

ANNA
OLIVERIO FERRARIS
SOPRAVVIVERE CON UN
ADOLESCENTE
IN CASA

Comprendere e aiutare i nostri figli
nella più difficile delle età



**ANNA
OLIVERIO FERRARIS**

**SOPRAVVIVERE
CON UN
ADOLESCENTE
IN CASA**

**Comprendere e aiutare i nostri figli
nella più difficile delle età**

Pubblicato per



da Mondadori Libri S.p.A.
Proprietà letteraria riservata
© 2019 Mondadori Libri S.p.A., Milano

ISBN 978-88-17-08933-3

Prima edizione BUR Parenting: marzo 2019

Seguici su:

www.rizzolilibri.it

 [/RizzoliLibri](https://www.facebook.com/RizzoliLibri)

 [@BUR_Rizzoli](https://twitter.com/BUR_Rizzoli)

 [@rizzolilibri](https://www.instagram.com/rizzolilibri)

INTRODUZIONE

Tutti gli adulti hanno avuto un'adolescenza. Per alcuni è trascorsa veloce, per altri si è prolungata più del necessario. Per alcuni sono stati anni tormentati, per altri invece un periodo esaltante di scoperte, nuove amicizie, viaggi e cambiamenti. Per molti una traversata tra luci e ombre, successi e imbarazzi, errori e apprendimenti.

Guardare all'adolescenza dei propri figli alla luce della propria è quello che cercano di fare in molti, tranne poi accorgersi che il contesto di vita in cui crescono i ragazzi di oggi è diverso da quello di ieri.

In comune ci sono le trasformazioni fisiche, gli entusiasmi, le curiosità, le azioni impulsive e i comportamenti disinteressati. Diverse sono invece le sollecitazioni che i ragazzi trovano in un mondo che spinge sempre più verso i consumi e offre dei modelli di riferimento attraenti quanto irraggiungibili.

Molti genitori hanno difficoltà a individuare una linea di condotta, non sanno quando concedere e quando negare qualcosa, ondeggiando tra iperprotezione e permissività. Sanno di dover mettere dei paletti, ma poi cedono alle richieste dei figli sia per il timore di essere rifiutati o contestati, sia perché non hanno ben chiaro che cosa, in un mondo cambiato, sia meglio per loro.

I ragazzi crescono e a un certo punto sembrano degli alieni, tanto sono diversi da quando erano bambini. Diversi

nel corpo, nei pensieri e nei comportamenti. Possono non rispondere, fingere di non sentire, chiudersi in mutismi improvvisi. Rientrare tardi la sera. Coltivare amicizie pericolose. Voler frequentare a tutti i costi luoghi non raccomandabili. Protestare per la disciplina ed entusiasarsi per dei progetti irrealistici.

Un trattato sull'adolescenza con tutti suoi pregi e i suoi limiti occuperebbe più di un volume, questo libro vuole invece essere una riflessione sui punti salienti dell'adolescenza e sulle domande che spesso si pongono i genitori.

Di fronte ad argomenti a volte spinosi come l'alcol e le droghe, la sessualità e i comportamenti aggressivi, molti adolescenti agiscono in maniera impulsiva

prefigurandosi soltanto i vantaggi e gli esiti gratificanti immediati, non considerando i rischi che possono correre e le possibili conseguenze a lungo termine.

Ci sono poi i problemi che mutano nel tempo come il ruolo dell'autorità degli adulti nei confronti delle condotte di indipendenza dei figli, i modi di esercitare un controllo e i limiti di quest'ultimo. Ma un grosso problema che viene spesso affrontato anche dai sociologi è quello relativo a un gap generazionale, che porta i ragazzi a considerare le esperienze accumulate dagli adulti come inadeguate a un mondo che cambia velocemente, alle nuove tecnologie, al fascino del virtuale. Ciò li può portare a rifiutare ciò che gli adulti offrono loro anche quando è funzionale alla loro crescita culturale.

Il compito difficile dei genitori contemporanei consiste nel mantenere aperto un dialogo senza apparire oppressivi e senza ostacolare il cammino verso l'autonomia dei pro-

INTRODUZIONE

pri figli, non più bambini e avviati ormai verso lo status di adulti.

I sei capitoli di cui si compone questo libro hanno l'obiettivo di fornire, da un lato, un quadro aggiornato delle dinamiche adulti-adolescenti e, dall'altro, di valutare quali siano le risposte più opportune soprattutto nei momenti di crisi.

1

IL CORPO

La *pubertà*, una pietra miliare nella vita di ognuno, porta con sé cambiamenti fisici e comportamentali.

Prendiamo i giochi in comune. Piccoli gruppi di coetanei del proprio sesso si erano già visti nell'infanzia e tuttavia per la maggior parte dei bambini della scuola primaria era del tutto naturale partecipare a gruppi misti, maschi e femmine, purché interessati alle stesse attività. Anche una bambina poteva giocare a pallone con i maschi, se era brava. L'anatomia non era identica, ma non era ancora così differenziata da riflettersi sull'immagine di sé e sulla percezione che ne avevano i maschi.

La pubertà invece è foriera di trasformazioni sia a carico dei *caratteri sessuali primari* – genitali, ormoni, seno, bacino – sia a carico dei cosiddetti *caratteri sessuali secondari* – peli, voce, muscolatura, capelli.

Il nuovo corpo, che man mano prende forma con il sopraggiungere della pubertà, può piacere o non piacere al suo proprietario/proprietaria o anche preoccupare. Alcuni seguono serenamente le trasformazioni in corso. Altri le guardano con occhio critico. Altri ancora hanno difficoltà a relazionarsi con quello che percepiscono come un alieno.

È confortante percepirsi più forti fisicamente, più abili nel coordinare i movimenti. È confortante vedersi belli e ricevere apprezzamenti. Ci si può però sentire insicuri quando si fanno dei confronti con chi è più capace, più

dotato, più ammirato. Oppure quando i modelli dei media propongono ideali irraggiungibili di efficienza e bellezza.

Nel passaggio dalla preadolescenza, alla media e tarda adolescenza – ossia in quel periodo che grosso modo va dagli 11-12 ai 18-19 anni – la maggior parte dei ragazzi familiarizzerà con l’“alieno” che crescendo lo trasforma: imparerà ad accettarlo, a sfruttarne le potenzialità, a migliorarlo, ad abbellirlo, a gestirlo sulla scena pubblica senza troppe timidezze.

Metamorfosi

Lucio, 13 anni, non si alzerebbe mai all’ora stabilita, non si laverebbe, indosserebbe sempre la stessa maglietta e la stessa felpa. La mamma gli deve star dietro tutte le mattine. «Mi assilli!» protesta lui, energicamente.

Nella sua stanza, però, libri e cd sono in perfetto ordine. Ci sono anche collezioni di figurine iniziate all’età di 7 anni che Lucio regolarmente aggiorna. «Non azzardarti a toccarle!» intima alla sorella, quando lei cerca di avvicinarsi.

Lucio ha una silhouette ancora incerta, non più bambina ma neppure da adolescente. L’acne e una peluria sulle guance denunciano però che l’alieno si è ormai impossessato del suo corpo. «Papà dice che mi crescerà la barba e che mi verrà un naso come il suo, io però spero che non succeda perché il suo naso è grosso e storto» confida a un amico.

Per sentirsi al sicuro Lucio ha bisogno che tutto resti come prima. Così come conserva in un ordine perfetto le cose che gli piacciono, allo stesso modo cerca di conservare immutato il suo corpo infantile, per tanto tempo parte integrante della sua identità.

Non lavandosi e indossando gli stessi abiti, Lucio cerca

di proteggersi dalla metamorfosi. Lavarsi sarebbe “fare una pelle nuova”, cosa da cui istintivamente rifugge. I suoi vecchi abiti fanno corpo con lui, sono una parte sostanziale della sua personalità, e dunque non sostituirli con abiti nuovi significa resistere agli inquietanti mutamenti dell’alieno.

Lucio fa resistenza perché non vuole rinunciare all’immagine stabile e rassicurante del corpo che si è costruito nel corso dell’infanzia. Perdere quella immagine potrebbe significare perdere la sicurezza di una parte fondamentale di sé che ha imparato a conoscere e a gestire, e che è stata per lungo tempo sotto la protezione tranquillizzante dei genitori. Eppure, prima o poi, dovrà assumersi delle responsabilità nei confronti del nuovo corpo, riconoscerlo come proprio e prendersene cura.

Del tutto diversa è l’evoluzione di Silvia, sua coetanea.

Alcuni mesi fa sono arrivate le prime mestruazioni, il cosiddetto *menarca* che nelle ragazze sancisce il passaggio alla maturità sessuale, anche se, per fortuna, ciò non comporta un raggiungimento immediato della fertilità.

Silvia sapeva che le mestruazioni erano imminenti perché alcune sue amiche le avevano già avute e perché la mamma l’aveva preparata a questo evento epocale. Non sono ancora regolari e le procurano dei crampi al basso ventre che nel primo dei quattro giorni durano alcune ore. Non ne fa però un dramma. Sa, perché le è stato spiegato, che nei primi tempi le mestruazioni possono essere irregolari, abbondanti e dolorose, così quando arrivano i crampi prende un blando antidolorifico consigliatole dalla ginecologa della mamma.

Al contrario di Lucio, Silvia è contenta di crescere e ne apprezza i vantaggi. Come molti adolescenti si guarda spesso allo specchio per seguire le trasformazioni anatomiche che via via si susseguono e tutto sommato è soddisfatta. «Tutto regolare» ha confermato la ginecologa.