

# La relazione con l'adolescente

Buone prassi per il benessere dei giovani a sostegno degli obiettivi della "Generazione 2020"



# Caratteristiche dell'adolescenza

L'adolescenza, può essere descritta come un'esperienza di transizione, finalizzata all'acquisizione di una propria identità personale e sociale, che comporta il passaggio da una condizione psicologica di dipendenza, tipica dell'infanzia, ad una condizione di autonomia, tipica dell'età adulta (Pombeni, 1998).

Questo passaggio da una condizione di dipendenza alla piena autonomia della vita adulta avviene con gradualità e si manifesta con cambiamenti e trasformazioni sul piano fisico, intellettuale, emotivo e sociale.

E' necessario comprendere questi cambiamenti per poter impostare una relazione efficace con gli adolescenti, nei contesti educativi e formativi.

# La trasformazione del corpo

Il corpo dell'adolescente subisce una rapida trasformazione, legata allo sviluppo della sessualità, che produce momentanee disarmonie.

L'attenzione che gli adolescenti pongono al loro aspetto fisico è legata al fatto che il corpo assume nuovi significati e nuova importanza in relazione alla considerazione sociale.

L'adolescente ha bisogno di sentirsi adeguato rispetto agli altri e ai canoni pubblicizzati dai mass-media. Spesso pertanto l'adolescente manifesta senso di insicurezza, disagio e ansia rispetto alla "normalità" e senso di incertezza rispetto al futuro e all'esito finale della propria fisicità.

# La sessualità

Questa fase della vita è caratterizzata dallo sviluppo della sessualità con l'esplosione ormonale e lo sviluppo dell'identità sessuale.

Lo sviluppo dell'identità sessuale rappresenta una fase molto delicata e a volte dolorosa per l'adolescente che spesso ricerca comportamenti sessuali ed esibisce la propria sessualità nel tentativo di conoscerla, comprenderla ed affermarla.

I primi approcci sessuali sono accompagnati da un forte investimento emotivo; si tratta per l'adolescente di una vera e propria sperimentazione di se, spesso accompagnata da pensieri stereotipati.

# Un nuovo modo di pensare

Nell'adolescenza non è solo il corpo a subire una notevole trasformazione; infatti, nel corso dell'adolescenza, si affinano le potenzialità cognitive con la capacità di ragionamento astratto.

Progressivamente l'adolescente passa da un pensiero concreto, legato alla concretezza e alla sensorialità, tipico dell'infanzia, ad un pensiero astratto, capace di sviluppare ipotesi, argomentazioni e obiezioni.

Questo cambiamento è evidente dall'entusiasmo, che a volte può apparire come una vera e propria provocazione, con cui gli adolescenti sfidano spesso gli adulti in lunghe discussioni.

# La ricerca dell'autonomia

Per sviluppare la propria identità l'adolescente deve compiere una separazione dalle figure adulte che hanno costituito per lui un punto di riferimento e trovare gradualmente una propria autonomia.

Questa separazione viene vissuta con ambivalenza; l'adolescente infatti oscilla tra un'identità infantile e prove generali di adultità.

Questa ambivalenza è accompagnata da instabilità, insicurezza, confusione e ansia.

In questa ricerca dell'autonomia sono frequenti i contrasti con le figure genitoriali e gli adulti in generale.

# Dalla famiglia al gruppo dei pari

In questa fase di separazione dalla famiglia l'adolescente investe affettivamente ed emotivamente sul gruppo dei pari; esso rappresenta uno spazio in cui liberamente sperimentarsi e confrontarsi al fine di costruirsi un'identità propria.

Il gruppo dei pari aumenta l'autostima quindi la sicurezza e dà un senso di appartenenza che fa sentire le proprie esperienze "normali" perché condivise.

Attraverso il gruppo dei pari l'adolescente compie il suo processo di emancipazione dalla famiglia.

# Il ruolo degli adulti: i genitori

Se l'adolescente vive un momento di forte cambiamento è necessario che anche il genitore modifichi lo stile della sua relazione con il figlio

E' necessario infatti che il genitore pensi al figlio come più autonomo e con meno bisogno di protezione.

Anche se meno protetto dal genitore il figlio adolescente ha comunque bisogno di sentire la fiducia dei genitori e il loro affetto, che dovrà trovare forme nuove di manifestazione.

# Il ruolo degli adulti: i genitori

In sintesi è importante che i genitori verso i figli adolescenti:

- Siano capaci di ascoltarli e rispondano alle loro domande;
- Accettino di discutere con loro, ascoltino le loro argomentazioni e forniscano a loro volta argomentazioni e deduzioni logiche;
- Accompagnino e promuovano l'identificazione sessuale accettando l'acquisizione di propri modi di essere;
- Aiutino l'adolescente a vivere la propria autonomia con responsabilità stimolandolo sempre ad assumere la responsabilità dei propri comportamenti e atteggiamenti

# Il ruolo degli adulti: insegnanti e formatori

L'insegnante, e il formatore, possono svolgere un ruolo importante in quanto possono costituire una figura adulta cui l'adolescente fa riferimento quando il rapporto con i genitori si fa difficile

In relazione ai cambiamenti di cui si è accennato sopra possiamo trovare alcuni suggerimenti operativi per l'insegnante

# Supportare l'adolescente ad accettare le trasformazioni fisiche

L'adolescente va aiutato ad accettarsi com'è. Rispetto ai propri dubbi e insicurezze ha bisogno di essere preso sul serio e non vedere minimizzate le proprie paure.

E' importante che l'insegnante vigili che nella comunità scolastica non trovino spazio atteggiamenti di svalutazione delle persone basate sull'aspetto fisico e atteggiamenti di derisione e scherno.

# Favorire un positivo sviluppo dell'identità sessuale

L'adolescente va aiutato ad abbandonare i copioni e gli stereotipi indotti sulla sessualità e sull'identità di genere .

La comunità scolastica dovrebbe costituire una buona palestra per lo sviluppo delle differenze e per la loro integrazione: dovrebbe essere il luogo in cui si diventa uomo e donna adulti, nel rispetto reciproco e nella piena libertà di espressione della propria interpretazione di sé.

Al formatore il compito di testimoniare un'identità di genere adulta, responsabile e rispettosa dell'altro/a e della sua diversità.

# Valorizzare le potenzialità cognitive degli adolescenti

Lo sviluppo delle capacità di pensiero astratto non avviene negli stessi tempi per tutti gli adolescenti; alcuni vi arrivano rapidamente altri con maggior lentezza.

I programmi scolastici sono articolati sulle potenzialità cognitive di uno studente ideale che non è mai lo studente che vive nelle nostre classi e sicuramente non è lo studente dei percorsi professionali.

E' per questo importante che in questa fase lo sviluppo di forme di pensiero più elevate sia accompagnato e stimolato da esperienze scolastiche positive e di successo.

Lo studente che vive esperienze di successo sarà confermato nelle sue capacità e svilupperà al meglio le proprie potenzialità; al contrario lo studente che colleziona solo insuccessi svilupperà un senso di sfiducia nelle proprie capacità e tenderà a non sviluppare le proprie potenzialità cognitive.

# Autonomia e responsabilità

E' importante che la scuola sostenga lo sviluppo dell'autonomia dello studente adolescente evitando di sostituirsi ad esso nei momenti di scelta e di ricerca di soluzioni.

E' inoltre fondamentale che nella comunità scolastica sia sempre chiaro che l'autonomia è correlata alla responsabilità e che ogni scelta, ogni comportamento, ogni soluzione sia supportata da adeguate capacità di giustificazione.

Nel lavoro scolastico ad esempio è importante che i formatori lascino margini di autonomia agli studenti nell'operare scelte e trovare soluzioni ma al contempo li stimolino a giustificare il percorso intrapreso.

Il formatore ha anche il compito di aiutare l'adolescente a sviluppare un pensiero autonomo rispetto al gruppo dei pari.

# Stimolare l'adolescente a costruire il proprio futuro

L'adolescente va aiutato a conoscersi, a capire come è fatto e come vuole essere realmente, lontano da aspirazioni irrealistiche e pretese degli adulti; una buona conoscenza di sé porta alla capacità di stabilire buone relazioni.

E' importante inoltre aiutarlo a riconoscere i modelli familiari e culturali imposti affinché possa sviluppare pensieri e scelte proprie.

Al contempo l'istituzione formativa ha un grande ruolo nello stimolare l'adolescente a credere nelle proprie possibilità e nel proprio valore come condizioni indispensabili per pensare positivamente al proprio futuro

# Disagio adolescenziale

I mutamenti a cui è soggetto l'adolescente possono tuttavia generare in lui la percezione di trovarsi in una situazione sgradevole o difficile da sostenere, con conseguenti sentimenti soggettivi di malessere quali: sofferenza, frustrazione, insoddisfazione.

Tale disagio può essere legato a diversi fattori personali e familiari ma anche alla qualità dell'esperienza scolastica, in particolare:

- negativa percezione di sé;
- percezione di scarse competenze e capacità rispetto a quanto richiesto dal contesto;
- difficoltà di inserimento nel gruppo classe;
- percezione di inadeguatezza rispetto al percorso di studi scelto

# L'intervento del formatore

Il disagio si esprime sempre all'interno di una relazione: con se stessi, con il formatore, con il gruppo classe o con l'istituzione scolastica.

Il disagio influisce negativamente sul rendimento scolastico e rende faticosa – a volte dolorosa – l'esperienza dell'adolescente a scuola.

E' importante che il formatore cerchi di instaurare una relazione positiva con l'adolescente dandogli la possibilità di far emergere le sue difficoltà e la richiesta d'aiuto.

# L'intervento del formatore- segue

Una volta stabilito il contatto con l'adolescente è possibile, per il formatore, mettere in atto diverse azioni:

- lavorare con lo studente allo sviluppo di capacità personali che lo aiutino a fronteggiare il suo disagio
- favorire il suo inserimento nel gruppo classe
- attuare interventi mirati di tipo orientativo
- indirizzare verso un supporto psicologico (in questo caso appoggiandosi a un consulente esperto)

# La qualità della didattica

La qualità della proposta didattica è un punto importante per creare un ambiente di apprendimento favorevole per i ragazzi in fase adolescenziale, anche nei casi in cui si manifestino forme di disagio.

In merito a ciò possiamo individuare i seguenti indicatori di qualità:

- condividere obiettivi con i colleghi, favorire al massimo la collegialità
- avere attenzione ai processi di apprendimento e ai diversi stili cognitivi degli studenti
- attuare una didattica flessibile e coinvolgente per gli studenti
- rispettare i diritti degli allievi e promuovere la loro responsabilità
- favorire il più possibile una collaborazione con le famiglie e una condivisione degli obiettivi educativi

# La qualità della relazione

Per migliorare e mantenere una buona relazione con il singolo o con l'intero gruppo classe è importante che l'insegnante:

- utilizzi una comunicazione assertiva con gli allievi
- organizzi momenti in cui ascoltare il singolo e tutta la classe
- proponga attività che aiutino a sviluppare negli allievi le competenze relazionali
- proponga attività che promuovano, ove è possibile, lo sviluppo di regole condivise

# Per concludere ...

E' importante non dimenticare che ogni adulto è stato adolescente, ha avuto bisogno di ribellarsi e paura di crescere, entusiasmo e voglia di nascondersi.

*«Amo gli adolescenti perché tutto quello che fanno lo fanno per la prima volta»*

Jim Morrison