

Adolescenti senza tempo

Massimo Ammaniti
(Sapienza Università, Società
Psicoanalitica Italiana)

Crescente asincronia fra pubertà e adolescenza, la pubertà tende a comparire più precocemente a 10 anni ½ nelle ragazze e 11 anni ½ nei ragazzi, mentre l'adolescenza tende a prolungarsi ben oltre gli anni dei teen-ager. Questa asincronia crea un profondo squilibrio proprio perché come scrive Winnicott gli adolescenti non sono in grado di essere tali nel momento giusto della crescita puberale che li mette in grado di assumere impegni e di avere una vita sessuale.

Il raggiungimento di un'identità personale sufficientemente integrata e stabile viene a sancire la conclusione della adolescenza, che implica la continuità dell'esperienza di sé ed una propria direzione personale (Wilkinson-Ryan & Westen, 2000). Questa acquisizione avviene tuttavia sempre più tardivamente quando si è in grado di rispondere agli interrogativi “chi sono io? “in che direzione sto andando?” “Che pensano gli altri di me?”.

L'adolescenza nel contesto attuale

67% dei giovani fra i 18-34 anni vivono in famiglia, (73% ragazzi, 62% ragazze) rispetto al 23% in Danimarca e al 33% in Olanda (Dati Eurofond 2017).

Nelle interviste dei giovani : maggiore investimento negli studi (26%), incertezza lavorativa (46%)

Età della Laurea 27,8 età (Dati Alma Laurea)

1/3 svolge un lavoro per il quale è sovraistruito.

Il modello dell'adolescenza come fase di transizione verso l'età adulta teorizzato da Erik Erikson rischia di non essere più valido, l'adolescenza sta diventando una condizione permanente. Siamo assistendo al fenomeno in crescita degli adulescenti che rappresentano secondo L'Oxford Dictionary “ persone di mezza età i cui vestiti, interessi e attività sono tipicamente associati alla cultura giovanile”.

Questo nuovo scenario non è stato sufficientemente esplorato dalla psicologia e dalla psicoanalisi che hanno difficoltà a costruire teorie adeguate, mentre il cinema ha documentato con più attenzione i cambiamenti del mondo giovanile dal famoso film “Gioventù bruciata” degli anni '50 alla fiction televisiva “Thirteen Reasons Why”

Anche i riti di passaggio illustrati da Van Gennep sono venuti meno, non si vive più la transizione verso l'età adulta come è testimoniato dal fatto che gli adolescenti vivono nel presente, anche perché il futuro appare nebuloso e ci si distacca dalle identificazioni infantili. Il movimento del tempo viene segmentato negli atti quotidiani e gli adolescenti si comportano come frecce ferme. Rischia non essere più vero quello che scrisse il poeta libanese Kahlil Gibran rivolgendosi ai genitori “voi siete gli archi dai quali i vostri figli vengono proiettati in avanti, come frecce viventi”.

Prende il sopravvento l'urgenza delle pulsioni che comportano una "diffusione del tempo" nel linguaggio di Erikson e di Marie Bonaparte proprio "perché troppi istinti ribollono...potenti correnti emergono dalle profondità organiche dell'essere" (M. Bonaparte, 1940) per cui gli adolescenti vanno alla ricerca di una soddisfazione immediata, non potendola procrastinare.

Mentre l'adolescenza è stata ripetutamente esplorata iniziando dal famoso Manuale fondativo di Stanley Hall del 1904, il mondo dei giovani che si prolunga dai 20 anni fin oltre i 30 anni rimane "una scatola nera" nelle parole del giornale New York Times.

In questa fase si è ancora alla ricerca dell'identità, con una instabilità tipica dell'adolescenza, un'autoreferenzialità e un sentirsi fra i due fuochi della pubertà e dell'età adulta.

Ma come definire questa fase descritta da Erikson come quella del "giovane adulto"?

Si potrebbe definire adulescenza che descrive i giovani che permangono nell'adolescenza nonostante si avvicinino all'età adulta, concentrati su se stessi, velleitari e insofferenti di ogni vincolo affettivo con un partner. E' una stabile instabilità in cui non si hanno ancora trovato una direzione di sé.

Questa fase della vita è stata concettualizzata da Jeffrey Arnett (2000) col termine "Emerging Adulthood" ossia l'Età Adulta Emergente. E' una fase della vita dai confini incerti- proprio perché le influenze delle trasformazioni sociali la modificano- una lunga coda dell'adolescenza oppure un lungo tempo di attesa dell'età adulta.

I giovani sono ancora impegnati a raggiungere l'autonomia e ad assumere la responsabilità delle proprie scelte, anche perché il cervello, in particolare i lobi prefrontali e il cervelletto non hanno ancora raggiunto una completa maturazione. Ciò che caratterizza questo periodo è il fatto che non si è deciso ancora nulla rispetto al futuro. Per Arnett il tempo limite per abbandonare definitivamente i territori dell'adolescenza sono i 30 anni, ma in Italia si rischia di scivolare oltre, per cui la scelta della convivenza si colloca intorno ai 34 anni per gli uomini e i 31 anni per le donne, le quali hanno il primo figlio mediamente intorno ai 32 anni.

E mentre si continua a vivere in famiglia, il baricentro si sposta sempre più verso il gruppo dei coetanei, che costituisce lo scenario privilegiato degli adolescenti e dei giovani. Questo ha dei riflessi importanti sul piano mentale per cui la reviviscenza e il conflitto edipico tipici di una condizione fortemente radicata nella famiglia, come è stato ripetutamente messo in luce da Freud, Blos e Laufer, non è più centrale. Sono piuttosto le dinamiche del narcisismo ad essere in primo piano che si ripercuotono nelle relazioni cogli altri e nella psicopatologia.

L'adolescente si pone al centro dello scenario dei coetanei e della famiglia alla ricerca di conferme e di riconoscimenti. Va anche ricordato che il narcisismo ha sempre giocato un ruolo importante nell'adolescenza, come ha messo in luce Philippe Jeammet secondo cui durante l'infanzia le cure e le idealizzazioni dei genitori nei confronti del figlio contribuiscono ad alimentare il suo sé e la sua autostima. Nel momento in cui avviene il distacco dalle identificazioni infantili l'adolescente si rivolge verso se stesso per compensare il senso di perdita.

Questo investimento narcisistico sul proprio sé spiega l'estrema suscettibilità degli adolescenti, la permalosità, sentirsi offesi e feriti, mortificati, oltre a provare forti sentimenti di vergogna.

Il gruppo dei coetanei è il luogo nel quale il narcisismo degli adolescenti si esprime maggiormente, per il bisogno di essere approvati e riconosciuti dai coetanei, esigenza questa divenuta quanto mai impellente coi social network, attraverso i like e i follower.

Si può supporre che le dinamiche familiari coi genitori e coi fratelli che costituivano il crocevia dell'adolescenza si stiano trasferendo nei gruppi di coetanei.

Nei gruppi di adolescenti è importante essere popolari agli occhi dei coetanei, farsi accettare dagli altri per paura di essere esclusi, competere per il rango, creare complicità e vicinanza con gli amici anche a scapito di altri coetanei verso cui indirizzare la propria intolleranza e la propria ostilità. È un intreccio complesso che spiega i conflitti di gruppo e le vulnerabilità all'esclusione e al rifiuto e il bullismo che hanno conseguenze anche in campo psicopatologico (Fontana et al. 2018). Nel gruppo si vuol preservare l'immagine di sé legata al modo in cui si viene percepiti dai coetanei e dall'amico del cuore come è confermato anche dalla ricerca neurobiologica di Pfeiffer (2009).

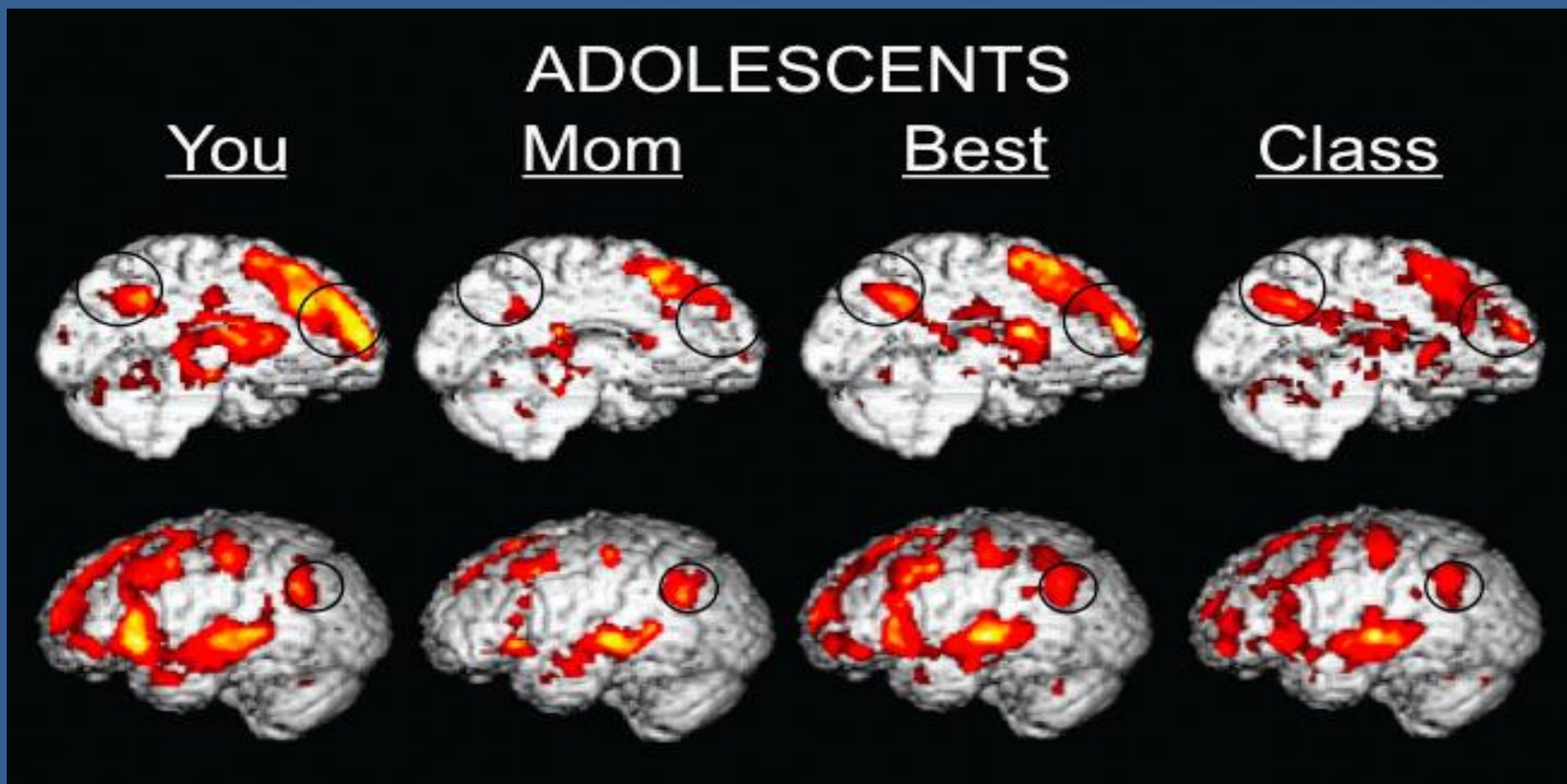


Figure 2. Comparison of all appraisal conditions and rest in adolescents. Images depict activation in adolescents during direct self-appraisals (You) and reflected self-appraisals from three perspectives—mother (Mom), best friend (Best), and classmates (Class)—in comparison to a resting baseline. Medial prefrontal cortex, medial posterior parietal cortex, and left temporal-parietal junction are encircled.

Queste dinamiche si sono ulteriormente amplificate con l'avvento dei social network caratterizzati da scambi e condivisioni rapide e simultanee. La vita degli adolescenti è all'insegna della contingenza, scelte rapide e superficiali senza tempo per riflettere. Vale soltanto il piacere che si prova quando si ricevono i "like". Sicuramente Facebook consente "un nuovo approccio alla costruzione di sé" (Biolcati, 2013) anche se l'ipersocialità digitale non significa essere in rapporto.

Il neurobiologo americano Jay Giedd (2011) si interroga sulle conseguenze della rivoluzione digitale sul cervello degli adolescenti, anche tenendo presente le trasformazioni cerebrali che si verificano in questo periodo della vita, in cui si attiva fortemente l'area limbica anche per l'effetto degli ormoni, mentre le zone frontali e prefrontali maturano più tardivamente. Si tratta di un "disallineamento dello sviluppo" (Blakemore, 2018) che spiegherebbe la tendenza a correre rischi perché il sistema limbico non viene modulato dalla corteccia prefrontale.

INSIDE THE ADOLESCENT BRAIN

The brain undergoes two major developmental spurts, one in the womb and the second from childhood through the teen years, when the organ matures by fits and starts in a sequence that moves from the back of the brain to the front

Corpus Callosum

Thought to be involved in problem solving and creativity, this **bundle of nerve fibers** connects the left and right hemispheres of the brain. During adolescence, the nerve fibers thicken and process information more and more efficiently

Prefrontal Cortex

The CEO of the brain, also called the **area of sober second thought**, is the last part of the brain to mature—which may be why teens get into so much trouble. Located just behind the forehead, the prefrontal cortex grows during the preteen years and then shrinks as neural connections are pruned during adolescence

Basal Ganglia

Larger in females than in males, this part of the brain acts like a **secretary to the prefrontal cortex** by helping it prioritize information. The basal ganglia and prefrontal cortex are tightly connected: at nearly the same time, they grow neuron connections and then prune them. This area of the brain is also active in **small and large motor movements**, so it may be important to expose preteens to music and sports while it is growing

Amygdala

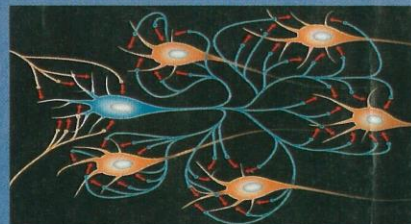
This is the emotional center of the brain, home to **such primal feelings as fear and rage**. In processing emotional information, teens tend to rely more heavily on the amygdala. Adults depend more on the rational prefrontal cortex, a part of the brain that is underdeveloped in teens. That may explain why adolescents often react more impulsively than adults

Sources:
Dr. Jay Giedd, chief of brain imaging, child psychiatry branch, NIMH; Paul Thompson, Andrew Lee, Kirales Hayashi and Arthur Toga, UCLA Lab of Neuro Imaging; Nitin Googtay and Judy Rapoport, child psychiatry branch, NIMH

TIME Diagram by Joe Lertola; text by Kristina Dell

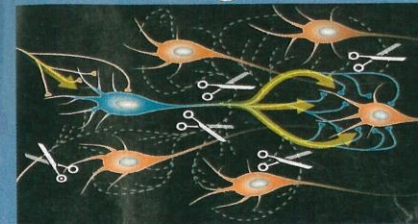
THE IMAGE BANK—GETTY IMAGES

Nerve Proliferation ...



By age 11 for girls and 12½ for boys, the neurons in the front of the brain have formed thousands of new connections. Over the next few years, most of these links will be pruned

... and Pruning



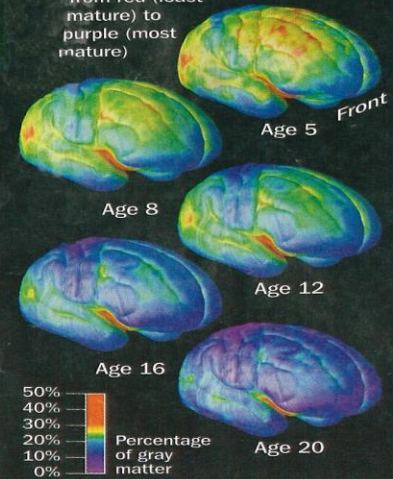
Those that are used and reinforced—the pathways involved in language, for example—will be strengthened, while the ones that aren't used will die out

Cerebellum

Long thought to play a role in physical coordination, this area may also regulate certain thought processes. More sensitive to environment than to heredity, the cerebellum supports activities of higher learning like **mathematics, music and advanced social skills**. New research shows that it changes dramatically during adolescence, increasing the number of neurons and the complexity of their connections. The cerebellum is the only part of the brain that continues growing well into the early 20s

Time-Lapse Brain

Gray matter wanes as the brain matures. Here, 15 years of brain development are compressed into five images showing a shift from red (least mature) to purple (most mature)



Secondo Giedd (2011) e Blakemore (2018) il cervello umano è sociale soprattutto in adolescenza fortemente influenzato dall'educazione e dalla cultura. Scrive Choudhury (2009) "la recente comparsa delle neuroscienze culturali rappresenta una sfida importante all'assunto dell'universalità dei meccanismi neurali".

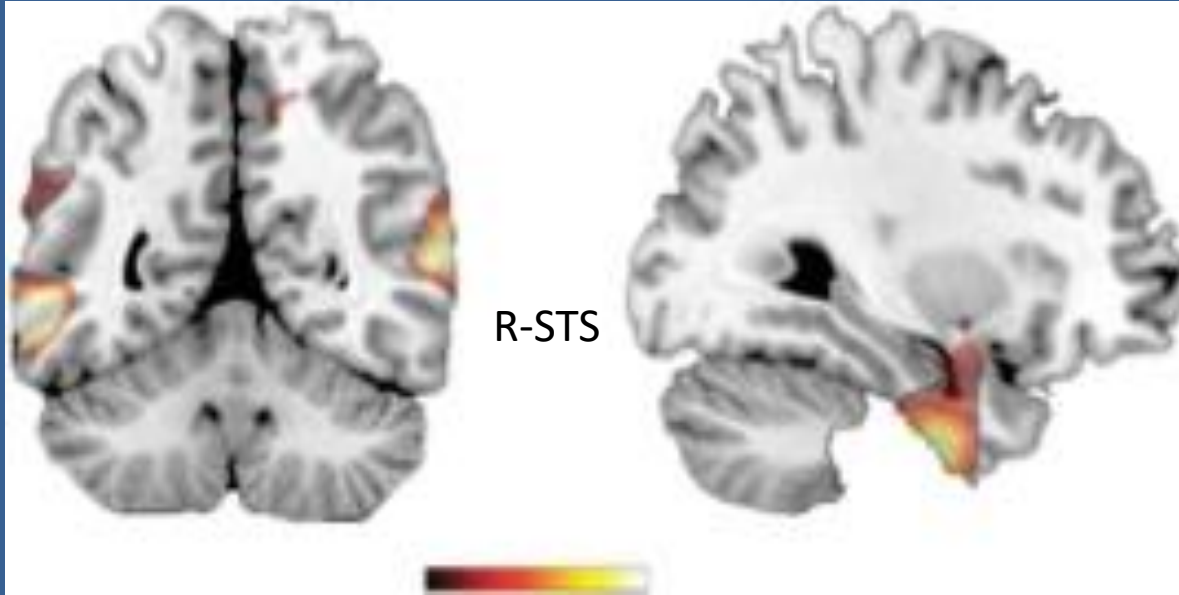
Come hanno messo in luce gli studi di Han e Northoff (2008) alcuni processi neurocognitivi sono influenzati dal contesto perché queste aree cerebrali sono predisposte alle influenze ambientali, mentre il funzionamento di altre aree è modulato dai fattori sociali.

Studi recenti Kanai et al. (2011) hanno messo in luce che l'ampiezza dei contatti attraverso i social network è fortemente associata col volume della sostanza grigia nel Gyrus Mediale Temporale sinistro, nel Sulcus Temporale Superiore destro, nella corteccia entorinale destra, ugualmente l'amigdala. Mentre non è stata trovata un'associazione con le aree fronto-parietali implicate nel meccanismo mirror.

Y = - 54

X = 30

L-MTG



Ci si può interrogare come l'uso sempre più pervasivo dei social network fin dall'infanzia possa cambiare il funzionamento cerebrale, anche perché gli adolescenti vivono in uno stato di attivazione continua sempre pronti a rispondere e ad interagire ai messaggi che ricevono. Allo stesso tempo le interazioni faccia a faccia vengono sostituite dalle interazioni on-line che non favoriscono le risonanze emotive. Il rischio è quello di creare una dipendenza dalla rete, “essere connessi” non vuol dire “essere in rapporto”, col rischio che la dimensione soggettiva e la privacy vengano ostacolate.

Ma forse le nostre preoccupazioni non tengono conto della plasticità cerebrale che nei primi decenni di vita è particolarmente elevata. Probabilmente la preoccupazione di Platone espressa nel Fedro che la scrittura fosse una *téchne* che costituiva una parte esterna di sé che avrebbe potuto scoraggiare la memoria non si è avverata. Ma nella storia umana questa *téchne* è stata pienamente integrata, come succederà probabilmente con la *téchne* digitale.

- In una situazione in cui è difficile capire in che direzioni andranno i figli i genitori diventano iperprotettivi “genitori elicotteri”. I genitori stessi sono disorientati, non più sicuri della loro identità di genitori, bisognosi delle conferme dei figli, in difficoltà a porre regole e limiti. E’ il motivo per cui è più difficile il distacco dai genitori, come scrive Adam Phillips “gli adolescenti sono quegli individui che devono liberarsi dalla setta familiare”. Anche i genitori spesso sono influenzati dal mito del giovanilismo. Vi è il rischio che la crisi dei figli adolescenti si sovrapponga a quella dei genitori che si trovano intorno ai 50 anni. Non dimentichiamo che oggi l’età delle donne per il primo figlio è intorno ai 32 anni.

Come scrisse Winnicott l'adolescenza “ è uno stadio di sviluppo legato a processi naturali”, tempestoso ma necessario, tocca ai genitori e alla società sopportarla senza farsene sopraffare.

La società soprattutto quella italiana non investe sui giovani, non favorisce la loro responsabilizzazione e li mantiene in uno stato di lunga incubazione. Occorre investire di più su di loro, l'esempio del terremoto di Kobe in Giappone ne è una conferma, ma anche l'esempio dei giovani di Genova che al momento dell'inondazione sono stati in grado di tirarsi su le maniche e ripulire il quartiere dal fango e dall'acqua .

MASSIMO AMMANITI

ADOLE- SCENTI

SENZA
TEMPO



Raffaello Cortina Editore