

La voce dei figli

Quanto scritto deriva da un'esperienza professionale attiva da diversi anni all'interno dei Servizi di Counselling della Diaconia Valdese Fiorentina: una testimonianza volta a offrire una fotografia del vissuto, del percepito, del punto di vista dei figli e delle figlie rispetto a dinamiche familiari problematiche con forti ricadute sulla genitorialità. Attraverso un vertice di osservazione basato sulle esperienze inerenti ai percorsi di counselling di adolescenti e preadolescenti emerge come molti dei problemi espressi dai ragazzi e dalle ragazze sono correlati con delle difficoltà nelle relazioni familiari.

Il progetto “Ma cosa volete da me?” - Percorsi di counselling per adolescenti e preadolescenti.

Il progetto venne presentato ai Servizi sociali del comune di Firenze e all'Azienda Usl Toscana centro nel 2017, con la proposta di sviluppare un importante lavoro di rete.

L'idea nacque sulla base dell'esperienza maturata nei centri educativi della Diaconia Valdese Fiorentina, che da sempre lavorano con adolescenti e preadolescenti, rilevando il bisogno di uno spazio di ascolto e sostegno specifico e individualizzato. In questa fase di sviluppo i ragazzi e le ragazze si trovano a dover affrontare problematiche tipiche inerenti al delicato momento di crescita, e spesso tali problematiche sono intensificate da ulteriori difficoltà di tipo familiare, socio-relazionale e da altre nuove problematiche correlate. Il progetto, tuttora attivo, mira a sostenere adolescenti e preadolescenti in difficoltà socio-sanitaria in un'ottica di prevenzione del disagio e promozione del benessere.

Nei primi anni i costi del progetto sono stati interamente sostenuti da un contributo specifico dell'otto per mille della Chiesa Valdese; nel 2021 vi è stata una compartecipazione sostanziosa da parte della Società della Salute ottenuta tramite la concessione di un contributo per progetti in ambito socio-sanitario e socio-assistenziale determinato dalla deliberazione n. 8 del 17 marzo 2022 della Giunta Esecutiva, previa la valutazione del progetto tramite una commissione giudicatrice.

La metà dei disturbi mentali insorge entro il sedicesimo anno di età, ed è noto che la precocità e l'appropriatezza dell'intervento nel disagio psichico adolescenziale sono in grado di modificare la storia clinica del disturbo, riducendone il rischio di cronicizzazione e migliorando le prospettive di vita dei giovani e delle loro famiglie. Per quanto detto, questo tipo di progetto opera nel campo della prevenzione della malattia e in quello della promozione della salute, così come intesa e definita dalla *Carta di Ottawa* nel 1986. Il disagio mentale cresce tra i giovani: l'allarme era già stato lanciato nel 2009 dall'Unicef nel rapporto *La condizione dell'infanzia nel mondo*, da cui emergeva che un giovane su cinque tra i quindici e i ventiquattro anni dichiarava di sentirsi spesso depresso o di avere poco interesse nello svolgimento di attività.

Obiettivi del progetto

- Riconoscere le proprie emozioni e acquisire i mezzi espressivi adeguati
- Sviluppare la funzione riflessiva e accrescere il controllo degli impulsi

- Acquisire consapevolezza circa le proprie capacità, potenzialità e limiti
- Aumentare le autonomie personali
- Sviluppare la capacità di resilienza
- Individuare le proprie aree di successo
- Migliorare le relazioni familiari
- Incrementare i rapporti sociali
- Riprendere o mantenere la frequenza scolastica

Come si svolge

Il percorso si svolge attraverso un ciclo di incontri a cadenza settimanale. Il numero delle sedute può variare in base all'andamento dei singoli percorsi e alle esigenze dei ragazzi e delle ragazze, in raccordo con gli altri operatori socio-sanitari che concorrono alle prese in carico.

Modalità di accesso

I servizi socio-sanitari, che detengono la titolarità della presa in carico dei soggetti, dopo un primo contatto interlocutorio con il responsabile del servizio, provvedono alla richiesta di attivazione del percorso tramite una richiesta via e-mail, e contestualmente inviano una relazione di presentazione.

Gli invii

Una buona parte dei soggetti afferisce all'Ambulatorio per gli scompensi adolescenziali dell'Azienda sanitaria e presenta caratteristiche di grave psicopatologia (ideazione suicidaria, self cutting, stati di ansia e depressione, dirompenza comportamentale, internet addiction disorder e dipendenze di vario tipo). È da sottolineare che il progetto si svolge attraverso un fitto e scrupoloso lavoro di rete con l'Azienda sanitaria e i Servizi sociali: ciò consente la presa in carico congiunta di un ampio spettro di tipologie di casi, anche quelli più critici. L'intervento acquista un valore specifico, perché viene a collocarsi nella rete del progetto terapeutico e rafforza altri presidi già attivi o attivabili; in questo modo, l'intervento si colloca all'interno di un progetto multidisciplinare. La rete è formata dall'assistente sociale, il neuropsichiatra infantile, lo psicologo, il counsellor. A questi, molto spesso, si possono aggiungere la scuola, l'educatore territoriale, il centro diurno, la comunità e i servizi per le dipendenze. Talvolta l'intervento può riguardare l'accompagnamento verso la maggiore età, in continuità assistenziale con i servizi per gli adulti.

Il servizio è stato particolarmente attivo durante la pandemia: l'emergenza sanitaria, i cui effetti sugli adolescenti rischiano di proiettarsi nel lungo periodo, ha visto aumentare anche del doppio le richieste di accesso ai servizi, prevalentemente per forme internalizzate (ansia, depressione, tentati suicidi). La pandemia e il confinamento hanno reso i ragazzi e le ragazze più vulnerabili di fronte alle proprie debolezze, dall'internet addiction a un rapporto malsano con il cibo. È da evidenziare che alcune tipologie di soggetti non hanno sofferto in modo particolare l'isolamento a cui sono stati esposti, in quanto anche in condizioni di normalità vivevano esperienze sociali

particolarmente limitate: questo ha portato, al termine dello stato di emergenza, all'aggravamento del problema inerente al ritiro sociale.

Modello teorico di riferimento

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità la salute è *un diritto umano fondamentale caratterizzato da uno stato di benessere fisico, mentale e sociale e non dalla semplice assenza di malattia o infermità*¹.

Il counselling opera nel campo della prevenzione del disagio e della promozione del benessere, ed è un processo di apprendimento relazionale che consiste nell'applicazione di un insieme di competenze volte a mettere nelle condizioni i soggetti beneficiari di rendersi autonomi nella gestione di situazioni problematiche e nel raggiungimento dei propri obiettivi. Valorizzando le risorse presenti, e sostenendo lo sviluppo delle potenzialità ancora inesprese, vengono innescati processi di autoformazione continua, che possono migliorare complessivamente la qualità della vita dei soggetti; quindi l'intervento non mira soltanto a fornire degli strumenti, ma anche e soprattutto a favorirne la costruzione autonoma.

Lo strumento principale di intervento è il colloquio e il presupposto dell'attività consiste nell'aiutare i soggetti ad aiutare sé stessi; attraverso lo scambio verbale viene sollecitata una partecipazione attiva e propositiva volta al riconoscimento dei propri schemi di pensiero e di azione, in questo modo è possibile aumentare il livello di consapevolezza di sé, costruire delle alternative rispetto al proprio *modus operandi* e trovare delle soluzioni efficaci. Il colloquio, il dialogo, è lo strumento essenziale nella comunicazione empatica, è un principio pedagogico di straordinario valore e di straordinaria efficacia. Il principio del dialogo implica necessariamente quello della comprensione: dialogare significa anzitutto non assumere atteggiamenti di imposizione dettati da una sorta di sapere preconstituito. La comprensione dell'altro è possibile soltanto all'interno di una situazione di autentica accettazione, che è rispetto di tutto ciò che l'altro è o può diventare, è fiducia nei suoi riguardi, è disponibilità a stare ad ascoltare e a capire.

Una delle massime figure che ha notevolmente contribuito a dare importanza al dialogo come strumento di intervento educativo è stato Socrate. Il filosofo greco insegnava attraverso il dialogo e il suo filosofare non consisteva nell'insegnamento di una verità già codificata ma piuttosto nell'invito a trovare la verità che ciascuno porta dentro di sé. All'interno del dialogo il silenzio empatico è uno degli atteggiamenti più importanti, è il momento in cui il counsellor sta ad ascoltare con attenzione e motivazione la persona, evitando di interromperla o di disturbare in qualche modo il suo esprimersi. Per attuare il momento del silenzio empatico occorre che il counsellor creda fermamente che il soggetto abbia qualcosa di inespresso da tirare fuori, ed è necessario che faccia tacere le proprie ipotesi riguardo alla soluzione dei problemi della persona, evitando di porsi in un atteggiamento valutativo.

Carl Rogers fu il primo a utilizzare la parola *counselling* per indicare una relazione di aiuto nella quale il soggetto è assistito e supportato nelle proprie difficoltà senza

¹ Conferenza Internazionale sull'Assistenza Sanitaria Primaria. 6 - 12 settembre 1978, Alma Alta (URRS)

rinunciare alla libertà di scelta e alla propria responsabilità, quindi un modello orientato all'empowerment attraverso l'utilizzo del metodo socratico. Rollo May, padre fondatore del counselling insieme a Carl Rogers, sosteneva che [...] *il superamento del problema, la vera trasformazione, spetta solamente al soggetto; il counsellor può solo guidarlo, con empatia e rispetto, a ritrovare la libertà di essere sé stesso*². Per quanto detto, il counsellor ha una funzione di catalizzatore di avvenimenti interni e non di sostituto di capacità mancanti, "aiuta la persona ad aiutarsi", attraverso la relazione e la stimolazione delle capacità della persona stessa. L'aiuto non consiste tanto nel proporre soluzioni e nell'eseguire complicati aggiustamenti, quanto nel togliere ostacoli rendendo possibile, così, il dispiegarsi delle energie che il soggetto possiede. Rogers riteneva che se una persona si trova in difficoltà il miglior modo per aiutarla a comprendere la situazione e a gestire il problema, è quello di centrarsi sulle risorse interiori (emozionali, cognitive, ecc.) affinché l'aiuto si sviluppi dal suo interno. In tal modo il soggetto trova da solo le soluzioni e si assume la responsabilità delle scelte. La relazione di aiuto è esclusivamente uno strumento di libertà per ricreare attorno alla persona le condizioni favorevoli alla propria crescita. L'intervento rogersiano dà scarsa importanza alle varie tecniche di intervento, ritenute meno determinanti rispetto alla qualità della relazione con il soggetto: in quest'ottica è possibile affermare che è la relazione che cura.

Il perno del metodo di lavoro verte sulla cosiddetta triade rogersiana che si caratterizza attraverso l'autenticità, l'accettazione incondizionata e l'empatia. L'autenticità è intesa come un'appropriata consapevolezza dei propri sentimenti che vengono espressi all'interno della relazione in modo diretto, chiaro e congruente. Questo tipo di atteggiamento facilita e stimola l'apertura del soggetto in quanto il counsellor viene percepito come una persona trasparente ed aperta. L'accettazione incondizionata consiste nell'accogliere il soggetto senza riserve e senza valutazioni, implica l'assenza di giudizio e la temporanea separazione dal proprio mondo valoriale per entrare in quello dell'altro, immergersi nell'alterità. L'empatia consiste nell'entrare nel vissuto dell'altra persona senza perdersi. Ascoltare l'ira, la paura, l'odio, il turbamento dell'altro senza aggiunte proiettive, senza scivolare nel contagio emotivo, distinguendo i propri dagli altrui sentimenti, stabilendo la giusta distanza per mantenere la lucidità metacognitiva necessaria all'interno di una relazione di aiuto.

Ciò che sostanzia, qualifica e apporta un valore specifico all'attività di counselling è la competenza relazionale. La relazione particolare che si crea tra agevolatore e soggetto è frutto soprattutto dell'ascolto empatico del counsellor che, in questo setting più che in quelli allargati, deve comunicare comprensione e accettazione incondizionata. La costruzione di una relazione significativa può avvenire soltanto garantendo alla persona la massima libertà di essere sé stessa. La completa disponibilità all'ascolto, l'astensione dai giudizi, il rispetto dei silenzi, delle emozioni, dei pensieri da parte del counsellor sono ingredienti essenziali perché la relazione evolva nel modo più utile e più consono ai bisogni del soggetto.

² **May R.** *L'arte del counseling. Il consiglio, la guida, la supervisione.* 1939, Astrolabio editore, edizione 1991, Roma

Il counselling può essere inteso come uno specchio che, attraverso delle tecniche di colloquio, rimanda alla persona pensieri ed emozioni inesprese. Una delle metodologie operative utilizzate riguarda la riformulazione. Da un punto di vista strettamente tecnico riformulare significa tentare di ripetere il contenuto verbale e non verbale espresso dal soggetto attraverso un intervento riassuntivo e chiarificatore al fine di ottenere l'approvazione dell'interlocutore. La riformulazione comprende tre gradi di procedura ordinate per livelli: la riformulazione riflessa, la riformulazione riflessa ampliata, la riformulazione riassuntiva. La riformulazione riflessa è il modo più semplice per rimandare un contenuto verbale, consiste nel ripetere proprio le stesse parole del soggetto. Di un livello superiore è la riformulazione ampliata, che utilizza anche vocaboli di significato affine e tenta di evidenziare maggiormente l'intento comprensivo del counsellor verso la persona. La riformulazione riassuntiva tende a riepilogare ciò che è primario e fondamentale per il soggetto.

Un'altra metodologia applicata è la rielaborazione, che consiste nel sollecitare la persona a rileggere e a riflettere sugli avvenimenti accaduti cercando un significato diverso da attribuire alle proprie emozioni e ai propri comportamenti, comprendendo anche i contenuti nuovi scaturiti dalla rilettura di quanto espresso nelle fasi precedenti. Ad ogni seduta viene ripreso il colloquio precedente, per dar modo al soggetto di costruire una soluzione di continuità, una narrativa utile per verificare l'attività riflessiva svolta, rielaborarla ed interiorizzarla meglio. Alla fine di ogni incontro la persona è invitata a ripercorrere il colloquio svolto, per valorizzare e fissare cognitivamente l'esperienza, interiorizzarla meglio e sistematizzare i pensieri e le riflessioni.

Il counselling e gli adolescenti

Il counselling con gli adolescenti necessita di una particolare attenzione. L'adolescente è portatore di una sensibilità emotiva differente da quella adulta, ha un ruolo maggiore, ha un'intensità maggiore e questa è una caratteristica tipica di questa peculiare fase di crescita. Occorre rispettare tale sensibilità, perché fa parte di passaggio necessario che farà il suo corso lasciando spazio, col tempo, a una maggiore capacità riflessiva che andrà a integrarsi con la dimensione emotiva; quando però si prospettano situazioni in cui tale sensibilità può inficiare il percorso di crescita, occorre intervenire in modo mirato stimolando il pensiero critico, occorre soffermarsi sugli effetti che possono scaturire dall'improntare i propri comportamenti soltanto in funzione di determinate gratificazioni emotive, soffermandosi sugli elementi di realtà. Attraverso la verbalizzazione è opportuno stimolare il riconoscimento degli stati emotivi e favorire l'attribuzione di significati al fine di una maggiore regolazione dei comportamenti. L'adolescenza è un periodo disarmonico, e ciò comporta una certa difficoltà nella sistematizzazione dei pensieri, con ricadute nella comunicazione, per questo è importante porre domande che possono stimolare la riflessione.

Il counselling, come molte altre attività professionali inerenti all'aiuto alla persona, durante il percorso con il soggetto, necessita della valutazione costante dei limiti, delle risorse e delle capacità della persona. Questa analisi permette di non esporre il soggetto a situazioni che potrebbero comportare delle crisi personali non sostenibili. Occorre

considerare che talvolta certi comportamenti e certi sintomi risultano funzionali al mantenimento dell'integrità del soggetto; molto spesso l'emotività e certe convinzioni rivestono un ruolo volto a mistificare la realtà, per evitare di prendere contatto con la stessa, perché percepita come troppo minacciosa. Certi vissuti emotivi possono creare delle convinzioni erronee e forvianti, che hanno però la funzione di spostare il focus per scansare un dolore non sopportabile. Di fronte a situazioni del genere l'attività di counselling deve accettare i tempi del soggetto, rinforzarlo e favorire l'incremento dell'autostima; in altri termini, deve creare insieme alla persona le condizioni per potere affrontare ciò che il soggetto stesso rifugge.

Per "agganciare" gli adolescenti occorre essere disposti a cedere qualcosa di sé in termini emotivi. Chiaramente ciò non significa costruire un rapporto simmetrico o stabilire una comunicazione senza filtri: occorre mantenere il controllo ed avere la consapevolezza di ciò che scorre all'interno della relazione che deve essere comunque connotata da un'intenzionalità educativa. Occorre che vi siano dei limiti chiari, ma nello stesso tempo è necessario mostrarsi in maniera autentica, anche perché, direttamente o indirettamente, è ciò che viene chiesto ai ragazzi e alle ragazze stesse. Attraverso uno scambio empatico è possibile creare una relazione, ma occorre prestare molta attenzione a non perdere il ruolo, perché vi sono molte insidie proiettive: immergersi all'interno di una soggettività può sconfinare nell'identificazione, e ciò può inficiare ogni obiettività professionale. Per riuscire a sostenere tutto questo carico emotivo, il counsellor deve sviluppare una forte resilienza, che è la stessa capacità che molto spesso hanno gli adolescenti e i preadolescenti che svolgono questo tipo di percorso. Molto spesso ciò che crea la relazione è proprio il fatto di vivere la resilienza come un sentimento condiviso, e ciò permette di instaurare un'alleanza efficace ai fini di un progetto di un progetto di crescita. Per sviluppare e ampliare la capacità di resilienza dei soggetti, oltre a fornire un sostegno affettivo, occorre lavorare molto sulle competenze e le potenzialità presenti. Occorre riuscire a individuare, insieme alla persona stessa, le aree di successo, attivando i sistemi motivazionali. Molto spesso gli adolescenti deprivati esprimono molto meno di ciò che possiedono, perché ancora non hanno sviluppato delle potenzialità cognitive a causa di scarse motivazioni esistenziali; in realtà, se sostenuti e motivati, possono esprimere delle capacità impensabili, possono riorganizzare positivamente la propria vita, dare un nuovo slancio alla propria esistenza e raggiungere traguardi importanti.

Fasi dell'intervento

1. Fase preparatoria

- Prima dell'inizio di ogni singolo percorso vengono svolti uno o più incontri di presentazione da parte del referente dell'ente inviante al counsellor, per comunicare tutta una serie di informazioni inerenti la storia familiare del soggetto e le sue caratteristiche personali. Tali informazioni sono utilizzate per comprendere al meglio le problematiche, i bisogni e le risorse della persona. In questa fase è svolta anche la presentazione dell'intervento ai genitori del ragazzo o della ragazza, dove vengono illustrati gli obiettivi generali, le modalità e l'articolazione del percorso.

Contestualmente i genitori sono invitati a sottoscrivere i documenti inerenti al trattamento dei dati personali e il consenso informato per la prestazione di counselling.

2. Fase d'intervento diretto

- Dopo il passaggio conoscitivo viene avviato il percorso, che prevede una prima fase di ascolto e conoscenza reciproca, necessari per stabilire un clima di fiducia e permettere al soggetto di sentirsi libero di esprimere e manifestare le proprie difficoltà e i propri desideri. All'interno di questa fase il counsellor e la persona individuano gli obiettivi specifici da raggiungere nel corso dei colloqui.

Durante i singoli percorsi sono tenuti in considerazione degli indicatori di verifica quantitativi e qualitativi, quali: la frequenza alle sedute stabilite, il rispetto degli orari concordati, la durata delle sedute, la qualità della partecipazione, la cadenza, l'intensità e la durata delle situazioni di emergenza, l'andamento del percorso scolastico e il livello di raggiungimento degli obiettivi concordati.

3. Fase di aggiornamento

- Alla fine di ogni seduta il counsellor redige un report che costituisce uno spazio valutativo del percorso svolto del soggetto. Durante i singoli percorsi si susseguono rapporti costanti con gli altri operatori socio-sanitari che concorrono alla presa in carico tramite contatti informali e attraverso delle riunioni di verifica periodiche. Tali incontri servono per monitorare l'andamento del percorso e porre eventuali modifiche o integrazioni all'interno del progetto nella sua interezza.

4. Fase finale

- La fase finale del percorso prevede la riletture insieme alla persona del cammino svolto, individuando le fasi più difficili, sottolineando gli obiettivi raggiunti e quelli da raggiungere in un'ottica di crescita continua del soggetto.

Analisi quantitativa

- Nell'arco del quadriennio 2017 – 2020 sono stati inviati 48 minori per un totale di circa 970 sedute.
- Nell'anno 2021 le prese in carico sono state 36 per un totale di circa 390 sedute.
- Nell'anno 2022 le prese in carico sono state 37 per un totale di circa 379 sedute.
- Più del 90% degli invii si sono concretizzati in dei percorsi che si sono caratterizzati per un'altissima frequenza alle sedute programmate.

Analisi qualitativa

- Nella stragrande maggioranza dei percorsi gli obiettivi specifici sono stati raggiunti, apportando dei miglioramenti importanti alla qualità della vita dei soggetti.
- È stata riscontrata una notevole diminuzione delle situazioni di emergenza (crisi e scompensi) e un alto grado di ripresa e mantenimento della frequenza scolastica.
- Durante la pandemia, il progetto, oltre a contrastare le problematiche inerenti alla genitorialità e alle condotte a rischio, ha offerto un importante contributo per la gestione dell'emergenza sanitaria, garantendo la continuità dell'intervento anche durante le fasi più critiche attraverso l'organizzazione di video call.

Elementi che concorrono alla riuscita del progetto

L'elemento portante del progetto è la qualità della collaborazione fra professionalità diverse che va oltre alla definizione di lavoro di rete: risulta più appropriato parlare di lavoro di tessitura. La tessitura permette una costruzione dinamica e condivisa di legami e nodi, che vanno a costituire un processo volto a un intervento globale e rispondente a bisogni complessi e diversificati. Attraverso questo confronto è possibile costruire un intervento coerente con le varie azioni in corso, senza creare discontinuità e aumentando la possibilità di riuscita, consentendo di ricalibrare in itinere gli atti professionali esercitati, renderli sempre più appropriati ai bisogni del soggetto e sviluppare una presa in carico più protettiva, performante ed efficace. Il confronto e lo scambio permettono inoltre di costruire una narrativa, e questo è indispensabile per non farsi travolgere dagli eventi critici che talvolta avvengono in modo repentino e incontrollabile. La narrazione permette di distanziarsi dalle situazioni per riacquisire quella lucidità necessaria che permette di prendere delle decisioni efficaci.

Un altro elemento particolarmente importante è l'appropriatezza degli invii. Talvolta certi interventi potrebbero risultare intempestivi perché in contrasto con le condizioni e le esigenze del soggetto in quel dato. La valutazione clinica risulta essere molto importante perché permette di evitare ciò che Adriano Milani Comparetti descriveva come i rischi iatrogeni degli interventi. Cercare di ipotizzare gli effetti di un determinato intervento prima di svolgerlo è utile per cercare di calibrare al meglio l'azione; talvolta può servire anche per decidere di posticipare l'intervento e renderlo più prezioso nel momento in cui vi saranno le condizioni opportune per poterlo esercitare. Cercare di immaginare gli scenari che possono aprirsi dopo avere svolto un intervento è indispensabile anche per riflettere sul come muoversi in seguito all'intervento stesso che, essendo un processo continuo, non si deve esaurire con una sola azione.

La proposta di percorsi brevi presentati come "pacchetti" di dieci incontri, eventualmente rinnovabili, risulta essere un'offerta stimolante per gli adolescenti, perché meno preoccupante e minacciosa rispetto ad altri tipi di percorsi e pertanto più fruibile.

I percorsi prevedono una frequenza settimanale e detta intensità e continuità di supporto è spesso difficilmente mantenuta all'interno del servizio pubblico, per il sovraccarico clinico e la necessità di rispondere in tempi brevi alle urgenze.

Infine, l'elemento forse più importante che contribuisce alla riuscita del progetto risiede nel fatto che il ragazzo e la ragazza sono i protagonisti del percorso, sono messi al centro, intesi come persone in primo piano che usufruiscono di uno spazio di ascolto e sostegno individualizzato. Questo non attiene soltanto all'esercizio di interventi specifici per questa peculiare fase di sviluppo, ma anche alla gestione del percorso che prevede un confronto continuo tra operatore e soggetto, a partire, ad esempio, dagli appuntamenti che vengono concordati insieme al termine di ogni seduta.

La voce dei figli

Le seguenti considerazioni sono il frutto di un'esperienza svolta all'interno di un determinato osservatorio, quindi con tutte le limitazioni del caso, me è necessario considerare che tra gli addetti ai lavori è un pensiero comune il fatto che ciò che emerge

dai servizi per l'infanzia e l'adolescenza potrebbe anche essere la punta dell'iceberg di un disagio probabilmente più diffuso e numeroso.

Le motivazioni per cui viene richiesta l'attivazione di un percorso di counselling sono le più svariate: difficoltà scolastiche, difficoltà socio-relazionali, uso reiterato della menzogna, bassa autostima, condotte a rischio, ecc. In realtà spesso tali problematiche risultano essere correlate con delle difficoltà nelle relazioni familiari, e talvolta può accadere che dinnanzi a certe problematiche i ragazzi e le ragazze sviluppino dei meccanismi inconsci e deleteri di compensazione. In altri termini i soggetti, attraverso determinati comportamenti apparentemente disgiunti da problematiche familiari, manifestano una forte sofferenza per la mancanza di una genitorialità solida, accogliente e protettiva. Viene a svilupparsi, così, una forte difficoltà nello sviluppo di competenze trasversali, con importanti ricadute su vari ambiti di vita, con la ricerca, spesso forsennata, di un appagamento compensatorio scevro da autentici bisogni; da questo punto di vista le motivazioni sono gli effetti del problema, e non il problema in sé.

In base a quanto emerge dalle numerose sedute è possibile elencare sei casistiche che descrivono delle problematiche inerenti alla genitorialità che risultano essere quelle più comuni a tutti i vari percorsi.

1. Mancanza di una cornice normativa, di limiti argomentati e condivisi

- I figli chiedono di abitare la norma. È presente da tempo un luogo comune che ritiene che gli adolescenti amino trasgredire; in realtà, più o meno direttamente, chiedono un confine, chiedono una cornice di riferimento all'interno della quale sperimentarsi. Nel corso degli ultimi decenni è venuto meno il valore delle regole, non intese come soluzione del conflitto (delegare alla dimensione normativa), ma come uno spazio fertile di confronto. Di fronte a tutto ciò i ragazzi e le ragazze restano attoniti, smarriti e senza punti di riferimento. Non si tratta del desiderio del ritorno di forme educative autoritarie volte a indottrinare all'interno di un determinato modello prestabilito, ma si tratta di considerare la norma e le regole come una ricchezza, come una forma di rispetto verso altre soggettività e di conseguenza anche verso la propria soggettività. È importante considerare che da questo punto di vista la norma viene intesa come limite, e non come divieto in quanto il divieto è una mera imposizione, mentre il limite è comprendere e condividere che esistono altri bisogni oltre ai propri, e questo è indispensabile per riuscire a tollerare la frustrazione e crescere. In questa accezione il limite è dettato da una regola pensata come uno strumento che dà spazio al cambiamento dei significati.

2. Assenza di riferimenti autorevoli

- Spesso gli adulti di riferimento vivono come degli eterni Peter Pan, senza seguire delle regole e senza orientarsi verso il futuro in modo maturo e responsabile, non hanno un orizzonte di riferimento e spesso scivolano in un bieco relativismo etico e materiale dagli effetti imprevedibili, dove non esiste il giusto e lo sbagliato e dove, soprattutto, non viene riconosciuto e coltivato l'errore: tutto viene strumentalmente contestualizzato e accettato quasi senza riserve.

I genitori continuano ad avere una considerevole influenza sui figli durante l'adolescenza e risulta riduttivo e probabilmente anacronistico parlare ancora di

scontro verticale tra due pensieri forti, ossia quello dei genitori, che rappresenta la tradizione e quello dei figli, che prospetta la possibilità del superamento della società dei padri. Gli adolescenti chiedono una guida con cui confrontarsi per costruire una propria personalità; inoltre, durante le sedute, riportano a loro modo il concetto di complementarità per attitudini, vanno oltre gli stereotipi di genere degli adulti, desiderano delle risposte dai genitori e non pensano che vi siano dei valori prefissati nel paterno e nel materno, e questo vale anche per quanto concerne le regole: non hanno una visione eteronormativa della genitorialità, ritengono che l'autorevolezza di una guida non debba necessariamente caratterizzarsi in termini strettamente di genere, ma in senso più ampio di caratteristiche personali e relazionali.

I figli non chiedono competenza, chiedono che il genitore espliciti un ruolo. La competenza attiene alla conoscenza, col rischio di scivolare nella manualizzazione, ossia nella riduzione al criterio metodologico di un manuale; il ruolo genitoriale presuppone l'esercizio della funzione genitoriale, e questa si esplicita sia a livello educativo sia a livello affettivo: queste due polarità, interdipendenti fra loro, entrano quotidianamente in conflitto, e non c'è manuale che tenga. Questo genere di conflitto, oltre ad essere inevitabile e umano, può anche essere sano, perché genera una crisi, e questa, se elaborata, è sempre un'opportunità di crescita dei soggetti. I figli non cercano un genitore infallibile, ma un adulto con un sufficiente grado di consapevolezza di sé. Talvolta la paternità e la maternità non sono biologiche, ma elettive: di conseguenza, i figli riescono a individuare anche altre figure esterne alla famiglia da cui chiedere e ricevere affetti e relazioni che possano soddisfare i propri bisogni; quindi, al genitore non è richiesta una sorta di onnipotenza, è richiesto di essere un riferimento autorevole.

3. Educazione coercitiva

- La modalità educativa coercitiva è una caratteristica culturale di alcune famiglie di migranti di prima generazione, in cui gli adolescenti manifestano la volontà di allontanarsi dalla propria cultura di origine. In queste situazioni il tipico conflitto tra genitori e figli è acuito da una forte tensione inerente alla differenziazione dalla cultura di provenienza, e molto spesso il contrasto viene mitigato soltanto da un atteggiamento di finta accettazione e accondiscendenza da parte dei ragazzi e delle ragazze. Il più delle volte i genitori percepiscono la falsità dei figli accettando implicitamente una manipolazione malcelata; viene così a stabilirsi una sorta di patto silenzioso e sottinteso, in cui i genitori continuano a professare inutilmente certi principi educativi, e i figli continuano a simulare conformità e osservanza. In questo scenario, ciò che cresce e si sviluppa è solo una grave forma di incomunicabilità, un muro quasi invalicabile, che il più delle volte produce isolamento e solitudine.

4. Separazioni incompiute

- Nonostante ci sia stata una separazione, i genitori discutono, litigano, si attaccano, quindi continuano a “stare insieme”, procrastinando il processo di distacco e spesso creando un clima tossico per i figli, fino ad arrivare, nei casi estremi, a delle vere e proprie strumentalizzazioni dei figli stessi che entrano, loro malgrado, nei conflitti fra i genitori. Questo fenomeno risulta essere un vulnus particolarmente importante perché, oltre a comportare disagio e insicurezza nei figli, produce delle difficoltà nello sviluppo della personalità, con effetti che rischiano di proiettarsi nel

lungo periodo. Tali situazioni possono provocare anche problematiche sentimentali nei soggetti. Respirare un humus familiare caratterizzato da ostilità e strappi può generare delle difficoltà importanti nella costruzione di legami, può innescare nelle persone una tendenza inconscia volta a recitare dei copioni correttivi, quindi fare delle scelte sentimentali improprie per rivivere, a livello proiettivo, certi insoliti per correggerli e risolverli, oppure può portare a un totale diniego alle relazioni amorose.

5. Inversione dei ruoli

▪ A volte tra genitori e figli vi sono relazioni simmetriche, caratterizzate da una comunicazione senza filtri, da continue pressioni e richieste implicite e/o esplicite da parte dei genitori ai figli, che procurano esposizioni premature, non commisurate con il momento di crescita dei soggetti. Questo fenomeno è particolarmente presente nelle situazioni in cui vi sono genitori portatori di disagio psicopatologico e/o con problematiche legate alle dipendenze. In queste circostanze viene a crearsi un disfunzionamento delle relazioni familiari, con forti ricadute sugli aspetti di tutela psicologica dei figli. In questo tipo di relazioni vi è un rapporto invertito, in cui i figli fanno i “genitori”, e gli effetti di queste dinamiche possono portare sia a processi di iper-responsabilizzazione, sia a forme marcate di deresponsabilizzazione. Nelle condizioni in cui viene a svilupparsi una precoce maturità possono “bruciarsi” delle tappe evolutive, con lo sviluppo di una personalità volta all’estrema efficienza, a discapito dell’ascolto e all’elaborazione dei propri sentimenti. All’opposto, la mancanza di una figura adulta che eserciti una funzione genitoriale può portare allo sviluppo di una personalità sconsiderata, al rifiuto delle regole e alla trasgressione come richiesta inconscia di ricevere un contenimento e un orientamento. Sovente, in queste circostanze, possono verificarsi delle preoccupanti condotte a rischio.

6. Mancanza di empatia

▪ L’assenza di ascolto e scambio emozionale può portare a uno sviluppo soggetto a un disancoraggio tra gli aspetti cognitivi e le componenti emotive, con forti ricadute nelle relazioni sociali, in quanto può venire meno la reciprocità affettiva. Oltre a questo, si può sviluppare una forte difficoltà nel dare il giusto valore alla portata emotiva degli avvenimenti, con una tendenza a risolvere risolvere i conflitti solo attraverso i processi mentali, trascurando o escludendo i propri stati d’animo.

Conclusioni - “Ma cosa volete da me?”

“Una vita senza ricerca non è degna di essere vissuta”³.

L’espressione che dà il titolo al progetto nel tempo ha cambiato significato. Inizialmente era intesa come un’espressione provocatoria che gli adolescenti usano nei confronti delle persone che cercano di aiutarli a superare le difficoltà. Dietro a questa provocazione, che comunque sostanziava un atto di relazione, si celava un di grido di dolore, una richiesta di aiuto per fronteggiare la propria sofferenza e riuscire a trovare un po’ di serenità e di equilibrio. Adesso questa espressione vuole dire anche altro:

³ Platone *Apologia di Socrate*.399 – 388 a.C., Bompiani editore, edizione 2000, Milano

esprime la fatica di dover crescere più velocemente, significa dover diventare adulti troppo presto.

Di fronte a certe difficoltà genitoriali, molto spesso, vi è il rischio di una crescita precoce dei soggetti in fase di sviluppo, e questo può avvenire anche attraverso l'esercizio di atti professionali. Gli interventi di supporto possono tramutarsi in una sorta di contenitore della performance, in cui gli adolescenti vengono allenati per raggiungere un elevato grado di autonomia e responsabilità. Questo processo può comportare degli effetti iatrogeni: i rischi più pericolosi riguardano l'adultizzazione e lo sviluppo di un falso sé volto a difendersi, un meccanismo di difesa funzionale per la situazione contingente, ma che può avere delle importanti ricadute psicologiche inerenti allo sviluppo della personalità perché può allontanare dai reali bisogni affettivi. Lo sviluppo di un'eccessiva efficienza a discapito di altri importanti aspetti emotivi di sviluppo può bruciare delle tappe evolutive importanti, che necessiterebbero di un determinato tempo di gestazione, provocando uno sviluppo disarmonico perché poco aderente all'età cronologica del soggetto.

Nella nostra cultura sociale è ancora presente la pratica di generare figli per motivi che si allontanano molto da un reale desiderio di paternità e di maternità. Molto spesso le persone che non hanno un partner e dei figli sono percepite come soggetti incompiuti, manchevoli. In certe circostanze, concepire un figlio scaturisce dal bisogno, talvolta malcelato, se non addirittura esplicitato, di rilanciare il rapporto di coppia. In altre situazioni, ricercare un partner e dei figli è un fenomeno legato a delle paure, molto spesso percepite come inconfessabili, come quella della solitudine, e non è sconvolgente pensare che certe relazioni sentimentali si generano, si fondono e si mantengono proprio attraverso questo genere di paure.

In un quadro del genere è facile scivolare in bieche sentenze, addossando la colpa alla generazione dei genitori, ma una lettura del genere risulta essere, oltre che superficiale e semplicistica, anche forviante. Non si tratta di una caccia al colpevole: occorre ricordare che il genitore, prima ancora di essere genitore, è una persona, con le proprie capacità e con i propri limiti, talvolta con un carico pesante e complesso inerente alla propria storia familiare e al rapporto con i propri genitori. Spesso pensiamo ai nostri problemi e alle nostre difficoltà esclusivamente in termini individuali, dimenticandoci del fatto che facciamo parte di un sistema più ampio. La famiglia non è solo quella dei nostri genitori, ma anche quella che si estende almeno fino ai nostri bisnonni. Siamo parte di un tessuto le cui maglie sono strettamente intrecciate le une con le altre, e per questo siamo molto meno liberi di quello che crediamo. Vi è un condizionamento transgenerazionale, inteso come incidenza delle generazioni precedenti sulle nostre vite: a tal proposito, Murray Bowen risaliva sempre fino alla terza generazione. Oltre a questo, la realtà socio-economica circostante risulta essere sempre più complessa e frammentata, e ciò ha creato uno smarrimento piuttosto diffuso e un senso di estrema precarietà, che ha messo in crisi i nuclei familiari e l'intero sistema valoriale che, in qualche modo, faceva da riferimento e da cornice ai percorsi di crescita dei soggetti in fase di sviluppo. L'aumento della vulnerabilità sociale, la precarizzazione sempre più marcata del lavoro, l'aumento delle aspettative di vita, le donne che non hanno più un ruolo passivo e oblativo ma una personalità autonoma: tutto ciò costituisce dei

cambiamenti che creano difficoltà sociali e personali, dinnanzi alle quali le persone provano un sentimento di paura, che non porta a vivere questi cambiamenti, bensì porta a una sorta di ripiegamento, evitamento, isolamento, che spesso sfocia in un bieco individualismo. Il tema non riguarda solo le problematiche genitoriali, non è attinente solo alla sfera del rapporto genitori-figli, ma riguarda prima ancora la costruzione della nostra soggettività. Talvolta certi interventi sulla genitorialità assumono la forma di interventi residuali, perché spesso certe problematiche hanno già raggiunto un livello emergenziale, e quindi le azioni di supporto sono volte solo a contrastare la situazione contingente. Occorre fare un salto culturale, occorre riuscire ad andare oltre l'emergenza, occorre trovare lo spazio mentale per riuscire ad affiancare agli interventi che richiedono una risposta immediata degli interventi preventivi, interventi che promuovano la crescita personale, l'evoluzione dei soggetti, che orientino e che stimolino la conoscenza di sé. Per progettare delle azioni volte al rafforzamento della genitorialità è necessario uno sguardo più ampio, interdisciplinare, in cui i diversi servizi per la famiglia possano dialogare e costruire nuove sinergie. In un contesto culturale profondamente mutato, i genitori si sono impoveriti culturalmente; il termine "cultura" non deve essere inteso solo come sapere tecnico, ma nella sua accezione più ampia, come formazione dell'individuo sul piano intellettuale e morale, come capacità di sapere stare insieme, come capacità di guardarsi dentro, essere consapevoli dei nostri stati d'animo e dei nostri veri bisogni. In altri termini, è necessario promuovere una nuova cultura, occorre ripensare il concetto di evoluzione personale, perché sono proprio i ragazzi e le ragazze che lo chiedono, che desiderano avere a che fare con dei genitori, con delle persone sufficientemente mature e consapevoli.

Isacco Di Ninive sosteneva che *l'uomo che non conosce sé stesso è un uomo perduto*⁴. Probabilmente l'ideale del miglioramento di sé è anacronistico e troppo esistenzialista, ma è ciò che può ripristinare il primato dei significati, dei contenuti e dei valori (non predefiniti ma costruiti), e soprattutto può rinsaldare l'importanza di uno sguardo più lungimirante. Iniziare a fare una lettura di questo tipo significa alzare il livello della riflessione, significa smettere di scivolare su stereotipi di genere e orientamenti preconcepiuti, significa andare alla ricerca della nostra autenticità umana. Sono in corso una moltitudine di cambiamenti, e questi cambiamenti mettono a dura prova tutti, anche gli operatori che si occupano di sostegno alla famiglia, perché i presupposti di riferimento vacillano, e perché spesso il sovraccarico di lavoro e la necessità di rispondere in tempi brevi alle urgenze produce una sorta di lavoro senza pensiero. Questi cambiamenti mettono a dura prova soprattutto genitori e figli, perché viviamo tempi riassuntivi, viviamo un tempo storico che è stato denominato *L'epoca delle passioni tristi*⁵, ma può essere anche definito l'epoca della post-verità, della frenesia. Tuttavia, come ogni epoca, offre delle opportunità: la pandemia ha dimostrato che le persone sono vulnerabili, ci ha ricordato che siamo impermanenti, e questo può far nascere un pensiero nuovo, un cambiamento di prospettiva volto alla rinascita di bisogni scevri da determinati condizionamenti, volto al desiderio di ridare il primato agli affetti. È importante capire ciò che qualifica la relazione genitori-figli, ma è ancora

⁴ Chialà S. (a cura di), *Isacco di Ninive. Un umile speranza*. 1999, Qiqajon editore, Magnano (BI)

⁵ Benasayag M. - Schmit G. *L'epoca delle passioni tristi*. 2014, Feltrinelli editore, Milano

più importante capire cosa qualifica noi stessi, quali sono le nostre risorse, i nostri punti di forza e le nostre vulnerabilità. Infine, è indispensabile cercare di immaginare dove portano i passi che facciamo, per poter fare delle scelte commisurate con la nostra essenza.

BIBLIOGRAFIA

- Andolfi M.** *La terapia con la famiglia. Un approccio relazionale.* 1977, Astrolabio editore, Roma
- Bauman Z.** *Vite di corsa. Come salvarsi dalla tirannia dell'effimero.* 2019, Il Mulino editore, Bologna
- Benasayag M.** *Oltre le passioni tristi. Dalla solitudine contemporanea alla creazione condivisa.* 2015, Feltrinelli editore, edizione 2018, Milano
- Chiappero P.** *Psicoterapia e Counseling. Assonanze e distanze.* 2013, Psiconline editore, Francavilla al Mare (Ch)
- Crone E.** *Nella testa degli adolescenti. I nostri ragazzi spiegati attraverso lo studio del loro cervello.* 2008, Feltrinelli editore, edizione 2016, Milano
- Fonagy P. - Gergely G. - Jurist E.L. - Target M.** *Regolazione affettiva, mentalizzazione e sviluppo del sé.* 2002, Cortina editore, edizione 2005, Milano
- Galimberti U.** *Giovane, hai paura?* 2014, Marcianum Press editore, edizione 2020, Venezia
- Id.** *La parola ai giovani. Dialoghi con la generazione del nichilismo attivo.* 2018, Feltrinelli editore, edizione 2019, Milano
- Geldart K. - Geldart D.** *Il counseling agli adolescenti. Strategie e abilità.* 2004, Erickson editore, edizione 2016, Trento
- Ginger S. - Ginger A.** *La Gestalt. Terapia del con-tatto emotivo.* 1990, Mediterranee editore, edizione 2009, Roma
- Gurdjieff G. I.** *I racconti di Belzebù al suo piccolo nipote.* 1976, L'Ottava editore, edizione 1994, Giarre (Ct)
- Pellai A. - Tamborini B.** *Lasciatemi crescere in pace. Come vivere serenamente l'adolescenza.* 2013, Erickson editore, Trento
- Pellai A.** *Da uomo a padre.* 2019, Mondadori editore, Milano
- Pietropolli Charmet G.** *La fatica di diventare grandi. La scomparsa dei riti di passaggio.* 2014, Einaudi editore, Torino
- Rogers C.** *Psicoterapia di consultazione. Nuove idee nella pratica clinica e sociale.* 1942, Astrolabio editore, edizione 1971, Roma
- Sabbadini R.** *Manuale di counseling. Guida pratica per i professionisti.* 2009, Angeli editore, edizione 2020, Milano
- Van Der Kolk B.** *Il corpo accusa il colpo. Mente, corpo e cervello nell'elaborazione delle memorie traumatiche.* 2014, Cortina editore, edizione 2015, Milano