

Adolescenti in famiglia

Jesper Juul

Nessun altro momento della vita dei nostri figli è tanto avvolto da miti e idee preconcepite come quello dell'adolescenza (più o meno tra i dodici e i diciotto anni). Siamo quasi portati a credere che si tratti di un periodo di malattia, viste tutte le diagnosi e i termini medici che circolano in proposito: ribellione, prepubertà, pubertà, crisi di identità e così via. Mi è capitato di vedere un libro che si chiamava "Come sopravvivere con un adolescente in casa": ebbene titoli come questo rispecchiano la maggior parte dei discorsi che si fanno su questi anni così importanti nella vita dei ragazzi. Di solito, cioè, le situazioni vengono descritte dal punto di vista degli adulti e spesso si tratta di pure proiezioni (ovvero immaginazioni e fantasie di persone adulte proiettate sui ragazzi come se fossero autentiche).

Quando da genitori osserviamo i nostri figli in questa età, ci troviamo davanti soprattutto il risultato del lavoro che abbiamo compiuto negli anni precedenti. Ci confrontiamo cioè con l'educazione e i modelli che gli abbiamo dato noi, con i nostri pregi e difetti, errori e successi. Ciò che vediamo è la somma tra il bisogno dei ragazzi di collaborare con noi (imitarci, somigliarci) e le più o meno consapevoli "prepotenze" che noi abbiamo fatto alla loro identità: essi sono stati esposti ad entrambe queste forze.

Quando i nostri figli entrano nella fase adolescenziale, noi genitori andiamo incontro a una perdita notevole. Perdiamo gran parte della vicinanza che prima avevamo con loro. Perdiamo la loro ammirazione incondizionata. Perdiamo parte del controllo e del potere che su di loro esercitavamo. Contemporaneamente dobbiamo affrontare un cambiamento del nostro ruolo nei loro confronti. Se prima partecipavamo in tutto e per tutto alla loro vita, ora dobbiamo ritrarci a una posizione che si limiti più che altro al sostegno e all'osservazione. I ragazzi non hanno più bisogno di noi in quanto compagni di squadra sempre al loro fianco (un ruolo in cui saremo progressivamente sostituiti dai compagni e da altri adulti), ma piuttosto come una rete di sicurezza e una "spalla".

Per molti genitori è difficilissimo confrontarsi con questa perdita e con questo cambiamento di ruolo. Il dolore per la perdita e la confusione dovuta al cambiamento di ruolo si trasformano in una condizione di tensione permanente, una specie di "stato di allerta" in cui l'irritabilità spesso vince sulla premura. Per questo è necessario che gli adulti parlino molto tra loro in questo periodo e si aiutino a vicenda a superare la perdita e a delineare il loro nuovo ruolo come genitori. Molti genitori si confrontano intensamente in questa fase, parlando però purtroppo quasi solo dei figli e non di se stessi. E queste conversazioni sugli adolescenti finiscono per assomigliare a un incontro di Stato Maggiore mentre il nemico è alle porte.

Molti genitori sono piuttosto inclini a dare tutta la colpa ai ragazzi oppure a distruggersi con i sensi di colpa, invece di dedicarsi a capire il risultato a cui ha condotto l'educazione impartita e il tempo trascorso insieme ai figli. Ma in questo modo non c'è via d'uscita! Dobbiamo accettare che noi abbiamo fatto del nostro meglio e assumercene la responsabilità. Non serve a niente un'ultima, maniacale fase educativa. Quando i ragazzi hanno raggiunto questa età, è troppo tardi per cercare di rieducarli e di rifare tutto. È invece ancora possibile cambiare noi stessi; imparare qualcosa di nuovo e lasciare che siano i nostri figli a ispirare la nostra vita, quella personale e quella condivisa.

Assumersi le responsabilità

Il concetto di "responsabilità" è un ottimo esempio in questo contesto. La maggior parte dei genitori desidererebbe un figlio adolescente responsabile di se stesso e della propria vita quotidiana. Ciò significa, per esempio:

- Che al mattino sia capace di svegliarsi da sé in tempo per la scuola.
- Che sia responsabili da sé di fare i compiti.
- Che si occupi da sé dei suoi vestiti.
- Che, dopo le uscite serali, sappia da sé di dover tornare in tempo per dormire le ore necessarie.
- Che sia capaci di gestire da sé gli impegni che si assume per quanto riguarda le attività del tempo libero, quelle sportive ecc.
- Che sappia gestire da sé la propria economia; amministrarsi la paghetta.
- Che sia in grado da sé di scegliere responsabilmente tra compagni e amici, in modo da non farsi portare su cattive strade.
- E infine, che sappia tenere pulita la sua camera da sé.

È importante sottolineare che l'espressione "da sé" non significa letteralmente "da soli"! I genitori devono essere attivi nel loro ruolo di "spalla", pur lasciando la responsabilità in mano ai ragazzi.

All'apparenza sembra tutto giusto e ragionevole, sembrano tutte cose che ci si possano tranquillamente aspettare da ragazzi di quell'età. Ma allora come mai sono proprio queste cose a dare adito a moltissimi conflitti nelle famiglie? La ragione in realtà è semplice e chiara. La maggior parte dei genitori cerca di insegnare ai figli ad essere responsabili, ma lo fanno assumendo su di sé tutte le responsabilità fino a quando non compiono tredici o quattordici anni, per poi quasi tutto in una volta abbandonarle su di loro. Ovviamente in questo modo ragazzi non sono in grado di imparare.

Ci vogliono infatti circa dieci anni (come minimo) per imparare ad assumersi la responsabilità di se stessi nei campi elencati prima. L'altra variante che è diventata piuttosto comune è quella che i genitori mantengono anche dopo un servizio di alto livello e quindi contribuiscono a prolungare una certa dipendenza, che è dannosa per lo sviluppo dei ragazzi ma può essere di consolazione per i genitori.

Guida interna o guida esterna

Prima di proseguire, fermiamoci un attimo a considerare il concetto di responsabilità: che cosa significa veramente per noi? Intendiamo dire che i ragazzi devono essere responsabili nei confronti di se stessi, oppure nei confronti di altre cose (la scuola, la società ecc..)?

Essere responsabili nei confronti di se stessi vuol dire comportarsi con integrità, assumersi la responsabilità di agire in accordo con se stessi e di far fronte alle conseguenze delle proprie azioni. Alcuni definiscono questo atteggiamento avere una "guida interna" in contrapposizione ad una "guida esterna". Abbiamo una "guida esterna" quando orientiamo la responsabilità verso esigenze che vengono da fuori: quando sappiamo conformarci alle regole, alle norme e ai doveri che ci sono richiesti da altre persone o semplicemente riflettono "il modo giusto di comportarsi".

In partenza la maggior parte dei genitori desidera che i propri figli crescano in modo tale da saper agire con integrità. Purtroppo però accade spesso che strada facendo essi sostituiscano il desiderio di un figlio guidato dalla sua voce interna con l'esigenza di un figlio guidato da voci esterne.

Non c'è niente di cui vergognarsi! È importante per i ragazzi imparare ad adeguarsi alle esigenze della società, a quelle della scuola, del mercato del lavoro (e a quelle dei genitori!). Ma in una certa misura è anche vero che diventiamo dei cittadini più costruttivi se abbiamo imparato ad agire con integrità, se cioè seguiamo una guida interna. Si può provare a esprimerlo anche in questo modo: solo se abbiamo imparato a comportarci responsabilmente nei confronti di noi stessi, possiamo essere responsabili nei confronti degli altri.

Molti genitori giustificano la tendenza ad assumere su di loro le responsabilità dei figli con la pressione che ricevono dall'esterno. E questa pressione può essere davvero molto forte. Da parte della scuola, ad esempio. Per qualche ragione quasi tutti gli insegnanti sembrano ritenere che spetti ai genitori fare in modo che i ragazzi svolgano i loro compiti a casa, e molti genitori purtroppo si caricano di questa responsabilità. Da qui la strada è breve prima di arrivare a assumersi anche la responsabilità che si sveglino in tempo la mattina, si ricordino i vestiti da ginnastica, si portino dietro i libri giusti, vadano a letto presto, mettano a posto la loro camera e così via.

La prova finale

Cosa succede se si affida la responsabilità, per esempio quella dei compiti a casa, sui ragazzi stessi? Saranno capaci di gestirla? Certo che sì. Nei primi due o tre anni avranno bisogno di un po' di affettuoso interessamento e di amichevole assistenza da parte dei genitori (e con questo non si intende la solita voce indagatoria di controllo che automaticamente chiede: "Hai compiti per domani?", "Hai finito di fare i compiti?", "Com'è possibile che non ci sono compiti oggi?").

Il problema non è se i ragazzi siano in grado di assumersi o meno la responsabilità. Il problema è se i genitori siano capaci di lasciarglielo fare. Se ci accorgiamo che tutti i giorni poniamo quel tipo di domande ai nostri figli – del tutto automaticamente – stiamo prendendo una brutta china. Ma anche se fino ad oggi siamo riusciti a non immischiarci troppo, arriva sempre il giorno della prova finale, quello in cui il nostro bambino di dieci anni candidamente ci dice: "Avrei da fare un mucchio di compiti per domani, ma invece di farli ho deciso di andare a giocare a pallone con i miei amici".

Se fossimo capaci di tenere sott'occhio il quadro generale in un momento simile, ci congratuleremmo con noi stessi, perché abbiamo un figlio che non solo sa assumersi la responsabilità di se stesso, ma che nutre così tanta fiducia in noi da dirci la verità senza indugio. Per la maggior parte dei genitori tuttavia è difficile. Finiamo per focalizzarci sulle responsabilità scolastiche e quindi per rimproverare ai nostri ragazzi la loro capacità di agire con integrità.

Se nel corso dei primi dodici anni della loro crescita abbiamo agito in un'ottica miope, quando cominciano ad avere quattordici o quindici anni ci viene inflitta la nostra meritata punizione. Quasi sicuramente i ragazzi vogliono continuare a comportarsi con integrità ma, per evitare problemi e discussioni, sviluppano il talento di aggirare la verità a cuor leggero. Così lentamente perdono la loro preziosa integrità perché noi non l'abbiamo saputa valorizzare. In tutti quegli anni gli abbiamo raccontato che è più importante obbedire che ascoltare se stessi. Forse non era quello che intendevamo comunicare, ma è proprio quello che abbiamo detto!

Quando il danno è fatto

Cosa fare se ormai abbiamo sbagliato e ci ritroviamo con un adolescente insolente che si fa chiamare cinque volte prima di alzarsi dal letto, non pulisce mai la sua camera e mente riguardo ai compiti a casa? È troppo tardi per rimediare?

No, non è troppo tardi, ma siamo agli sgoccioli. Questo significa che la cura sarà drastica, anche e soprattutto per i genitori. Bisogna cominciare assumendoci come genitori la responsabilità delle nostre azioni e dei nostri errori, scoprendo le carte in tavola con i figli: "ascoltaci: non siamo soddisfatti del modo in cui ti assumi la responsabilità di te stesso e della tua vita. Di questo ti

abbiamo spesso dato la colpa, ti abbiamo rimproverato e ci dispiace molto. Ne abbiamo parlato e abbiamo capito che siamo stati noi a sbagliare negli ultimi sei anni, caricando sempre su di noi le responsabilità della tua vita e delle tue cose. Abbiamo deciso di smettere. Sappiamo che ci vorrà un po' di tempo per mettere a posto questa situazione, ma siamo sicuri tu che ce la farai. Sarà più difficile per noi. Siamo talmente abituati a intrometterci nelle tue cose e ad assumerci tutte la responsabilità, che di sicuro ci metteremo un po' prima di riuscire a lasciarle su di te – e speriamo che nel frattempo sarai indulgente con noi. Sarà particolarmente difficile quando farai cose che non ci piacciono, ma in quel caso dovrai ricordarci che si tratta di una tua responsabilità”.

Ovviamente ogni padre e ogni madre sceglierà le parole che preferisce, ma l'importante è che nessuno scarichi la colpa sul figlio. I genitori devono assumersi tutta la responsabilità, è l'unico modo. Per il resto abbiamo tutta la vita per influenzare i nostri figli, diventando per loro dei buoni modelli da prendere come esempio.