, si riferisce al sentimento doloroso di vuoto e di perdita, non solo dovuto ad un evento preciso come le attribuisce il senso comune) **di tre principali separazioni interne: dal corpo infantile, dai genitori idealizzati dell'infanzia, dalla sua identità e dal suo ruolo nel mondo infantile;** contemporaneamente, comincia a diventare consapevole delle proprie potenzialità, quindi delle sue reali capacità e dei suoi limiti. Vissuti di lutto e sentimenti di perdita costituiscono dunque dimensioni fisiologiche in questa fase evolutiva.

**In questa stagione della vita si oscilla quindi tra la necessità, il piacere dell'autonomia e la fatica di crescere ed il bisogno di dipendenza.** Durante una

seduta un ragazzo si chiedeva quale fosse la distanza ottimale da tenere con me, temendo di essere assorbito, così come gli era capitato con i suoi genitori dalla cui orbita sentiva di non potersi sganciare. Si domandava quale fosse una distanza di sicurezza sentendosi esposto “ai colpi” sia di una presenza intrusiva od a quelli di un abbandono e perdita di un amore.

Genitori e figli si influenzano attraverso un’infinita sequenza di interazioni reciproche ed i cambiamenti di quest’età, per molti aspetti complementari e correlati, riguardano profondamente sia l’adolescente che la famiglia.

Quel modo di esercitare il ruolo genitoriale che prima andava bene ora non va più bene; al genitore si chiede non solo **di disinvestire la propria immagine del figlio come parte di sé per poterlo reinvestire come oggetto diverso e separato, ma di modificare la sua stessa immagine sempre idealizzata di genitore ed il tipo di relazione che intrattiene con lui.** Prima la madre ed il padre si sentivano amati, necessari ed ammirati per le loro capacità e competenze adulte dal figlio bambino, attesi e desiderati quando assenti; questo li confermava nel loro sentimento d’adeguatezza nel ruolo d’adulto e di genitore; ora, nella graduale abdicazione alle funzioni genitoriali, questo rifornimento narcisistico, rassicurante e rinforzante del sentimento del sé non arriva più; anzi gli atteggiamenti del figlio sembrano sollecitare il contrario.

Il figlio che man mano sta crescendo se, da un lato risponde a un desiderio del genitore rendendolo narcisisticamente soddisfatto, dall’altro, a un livello più profondo, a volte poco consapevole, può sollecitare vissuti di perdita a coloritura depressiva, che alterano l’equilibrio psicologico interno.

Così anche nel mondo interno dei genitori, le rappresentazioni del figlio, del loro rapporto con lui assumono aspetti contraddittori: si tratta di un cambiamento impegnativo, che richiede non solo di modificare il proprio investimento su di lui, per poter provare piacere della sua progressiva autonomia, ma anche di fare nuovi investimenti su loro stessi e sul proprio futuro.

Ci sono novità nel modo in cui gli adolescenti d'oggi ed i loro genitori affrontano questa fase della vita: l'istituzione famiglia è cambiata notevolmente così come il concetto d'autorità e la sensibilità verso di esso, è crollato il mito dell'autorità familiare indiscussa che dettava i sistemi di valori, le regole ed i divieti. Il dato saliente sul quale convergono quasi tutte le ricerche sul nuovo assetto di famiglia è quello relativo al passaggio dalla famiglia etica alla famiglia affettiva, più orientata a costruire all'interno un buon clima relazionale e fornire ai figli amore, sicurezza, soddisfazione dei bisogni, opportunità.

Il modello educativo, non è più orientato a farsi obbedire per paura dei castighi tipici della famiglia che fino ad ora abbiamo identificato nel modello edipico, o per la colpa accumulata nei confronti della trasgressione ai principi e ai valori, ma per amore, in nome della qualità della relazione e della presenza affettiva che il padre e la madre gli garantiscono. E' sempre più diffusa infatti la difficoltà genitoriale nel dire di no ad una richiesta del figlio, spesso questo limite viene percepito dagli adulti come impossibile, come un segno di un'inimicizia e fa temere il rischio di una frattura insanabile.

Come dice lo psicoanalista G Pietropolli Charmet, la coppia genitoriale assolve sempre di più ad una funzione ostetrica, questa tendenza relazionale-affettiva ha prodotto ruoli genitoriali meno definiti, modelli d'identificazione più deboli, pur generando maggiori aperture e più condivisione di stili di vita fra generazioni diverse. Non possiamo pensare che queste nuove paternità e maternità non declinino nuove forme nel processo di individuazione: la costruzione di legami affettivi fondati sul reciproco rispecchiamento (una relazione alla pari in cui padri, madri e figli condividono interessi atteggiamenti stili di vita) e su processi di accomunamento affettivo molto intensi, rendono più complesso e più rallentato il processo di separazione adolescenziale. Sembra che la conflittualità degli adolescenti con il mondo degli adulti si vada smussando in funzione di un atteggiamento di maggior acquiescenza e conformismo, dunque più in termini di una fuga dal conflitto che non della capacità di tollerarlo e fronteggiarlo.

Si ha l'impressione a tutt'oggi di essere immersi in una società dove gli adolescenti sono più liberi, ma forse più soli, permeati di una cultura che, da una parte sembra adorare i giovani per questa tendenza all'eterno giovanilismo forzato ed un po' ossessivo, ma dall'altra mostra una certa resistenza ad occuparsi seriamente di loro.

Lavorando con i genitori e con i ragazzi sappiamo che molte difficoltà nascono quando uno dei due poli della relazione genitori-figli o entrambi i poli, vivono con maggior intensità gli aspetti connessi al distacco ed alla perdita, senza essere supportati dalla fiducia nella possibilità di costruire identità e rapporti nuovi.

**E' necessario qui ricordare la duplice evenienza dell' esperienza della separazione: come dimensione di crescita creativa e di ricerca che facilita l'autonomia e le relazioni di dipendenza matura o come espressione di sofferenza e di patologia.**

Se la persona ha potuto sperimentare ed introiettare durante l'infanzia relazioni primarie fondate sulla fiducia e continuità emotiva, la separazione viene sentita come concepibile. "Là dove vi è fiducia o attendibilità- dice Winnicott -vi è uno spazio potenziale che può diventare un'area infinita di separazione che il lattante, il bambino, l'adolescente, l'adulto possono creativamente colmare con il gioco, che col tempo diventa il godimento dell'eredità culturale". Se invece è mancata o è stata carente la possibilità di riconoscersi all'interno di una relazione di reciprocità e di appartenenza, nella dimensione della separazione si può avvertire il rischio di perdere un aspetto essenziale del proprio sentimento di esistenza personale e questo vissuto angoscioso evoca un senso di perdita intollerabile, vuoto, distacco dal nulla.

In questi anni all'interno del Consultorio Giovani, l'attività psicologica rivolta alla consulenza, al sostegno ed alla cura degli adolescenti e delle loro famiglie ha acquisito una cornice più definita e strutturata. Questo servizio ambulatoriale si vuole configurare come uno spazio mentale di ascolto ricettivo,

empatico, uno scenario non giudicante, né colpevolizzante né banalizzante, dove dar voce ai sentimenti, alle fantasie e riflettere sull'origine della loro sofferenza.

Senza colludere con pretese onnipotenti ed aspettative idealizzanti, lo sforzo ogni volta è quello di capire e rispettare le esigenze, i bisogni, le possibilità ed i limiti di quell'adolescente o di quella coppia di genitori, evitando massicce identificazioni o con l'uno o con l'altro.

La presa in carico delle situazioni richiede spesso l'attivazione di interventi coordinati ed integrati con gli operatori di altri servizi; è indubbio che per poter agire correttamente nel nostro lavoro, un elemento indispensabile sia proprio l'esistenza di un gruppo di lavoro che facilita un linguaggio comune, aiuta ad integrare meglio le esperienze emotive, permette maggiori capacità di incontro con l'interessa dell'altro ed allontana i pericoli dell'agire.

La tendenza agli agiti degli adolescenti per rifuggire spesso dai pensieri sentiti come troppo minacciosi o invasivi, la loro urgenza, i loro dolori così estremi e così acuti, le ansie dei genitori, i compiti istituzionali troppo pressanti possono indurre una frammentazione degli interventi ed un'operatività che invece di unire, scinde e separa.

Ultimamente all'interno dello Spazio Giovani stiamo privilegiando tra le varie modalità d'intervento, l'utilizzo della consultazione; l'idea sempre più condivisa da diversi autori in questi anni è che questa modalità d'intervento non sia solo uno strumento di diagnosi ma possa definirsi come un percorso dotato di finalità terapeutiche, idoneo a promuovere e riattivare le spinte evolutive.

**La consultazione con tempi definiti, può essere preziosa perché può offrire l'opportunità di una prima esplorazione del problema, può influenzare precocemente l'esito di un dialogo difficile e possono avvenire nella mente dell'adolescente e/o dei suoi genitori collegamenti significativi tra i sintomi, i comportamenti e le emozioni e la consapevolezza che sono diversi dalla prima risposta al problema che si sono dati.**

Secondo gli psicoanalisti DeVito e Codignola-Fava, quest'approccio può essere assimilabile allo spazio transizionale, in cui l'operatore non è troppo sovrastante, ma offre dei pensieri, amplia lo spazio di comprensione e dà la possibilità di trarre piacere dalla conoscenza di sé, condivisa con il terapeuta.

Lavorare con gli adolescenti è complesso, richiede sempre un delicato esercizio di sintonia emotiva, accordo sui tempi e ritmi, armonia nella comunicazione, ma soprattutto capacità di creare nuove melodie da suonare insieme, con un atteggiamento aperto e flessibile dunque alle varie sperimentazioni. Chi si occupa di loro, sa cosa intendo quando mi riferisco all'incubo dell'interruzione del trattamento!

Conosciamo la specifica difficoltà che molti adolescenti manifestano nel chiedere un aiuto psicologico, spesso sono diffidenti ed è frequente che si spaventino per un contratto terapeutico a lungo termine, anche perché le ansie di dipendenza a quest'età sono ancora molto forti, coinvolti come sono in una dipendenza da genitori reali oltre che impegnati in conflitti con genitori interiorizzati. La proposta viceversa di un impegno definito, con un numero di colloqui variabile a seconda del modello, ma comunque limitato, può essere più facilmente tollerata.

Molti autori condividono l'idea che il **percorso della consultazione** debba **consentire una conoscenza del significato del sintomo nell'economia psichica, delle motivazioni e delle risorse dell'adolescente e della sua famiglia, inoltre comprendere qualche ipotesi sull'uso che l'adolescente potrà fare degli strumenti terapeutici che gli verranno offerti.** A conclusione verrà consegnata a lui e/o ai genitori, a seconda dell'età e delle situazioni, **una valutazione condivisa del lavoro svolto.** Restituire all'adolescente un'immagine di se stesso, resa più comprensibile anche per le corrette identificazioni dell'operatore con lui, gli facilita un percorso di riconoscimento che può riavviare adeguati processi di separazione ed individuazione.

A volte la consultazione breve non è sufficiente e si danno quindi ulteriori indicazioni per un diverso intervento; in effetti la realtà terapeutica sta anche nell'esperienza che i pazienti fanno nell'essere tenuti e il contenimento dell'altro può costituire un ponte per approdare ad altri trattamenti, per es. ad una presa in carico psicoterapeutica.

Non si possono nascondere comunque alcune difficoltà nell'adozione di questo strumento clinico; per es. nella definizione del setting e della durata dell'intervento, in particolare mi riferisco alla scansione temporale, perchè come fa osservare psicoanalista I.Ruggiero, la consultazione richiede, che in un periodo relativamente breve, si alternino funzioni di accoglimento e disponibilità materne con funzioni paterne separative e differenzianti. Anche il coinvolgimento emotivo dell'operatore deve cambiare velocemente, perché ci si deve identificare col paziente, ma altrettanto rapidamente separare! La situazione diventa ancora più complessa, come spesso capita nei servizi pubblici, quando si sa fin dall'inizio del percorso clinico che non si potrà comunque tenere il paziente, qualora avesse necessità di un trattamento.

Gli adolescenti che vengono al nostro spazio d'ascolto spesso chiedono di essere supportati a reggere il dolore mentale, portano la loro rabbia, i malesseri negati che vengono agiti sul corpo. A volte cercano solo un pensiero che li aiuti a definire i contorni del loro disagio, chiedono rassicurazioni sulla normalità dei loro comportamenti; sappiamo a quest'età quanto può essere penosa l'angoscia di impazzire! Qualche volta le trasformazioni corporee ed il risveglio delle pulsioni sessuali possono costituire un ulteriore elemento di vulnerabilità ed accrescere ulteriormente la loro tensione emotiva. Alcuni adolescenti si sentono costretti ad assumere dei comportamenti rischiosi, illeciti, perché coltivano l'illusione di riuscire in questo modo ad assolvere ai loro compiti di sviluppo, prendendo delle rocambolesche scorciatoie, negandone la paura ed il dolore.

In questi anni sono aumentati i casi di ragazzi che si sono rivolti al nostro Spazio presentando una tendenza allo stallo evolutivo con una consistente

difficoltà a vedere nell'esistere un senso, una direzione, un progetto; fissati in un equilibrio in cui la sofferenza viene evitata alla condizione di rinunciare a crescere, di rimanere ancorati in una posizione di infantile dipendenza.

Ora vorrei esporvi qualche spunto di riflessione sul lavoro che svolgo con i genitori; ritengo che quest'approccio clinico debba essere maggiormente approfondito e valorizzato perché, oltre a riattivare le risorse interne genitoriali, può influenzare positivamente nei figli l'evoluzione di aspetti potenzialmente patologici, ed evitare che si cristallizzino.

E' oramai universalmente riconosciuto che la presa in carico della sofferenza psicologica di un bambino e di un adolescente debba essere affrontata tenendo conto dell'ambiente in cui vive, delle informazioni sulla sua famiglia e delle sue relazioni con essa. Un'ottica che si ritiene non possa prescindere dalla coppia genitoriale che va coinvolta, sia nel momento di valutazione, che in un'eventuale successiva fase d'intervento( psicoterapico o di altro genere).

Fino a non molto tempo fa, tra gli operatori circolava una certa sfiducia nei confronti del lavoro con i genitori; era ritenuto faticoso e denso di difficoltà, in ogni caso considerato secondario rispetto alla terapia con gli adolescenti vissuta come più gratificante. Nella presa in carico delle situazioni, a volte sembrava difficile non escludere la coppia genitoriale, relegandola spesso fuori dallo spazio psicoterapeutico con l'adolescente, oppure non identificarla come paziente, ed inviarla quindi tout court verso un trattamento terapeutico. I genitori così svalutati ed espropriati più facilmente tenderanno ad attivare l'uso di modalità regressive quali la delega o la squalifica dell'intervento.

In questi anni è sensibilmente aumentato il numero dei genitori con figli adolescenti che si rivolge direttamente allo Spazio Giovani per un sostegno nelle loro funzioni genitoriali oppure per una valutazione di un comportamento o uno stato mentale del figlio che induce in loro inquietudine e difficoltà, a volte senza volerli coinvolgere direttamente .

Credo che tutti noi abbiamo in mente le loro preoccupazioni, il loro smarrimento di fronte ai paradossi ed ai mille volti della condizione adolescenziale: non riconoscono più i loro figli, temono di perderne il controllo, vivono sensazioni di perdita, si sentono in un impasse.

Vogliono essere rassicurati sulla normalità dei comportamenti, a volte può essere difficile mantenere un'immagine integrata degli adolescenti, per le loro brusche oscillazioni tra momenti progressivi e ricadute regressive.

Portano in consultazione le difficoltà dei figli, le ferite narcisistiche legate al fatto di avere bisogno d'aiuto per loro, i sensi di colpa, in quanto è spesso presente nei genitori l'idea più o meno consapevole di essere i colpevoli della sofferenza del figlio. Frasi come questa sono frequenti: "Non so dove ho sbagliato.. non riesco più a farmi ascoltare. Non riesco più a farmi ubbidire. Che cosa devo fare?!"

Le sensazioni di impotenza e di fallimento li portano, a volte, a un "lasciar fare" farcito di insofferenza e di delusione. Riferiscono che il dialogo risulta faticoso se non assente, desiderano riannodare i fili di una comunicazione interrotta, temono che il rapporto con i figli si possa trasformare in una palestra a caccia di vincitori e vinti.

Spesso emergono divergenze educative tra i genitori, a volte la discussione riguarda la consultazione stessa: la madre per es. la sostiene, il padre la ritiene superflua, oppure la madre dà un peso ai sintomi e il padre attribuisce questa valutazione ad ansia della madre. C'è da sottolineare che negli ultimi anni è sempre più frequente che si presenti in consultazione la coppia e non solo la madre come accadeva in passato; questo, fra l'altro, rendeva più difficile mantenere per l'operatore l'assetto mentale necessario che li tenesse presenti entrambi.

In questi ultimi anni fra le coppie dei genitori, percepiamo rispetto al passato una maggiore consapevolezza del ruolo educativo che devono svolgere, unitamente però ad una maggiore tendenza a sentirsi giudicati, inadeguati. A volte proiettano un ideale di competenza e di conoscenza onnipotente e quest'idealizzazione

fornisce un potere straordinario alle dichiarazioni del terapeuta; ma riduce sempre di più la fiducia in loro stessi e nelle loro capacità. A tal proposito occorre ricordare che i mass media non perdono occasione nel riferire sui fallimenti cui i genitori vanno incontro e spesso si ritiene che il nostro non sia un tempo favorevole per riferimenti sicuri alle nuove generazioni.

Nello spazio della consultazione, il primo obiettivo è costituire uno scenario di sicurezza per restaurare la caduta di pensiero dei genitori, soprattutto se dominati dall'angoscia.

Tentando di coinvolgerli in un processo di comprensione empatica, si cerca di vedere e di capire insieme, le difficoltà del figlio e quelle che il figlio crea loro, provando di attivare o riattivare un processo di genitorialità positiva che include la capacità di riconoscere che il figlio è un individuo in crescita, separato dai loro bisogni e desideri.

L'attenzione è rivolta a risvegliare la loro consapevolezza emotiva, consentendo l'inizio di una riflessione sulla relazione con lui, a distinguerne le caratteristiche reali e le sue potenzialità senza che questo sia confuso nella loro mente con altre immagini o rappresentazioni interne.

Tutto ciò significa identificarsi con i genitori, ascoltare e sentire la loro sofferenza, e sappiamo quanto ciò possa essere difficile soprattutto nelle situazioni in cui è evidente che comportamenti inadeguati dei genitori creano reali sofferenze nei figli.

Alcuni aspetti del lavoro con i genitori riguardano quel delicato equilibrio tra il tenere il figlio nella mente insieme ai genitori e aiutare quest'ultimi a separare le loro esperienze infantili dai bisogni e dalle realtà dell'adolescente. Esiste il rischio che i genitori riattualizzino i loro conflitti; anche loro sono stati adolescenti e queste trame antiche, a volte offuscate, entrano in risonanza con quelli del figlio, non permettendo né agli uni né agli altri di trovare una soddisfacente via d'uscita.

Nell'ambito della consultazione i genitori si ritrovano nella condizione di poter collegare i propri vissuti conflittuali o di privazione con vissuti che

sottendono il sintomo del figlio e scoprire che a volte si condivide le medesime angosce.. E' necessario infatti valutare l'eventualità che madre o padre proiettino su di lui le loro parti malate o gli rimandino ingigantite le angosce.

Shapiro afferma che interrogarsi sulle motivazioni dei figli, non dare per scontato il fatto di conoscerle, presuppone una certa sanità dei genitori, implica infatti la capacità di distinguere tra sé e l'altro e comporta che l'investimento sul figlio non sia eccessivamente narcisistico; il genitore tollerando l'incertezza, implicitamente comunica al figlio che può esistere uno spazio aperto solo a lui, separato, uno spazio privato del sé.

Le famiglie più disturbate sono caratterizzate da un gran timore dell'individuazione dei propri membri; il conseguimento di un'identità separata ed autonoma è vissuta come una minaccia ed una catastrofe per la propria unità personale e familiare.

Nelle situazioni più patologiche, le identificazioni proiettive dei genitori infatti colonizzano lo spazio mentale del figlio, attuando identificazioni patologiche che disturbano il legame mentale tra loro ed impediscono di integrare tra loro le esperienze emotive. Egli può trovarsi allora a dover portare un carico insostenibile, prigioniero del pensiero e del sentire dell'altro.

Diversi sono le modalità d'intervento con i genitori in difficoltà: a volte il lavoro con i genitori può acquistare a volte un'importanza essenziale perché può in diversi casi costituirsi come unica risorsa per affrontare i problemi dei figli; ciò è vero in particolare per quegli adolescenti inafferrabili che non accetterebbero mai di rivolgersi ai servizi. Spesso il lavoro di sostegno con i genitori è necessario perché può accompagnare, sostenere e completare un intervento psicoterapico con il figlio. Anche se l'invio iniziale ha avuto origine da una particolare preoccupazione relativa al figlio, il lavoro con i genitori può includere anche una terapia coniugale o individuale o familiare.

Non nascondo che queste considerazioni sottendano una sfida continua e quotidiana: e' necessario che all'interno dei servizi, l'adozione di questi strumenti

clinici possa continuare a consolidarsi ed a non scontrarsi con la scarsità di risorse, con vincoli istituzionali rigidi o con protocolli standardizzati, a volte troppo preoccupati di classificare solo i sintomi.

IMOLA 13/14 marzo 2008

MGrazia Saccotelli

