

di Federica Biolzi

Siamo ad un momento di svolta, la crisi innestata dalla pandemia ha esacerbato la modalità di esprimere il disagio e di chiedere aiuto. Il rapporto tra adolescenti ed adulti ha cambiato volto, e sull'analisi di queste mutate condizioni che Matteo Lancini ha costruito il suo ultimo libro, *Sii te stesso a modo mio* (Cortina Editore 2023). Le recenti vicende hanno aggravato quanto già era presente nel periodo pandemico e si è andati oltre. Cerchiamo di capire in quale direzione con l'aiuto dell'autore.

-Nel suo libro, Lei ci indica un passaggio importante nel rapporto tra adolescenti ed adulti, il paradigma col quale si esprime il già difficile rapporto tra adulti ed adolescenti si è trasformato da quello incentrato sul narcisismo a un paradigma postnarcisista. Cosa significa questo passaggio e come si caratterizza?

-Ovviamente questa riflessione deriva dal mio lavoro di clinico guardando i funzionamenti psichici, relazionali, delle nuove generazioni ed anche una serie di disagi, tra cui l'ansia generalizzata che sta aggredendo gran parte della popolazione adolescenziale. Non si tratta di un'ansia legata alla prestazione o dovuta solo allo sguardo di ritorno dei pari, ma un'ansia pervasiva e generalizzata, propria di chi non si sente accolto dalle istituzioni e di chi non ha avuto modo di costruire la propria identità, impegnato com'era a essere se stesso nei modi che gli venivano imposti da mamma, papà, insegnante, società. Un grosso carico, di cui bambini e adolescenti sono stati investiti e che ha segnato il passaggio dal paradigma narcisistico a quello che negli ultimi anni potremmo definire postnarcisismo. Come se, ovviamente senza nessuna colpevolizzazione, ma piuttosto per fornire responsabilizzazione di genitori, insegnanti e adulti, il Sé diventasse talmente predominante, in termini di fragilità, da sovraintendere la mente dell'altro, entrando nella mente dei nostri bambini e dei nostri piccoli allievi, già dall'infanzia, chiedendo loro, appunto di farci sentire che sono loro stessi ma a modo nostro. In poche parole, ciò che succede è che davanti alla complessità dei modi di crescere, ad una società molto rapida e molto incerta, ai genitori che sembrano mettercela tutta ed anche la scuola, si dice ai giovani: voi dovete stare per forza bene, ma così si perde di vista, che esistono delle fragilità, dei funzionamenti specifici. Si perde di vista l'altro, al punto che se l'altro ci dice che sta male, ha dei dolori o degli inciampi o dei maltempi, lo viviamo come un affronto, come se fosse qualche cosa che non dà risposta al nostro bisogno di sentirci attenti, autorevoli, educatori, ecc.

In conclusione potremmo dire che se in passato la scelta era quella di gestire questa società dove il narcisismo, l'ideale, la bellezza hanno fatto da padroni, oggi è come se gli adulti chiedessero senza volerlo ai propri figli, studenti, di darci qualche cosa in questo senso, facendoci sentire che loro sono esattamente come ci fa star bene a noi. E' necessario, invece, che vi sia uno spazio in cui esprimere il proprio modo di essere ed essere accettato dagli adulti. Il concretizzarsi di un modello familiare di tipo post-narcisistico è sicuramente frutto di un'evoluzione durata decenni, che si inserisce nel più ampio passaggio da una società normativa, edipica, ad una affettiva, narcisistica. Da Edipo a Narciso, dal super-io all'ideale dell'io. Per arrivare poi ad oggi, una nuova era che per ora possiamo solo chiamare genericamente, "oltre Narciso e il narcisismo".

-Quando un ragazzo inizia a comportarsi in modo diverso. Quando ci si accorge di comportamenti inusuali, ai primi campanelli d'allarme, i genitori si pongono alcune domande, in genere le solite: cosa è successo? Di chi è la colpa? Possiamo dire che si tratta delle domande giuste o occorre cercare in altre direzioni?

-Quando si è troppo fragili ci si pone la domanda: *cosa devo fare io?* ed a cercare la causa del disastro e del disagio, perdendo di vista *chi è l'altro*. Partendo dal fatto che ogni figlio, ogni studente, ha un proprio

funzionamento, la prima domanda da porsi è *chi è? chi ho di fronte?* e che significato ha per lui. *Non io cosa devo fare o quale è la causa* Si dimentica che esiste un altro, lasciandolo in qualche modo in una sovradeterminazione della propria mente, come se il problem fosse sempre interno alla necessità dell'adulto di risolvere, invece che di capire chi si ha di fronte. I figli sono sempre altro da sé, così come gli studenti.

Ci sarà sicuramente un motivo, è questo il primo pensiero che attraversa la mente di un genitore quando il proprio figlio inizia a comportarsi in modo diverso. Ma , non che appena il figlio lo lo studente inizia a parlare, l'altro sparisce e prende forma la nostra idea di dover fare qualcosa, di capire la causa, secondo il paradosso *dell' essere se stessi a modo mio* da qui il titolo del libro.

Il rapporto odierno tra genitori e figli è profondamente diverso rispetto al passato, è caratterizzato da un'attenzione maggiore nei confronti dei figli e da un'apertura all'ascolto e all'affettività senza precedenti. Questo senza dubbio è vero, il cambiamento, come abbiamo visto, lo si può rintracciare nel passaggio dalla famiglia normativo-edipica alla famiglia affettivo-narcisistica. Il semplice ascolto però non è sufficiente, se poi, genitori, insegnanti, tra gli altri, non sono attrezzati. Spogliarsi delle proprie fragilità per accogliere l'adolescente così com'è, per identificarsi con lui e il suo sintomo ed il suo disagio. Senza un adeguato sostegno, da parte dei propri adulti di riferimento, gli adolescenti spesso si sentono soli, persi, privi di identità, di una guida.

Identificarsi con l'adolescente, ascoltarlo davvero, è possibile solo provando a dare significato ai suoi agiti in quanto espressione individuale, di una crisi evolutiva in atto.

Al centro andrebbe messo il significato di quanto accade, per comprendere realmente che cosa un adolescente intende comunicare con un sintomo e *raggiungere l'adolescente la dov'è*.

-Indiziato numero uno del disagio giovanile è internet, la rete. In proposito lei introduce un apparente paradosso: siamo tutti immersi nella rete ma poi s'incolpano i giovani di passare tanto tempo incollati al proprio smartphone. Cosa sta accadendo in realtà?

-Sta accadendo che viviamo in questa società, che da tempo, per citare un importante filosofo della scienza Luciano Floridi, potremo definire onlife. Abbiamo intrecciato le esperienze reali con quelle virtuali e quindi non ha neanche senso parlare di internet come una cosa distinta dalla vita; internet rappresenta il mondo all'interno del quale noi viviamo, gli adulti ci sono immersi, è cambiata l'economia, la stampa, l'editoria, qualsiasi cosa oggi viene attraversata da internet al punto che anche io ho il dubbio se convenga fare lo psicologo, lo psicoterapeuta o l'influencer. Non solo gli adulti lo utilizzano in tutti i modi, ma lo utilizzano come proposta da fare ai figli, molti adulti filmano i propri ragazzi a scuola, fanno foto di se stessi che pubblicano online, siamo presenti nei gruppi di genitori su wa, ecc. Escono articoli, inchieste, che parlano di dipendenza da internet ma nella scuola i ragazzi non possono utilizzare internet, questo però da l'idea di una società dissociata. Praticamente quando diciamo ai giovani di non usare internet chiediamo loro, di non stare nel luogo in cui noi viviamo e dove peraltro li costringiamo a crescere. Li accompagniamo sempre, dappertutto, siamo sempre al cellulare, ma quando sono i ragazzi ad usare internet, a proposito del *si te stesso a modo mio*, diciamo loro che è una dipendenza e che gli fa male. Dovremmo cercare di capire che cosa i ragazzi cercano di risolvere attraverso internet quando stanno male e come internet influisce sulle scelte che fanno. È necessario riflettere su cosa significhi vivere e crescere in una società del genere, quella inventata, proposta quotidianamente dagli adulti, anche attraverso i propri comportamenti, che inevitabilmente sono modelli di

identificazione. È per questo che credo che internet dovrebbe essere tenuto in considerazione, ed essere accolto dalla scuola, dagli abitanti adulti delle case dove risiedono i ragazzi e le ragazze e da qualsiasi istituzione educativa e formativa.

-Essere se stessi nel modo di qualcun altro è sintomo, come lei dice, di un profondo vuoto identitario. L'apparire di nuove ansie, di tendenze anche suicidarie, come hanno mutato il lavoro di psicoterapeuta?

-Vi è stato un mutamento, se in passato questi tipi di ansie erano più prestantive e noi dovevamo lavorare in qualche modo avendo un modello evolutivo, oggi ci troviamo davanti a delle crisi, a un senso di un vuoto identitario. Ciò implica che noi continuiamo a lavorare in un'ottica evolutiva, di costruzione dell'identità, di un vero sé di una propria identità in un compito ineludibile dell'adolescenza. Compito che era tale anche nella società narcisistica ed in quella edipica, che però è cambiato. Questa lettura evolutiva non basta più per coglierne il significato, è come se dovessimo svolgere anche una prima funzione, potremmo dire, di accudimento di questo sé nascente, di un lavoro intorno a questo vuoto identitario questo implica, da parte nostra, una sorta di sostegno diverso, che potremmo definire quasi contenitivo. Forse in un certo senso un ascolto quasi originario, pur da adattare alla narrazione di un adolescente o di un giovane adulto, con le proprie ragioni affettive, con il proprio dolore, il proprio fallimento, i propri inciampi, le proprie rabbie. Di questi sentimenti, l'adulto ha fatto enormemente fatica ad ascoltarne i significati. Spiegandoli come comportamenti che non appartenevano al vero sé, ma a maleducazione, a un comportamento sbagliato, qualcosa di non adatto rispetto alle esigenze del padre, della madre, dell'insegnante. Potremmo quindi dire, che il nostro lavoro, pur rimanendo in termini evolutivi, deve fornire, una sorta di maternage e di contenimento emotivo e di ascolto, di parti che prima guardavamo come parti ideali e che oggi sono invece un vuoto.

Ascoltare, orientare i ragazzi nel poter trasformare in parola una serie di sentimenti, magari confusi, di aspetti non ancora definiti ma che possono far paura, trovando legittimazione attraverso l'incontro con la madre o con il padre, con un adulto che sia in grado di far capire che il dolore e la sofferenza che si stanno sperimentando sono parte del processo di crescita. La capacità dell'adulto di mettere in parola la sofferenza, di non di dare la colpa ai social, alla dipendenza da internet, porta ad una relazione capace di identificarsi all'altro, ponendo le domande giuste.

Riassumendo: relazione, capacità di identificazione e capacità di fare le domande giuste, invece di pensare a cosa devo fare o a quanto devo limitare o quanto devo dire.

"Aggiungere non togliere", aggiungere dolore a quello che si prova, facendo sentire al ragazzo, che l'adulto è capace di stare su quel sentimento. Questa modalità, riduce enormemente il rischio che quell'ansia evolva in psicopatologia e che i pensieri suicidari evolvano in tentativi di suicidio. Quel tipo di dolore così si trasforma in qualche cosa che non trova parole, aiutando quindi la creazione di un processo di mentalizzazione e di pensiero, abbassando il fattore di rischio di agire attraverso azioni estreme.

-Infine, le chiederei, se possibile, di sintetizzare in un paio di messaggi da indirizzare a genitori e insegnanti. Diciamo due punti concreti sui quali iniziare a riflettere da domani...

-Bisogna partire da un'identificazione di chi si ha davanti e quindi lavorare sul fatto che viviamo in una società che da messaggi contraddittori, in cui diamo affetto e vogliamo una relazione inclusiva, che in teoria riconosciamo, ma poi bocchiamo e bandiamo. Questi aspetti stanno creando una grossa problematica nelle

nuove generazioni. L'adulto non vuole la scuola del passato o il genitore autoritario del passato, i padri sono affettivi, ma li vogliamo normativi, perché ci vogliono le regole ed i punti fermi. Tutto questo sta creando un aspetto dissociato nei ragazzi, come se dovessero loro ricalibrarsi autonomamente.

Penso che come adulti, dovremmo porre attenzione e smettere di continuare in questa direzione disfunzionale, nessuno vuole mettere le norme e le regole del passato, né i genitori, né la società, né la scuola. Basterebbe accettare il fatto, che oggi, il tema delle regole, il tema delle valutazioni, devono essere declinate in modo davvero autorevole, funzionale alle nostre esigenze, basterebbe valutare davvero, senza assegnare numeri.

Dovremmo smettere di sequestrare i cellulari ai ragazzi durante la cena, quando in fondo siamo noi i primi ad utilizzarli.

Dovremmo evitare qualsiasi figura di psicologo o psicoterapeuta che invita ad effettuare settimane detox e dovremmo iniziare ad avere una scuola che non valuta attraverso un numero, ma attraverso l'apprendimento e la formazione del singolo ragazzo. Dobbiamo togliere qualcosa a noi, non possiamo volere tutto da loro. Uscire dalla propria comfort zone, togliere qualcosa a noi stessi e aggiungere possibilità agli adolescenti, questo significa essere adulti meno fragili

La ricerca da parte di genitori, insegnanti, educatori della ricetta giusta, della formula standardizzata valida per tutto e per tutti, finisce quasi sempre per fornire indicazioni privative, limitanti, ritardanti, controllanti, mentre servono iniziative aggiuntive, basate sulla cooptazione e la responsabilizzazione degli adolescenti, costruite in funzione dell'unicità del singolo interlocutore e della specificità di quel gruppo umano, familiare, scolastico, istituzionale. Non fermiamo mai le emozioni, lasciamole fluire, aiutiamo i nostri figli ed i nostri studenti a poterle esprimere, creiamo le condizioni perché anche le emozioni più disturbanti per noi, ci possano essere comunicate e non soffocate e mutate in silenzi assordanti.

Per fare ciò, il prerequisito essenziale è la conoscenza ed il rispetto per la persona che abbiamo di fronte, ragazzo, adolescente o adulto che sia, con quelle singolarità che lo caratterizzano, solo in questo modo potremmo riuscire ad aiutarli a *diventare se stessi a modo loro*.

Matteo Lancini

Sii te stesso a modo mio

Essere adolescenti nell'epoca della fragilità adulta

Raffaello Cortina Editore, 2023