

LA PREADOLESCENZA ... GRANDI CAMBIAMENTI (DAI 10 AI 13 ANNI)

“Rendimi il tempo della mia adolescenza, quando ancora non ero me stesso, se non come attesa.

Rendimi quei desideri che mi tormentavano la vita, quelle pene strazianti che pure adesso rimpiango: la mia giovinezza!” (Goethe, Faust)

LA PREADOLESCENZA (11 – 13 anni)

Il suo svolgimento inizia in modo evidente con le trasformazioni della pubertà, quando il corpo infantile, assume caratteri sessuali.

I ragazzi e le ragazze sono chiamati, in questo periodo, a elaborare un'identità psichica conforme sull'identità organica e alle inclinazioni affettive.

Mentre cercano di prendere le distanze dalla famiglia trovano dei “compagni di strada”: l'amico/a del cuore, il gruppo dei coetanei, l'insieme della classe, gli insegnanti più interessanti e coinvolgenti.

A differenza di quanto avviene nell'infanzia, allo sviluppo sessuale e intellettuale non corrisponde quasi mai un'analoga maturazione emotiva e affettiva. Ed è in questo scarto, questo squilibrio fra un corpo e un cervello già formati, da adulti, e un mondo interiore ancora in gran parte dominato da odi, amori e grandi illusioni infantili che si giocano i conflitti, i desideri, le ansie e le paure di un'età all'insegna della contraddizione.

L'addio all'infanzia non è mai indolore!

Ogni fase evolutiva della crescita è scandita da ritmi che vanno rispettati perché essa raggiunga una sua compiutezza. L'accelerazione eccessiva che comprime il tempo dell'infanzia o il suo rallentamento che non fa mai uscire il bambino dalla sua fase infantile creano uno squilibrio che i nostri ragazzi non sanno reggere.

Il primo grande cambiamento del nostro preadolescente è “un corpo che cambia”. E per quanto i ragazzi siano pronti a livello teorico a questi cambiamenti, vedere il proprio corpo trasformarsi crea non pochi problemi. Quale sarà l'immagine destinata a uscire dal bozzolo? E' raro che le prime modificazioni siano nel segno della bellezza!

In questa fase di incertezza, di sospensione, le modificazioni del proprio aspetto sono spesso vissute in modo distorto. Dopo aver oscillato, come i protagonisti di “Alice nel paese delle meraviglie” e dei “Viaggi di Gulliver”, tra un corpo troppo grande e un corpo troppo piccolo, i ragazzi trovano infine la propria dimensione fisica e psichica. Naturalmente, anche lo sguardo degli altri gioca un ruolo importante nella costruzione dell'immagine di sé. E in questa età gli “altri” sono soprattutto i coetanei.

I percorsi che costituiscono la trama nascosta dei processi di crescita non sono sempre lineari: variano da persona a persona, da storia a storia.

Esistono tuttavia alcune coordinate fondamentali che caratterizzano l'evoluzione interiore di ogni individuo, e che ciascuno affronta a suo modo, secondo i mezzi genetici, ambientali, affettivi, intellettuali di cui dispone.

Per tutti l'avvicinarsi della pubertà coincide con un evento psicologico di grande rilievo. Proprio nel momento in cui lo sviluppo fisico compie uno straordinario balzo in avanti, nell'inconscio avviene un movimento opposto: una regressione alle fasi iniziali della vita psichica, come se, prima di andare oltre, fosse necessario chiudere il bilancio precedente, saldando i conti rimasti in sospeso.

Il rapporto con i genitori diventa "tumultuoso", ma è con la madre che il rapporto diventa più contraddittorio, perché avvertono che è questa figura che interferisce verso la separazione e l'autonomia.

Il Preadolescente ha momenti in cui si rifugia tra le sue braccia come quando era piccolo (sempre nel privato, mai nel pubblico!) alternati a momenti in cui sente il bisogno di staccarsi, di non dipendere più da lei.

Notiamo anche una "fase orale", centrata sulla suzione, come masticare in continuazione chewing-gum, pop-corn, patatine o il chupa chupa. E l'avidità orale che si manifesta nel grande consumo di bibite, gelati, merendine. La tentazione di fumare le prime sigarette è quasi irresistibile.

E' la fase del "tutto o niente" o "bianco o nero", senza sfumature né vie di mezzo.

E' la fase delle parolacce e delle volgarità: nel linguaggio e nei comportamenti. In genere questa è una prerogativa maschile, ma sempre più frequentemente oggi non ci sono più distinzioni: anche le femmine purtroppo, imitano i coetanei maschi!!

E' la fase delle crisi di opposizione: è una fase importante, perché il ragazzo sta cercando di affermare la propria personalità e la propria autonomia.

Il passaggio dall'infanzia alla pubertà coincide con un nuovo modo di ragionare, più maturo, astratto e razionale: il pensiero logico. A differenza di prima, quando il bambino si concentrava su "una cosa per volta", ora diventa possibile prendere in considerazione numerosi fattori contemporaneamente, valutando diverse ipotesi. Cominciano qui le interminabili discussioni, soprattutto con i genitori. E' finito il tempo dell'accondiscendenza passiva, ora prevale il desiderio di seguire le inclinazioni più personali.

Compare un atteggiamento di sfida: "vediamo se mi vogliono bene, se mi capiscono e mi accettano così come sono, e non come desiderano che io sia". Una sfida globale, lanciata a se stessi, prima ancora che al mondo degli adulti.

Il ragazzo sta cercando di affermare la propria personalità.

Molto spesso usiamo la parola PERSONALITA': ma che cosa intendiamo dire? A quali aspetti ci riferiamo?

La parola ha origine da "PERSONA", la maschera degli attori del teatro greco e romano, quindi un primo riferimento è "all'aspetto esteriore". Il significato con il tempo si è modificato fino a significare da maschera all'attore (l'aspetto interiore).

Comunemente il termine personalità viene usato in due sensi:

- a) quando per esempio affermiamo che qualcuno ha una "forte personalità", intendiamo sottolineare la sua capacità di influenzare gli altri, la sua capacità di stare con gli altri, le sue capacità di sapersi far valere, ecc.
- b) in altre circostanze possiamo usare la stessa parola per descrivere le caratteristiche più appariscenti di una persona, per esempio l'aggressività, piuttosto che l'impulsività.

Questo secondo senso, è quello che più si avvicina al senso che gli attribuisce la psicologia, che analizza le differenze individuali più rilevanti.

Per differenze rilevanti intendiamo i diversi modi, strettamente soggettivi, di reagire agli stimoli esterni, di porsi in relazione con gli altri e con l'ambiente.

I fattori che influenzeranno la crescita della personalità li possiamo individuare:

1. l'ereditarietà: cioè le caratteristiche ereditate dai genitori
2. l'influsso dell'ambiente sociale
3. l'influsso dell'ambiente familiare
4. l'influsso dell'ambiente culturale
5. le esperienze.

Se vogliamo capire una persona dobbiamo tenere conto delle tre componenti essenziali della personalità:

INTELLIGENZA: è la capacità di risolvere i problemi, di adattarsi alle situazioni nuove, di usare il pensiero per realizzare l'azione.

SENTIMENTO: è il modo di sentire, è ogni forma di affetto, impulso, di movimento psichico, di emozione, sia rivolto all'interno dell'individuo, sia proiettato verso gli altri, verso il mondo esterno.

La componente emotiva della personalità, è come una persona "sente" se stessa e gli altri.

VOLONTA': l'individuo esprime la sua volontà quando valuta, cioè decide di tenere conto di certi aspetti piuttosto di altri; quando decide, stabilisce le soluzioni e le linee di condotta più opportune; quando agisce, cioè esercita un'azione sulle cose, sugli uomini, su se stesso.

Nel corso della vita del bambino prima e del ragazzo poi avvengono una serie di cambiamenti che noi chiamiamo Tappe di crescita.

L'infanzia può apparire come un periodo in cui non è avvenuto quasi nulla che abbia lasciato una grande traccia. Si pensa che sia un periodo dominato soprattutto dall'attività del gioco, da un'attività considerata, anche se a torto, come fine a se stessa e senza risonanze lontane.

La preadolescenza è caratterizzata frequentemente da instabilità, da relativo disordine, da insicurezza, da grandi incertezze, atteggiamenti contraddittori, da forti tensioni emotive.

In ogni soggetto avvengono cambiamenti importanti sul piano:

1. FISICO
2. INTELLETTUALE
3. SOCIALE
4. SVILUPPO SESSUALE
5. AFFETTIVO ED EMOTIVO

1 -IL FISICO CAMBIA: Lo sviluppo fisico fino all'età di 10 anni avviene generalmente in modo armonico e graduale, quindi non crea eccessivi problemi al bambino che invece è interessato ad altri aspetti della sua vita.

Con l'inizio della preadolescenza la crescita fisica assume un "valore sociale": cioè quelli "più sviluppati", per intenderci quelli più alti, con una muscolatura ben strutturata sono più ammirati e quindi più ricercati.

La realtà ci presenta dei ragazzi e delle ragazze sottopeso o sovrappeso, con l'acne, troppo alti o troppo bassi: insomma lo sviluppo non è armonico e questo crea problemi e aumentano le insicurezze e le difficoltà di relazione con i coetanei.

Giunto al periodo della pubertà, il ragazzo/a dedica normalmente molta attenzione al proprio corpo, sia per ragioni sociali ("che figura faccio con gli altri?"), sia per ragioni sessuali ("gli, o le, piacerò?"), sia per ragioni di conoscenza di se stesso ("che cosa mi succede?")

2 - LA MENTE CAMBIA: Abbiamo il passaggio dal PENSIERO CONCRETO (bisogno di fare riferimento ad esperienze concrete da lui vissute), al PENSIERO ASTRATTO. E' il pensiero Ipotetico Deduttivo. Questo tipo di pensiero è indipendente dall'esistenza di una realtà concreta . Ovvero per pensare a qualcosa non occorre che ci sia qualcosa! Ora la mente del giovane apprendista è in grado di lavorare sulle idee pure. In questa fase si sviluppa maggiormente la sua creatività e la sua fantasia...fino ad arrivare alle illusioni!: crede di poter creare un mondo tutto suo. E' spesso l'illusione di mondo corrispondente ai suoi schemi mentali, ponendo in ombra il suo "GIUDIZIO DI REALTA'". Poi piano piano, la sua visione della vita cambia e il pensiero astratto finisce con l'adeguarsi alla realtà concreta.

3 - SCOPRE IL SOCIALE: Per il preadolescente prima e per l'adolescente poi in modo particolare il "gruppo" è TUTTO.

Nel gruppo il ragazzo trova chi come lui sta cercando qualcosa, si sente capito, uguale agli altri (=senso di appartenenza). Si sente protetto, sperimenta l'amicizia, ma anche le delusioni ad essa legate, l'infedeltà.

Dall'egocentrismo abbiamo il passaggio alla collaborazione, alla reciprocità.

Vi è una diversità nello sviluppo sociale tra maschi e femmine, dopo i nove anni, cioè sono diverse le modalità dei comportamenti.

E' in questo periodo che confronta la sua famiglia con quella degli altri, i suoi genitori con quelli degli amici. E' in questo periodo che gli amici sono importanti e sono spesso fonte di momenti di crisi. E' il momento che si crede che si ha tanti amici, si vale di più. C'è quindi più una ricerca di "quantità" che di "qualità". Spesso la scelta degli amici non è condivisa dai genitori!

L'ambiente socio-culturale in cui il ragazzo vive condiziona lo sviluppo del suo carattere e della sua personalità.

4 - SCOPERTA DELLA SESSUALITA': Fino verso i 9/10 anni i bambini non prestano particolare attenzione al loro corpo (Freud lo chiama periodo di Latenza). Attorno a questa età gli ormoni preposti allo sviluppo della sessualità iniziano il loro lavoro provocando non solo il cambiamento fisiologico (crescita delle caratteristiche sessuali primarie e secondarie), ma anche e soprattutto un cambiamento psicologico (il ragazzo prende piena consapevolezza del suo essere maschio o femmina).

Nasce a questo punto un particolare interesse verso il sesso, il desiderio di conoscere il proprio corpo e quello degli altri, nascono sentimenti e turbamenti piacevoli, ma sconosciuti, difficili da affrontare.

I cambiamenti di un ragazzino e di una ragazzina nel loro corpo non sono avvenimenti facili da accettare, anche se i nostri ragazzi sembrano indifferenti a tutto. Si tenga presente che spesso lo sviluppo sessuale e la maturità psicologica non avviene di pari passo, così ci si può sentire bambini imprigionati in un corpo da adulti e viceversa.

Importantissima in questa fase è la scoperta dell'altro come "oggetto d'amore". Queste sensazioni nuove, molto forti, piacevoli, di paura, di ansia, sono la strada per scoprire la nostra capacità di AMARE.

5 - I CAMBIAMENTI AFFETTIVI ED EMOTIVI: I ragazzi sono fragili sotto l'aspetto emotivo ed affettivo, proprio perché stanno sperimentando e conoscendo se stessi e gli altri, stanno cercando di costruirsi delle sicurezze.

Ma per capire meglio vediamo cosa vuol dire AFFETTIVO ed EMOTIVO.

AFFETTIVITA': L'affettività è un termine della psicologia che circoscrive il campo dei sentimenti umani, delle emozioni e dell'umore dell'individuo.

Le simpatie, le antipatie, le prevenzioni, le preoccupazioni, il senso di soddisfazione o insoddisfazione, sono citabili come esempi.

Noi distinguiamo AFFETTI NEGATIVI (dolore e angoscia), per esprimere lo stato di insoddisfazione e di tensione. Noi le percepiamo sotto forma di dolore, angoscia tristezza.

Poi vi sono gli AFFETTI POSITIVI (gioia e piacere), che esprimono il piacere connesso alla soddisfazione dei bisogni vitali e delle pulsioni (i desideri della libido).

Noi le percepiamo sotto forma del piacere fisico, della speranza, della felicità.

Sebbene per comodità ancora una volta si è ridotto tutto un argomento in schemi, anche per l'affettività si deve tenere presente che essa investe tutta la nostra persona.

Nell'affettività c'è la capacità di ognuno di sapersi accettare, di saper accettare gli altri e di relazionare con essi.

EMOZIONI: sono stati affettivi che si manifestano generalmente in modo brusco, sotto forma di crisi più o meno violente e più o meno passeggera.

La paura, la collera, l'angoscia corrispondono a questa definizione. Il pianto è l'espressione di una emozione intensa sia positiva che negativa. "Le farfalle nello stomaco" possono essere l'espressione intensa di una emozione positiva, ad esempio l'incontro con la persona di cui sono innamorata.

BIBLIOGRAFIA CONSIGLIATA

1. A. Faber, E. Mazlish, Che cosa pensa tuo figlio, ed. Sperlingh&Kupfer
2. Paolo Ferri, Nativi Digitali, ed. Bruno Mondadori
3. Alberto Pellai, E ora basta ! I consigli e le regole per affrontare le sfide e i rischi dell'Adolescenza, ed. Kowalski
4. Maria Rita Parsi, Maladolescenza, ed. Piemme
5. Giovanni D'Agostini, Gli anni dell'inquietudine: comprendere gli adolescenti per aiutarli a crescere, ed Giunti Demetra
6. Alberto Pellai, Tutto troppo presto: l'educazione sessuale dei nostri figli nell'era di Internet, ed. DeAgostini
7. Gustavo Petropoli Charmet e Loredana Cirillo, Adolescenza: manuale per genitori e figli sull'orlo di una crisi di nervi, ed. S. Paolo
8. Fabio Veglia e Rossella Pellegrini, C'era una volta la prima volta: come raccontare il sesso e l'amore a scuola, in famiglia, a letto insieme, ed. Erickson
9. Jan-Uwe Rogge, Quando dire no, ed. Best
10. Asha Phillips, I no che aiutano a crescere, ed. Feltrinelli