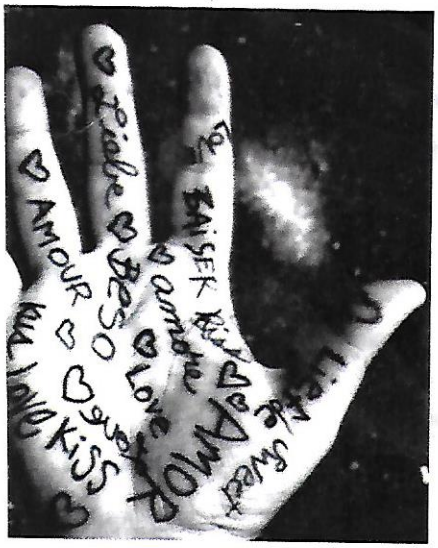
L'ascolto del disagio in adolescenza

L'adolescenza, periodo di rapide trasformazioni sul piano fisico, psicologico e relazionale rappresenta una fase particolarmente delicata dello sviluppo: molte sono le sue potenzialità e le sue risorse, ma elevato è il rischio di perturbazioni sia intrapsichiche che interpersonali.

Le espressioni del disagio adolescenziale possono essere molteplici, in relazione alle caratteristiche di personalità ed ai diversi contesti socio-familiari.

Così, se ad un estremo del continuum troviamo tutte quelle forme di reazione "internalizzate" (come depressione, disturbi d'ansia, anoressia nervosa e bulimia, etc.), all'estremo opposto vi sono le forme "esternalizzate": comportamenti che turbano gli equilibri familiari, scolastici e sociali, come il fallimento scolastico , il bullismo ,la commissione di reati o l'abuso di sostanze, che non sempre implicano nell'adolescente la consapevolezza di una sofferenza, ma costituiscono campanelli d'allarme per gli adulti che li osservano. La comprensione di queste forme di disagio è affidata a tutta una serie di fattori individuali - anche biologici - familiari e sociali: esse sono il risultato degli effetti cumulativi ed interattivi dei fattori di rischio e della crisi dei fattori protettivi, che variano in funzione del momento, della situazione e degli individui. Tutto ciò indica la necessità, di riappropriarsi di queste manifestazioni del disagio adolescenziale in un'ottica di salute mentale. La prevenzione, in questo senso, è tanto ardua quanto necessaria. In primo luogo l'adolescenza non è una malattia ma soltanto una fase evolutiva che, in virtù delle sue caratteristiche peculiari, è particolarmente esposta al rischio di perturbazioni, comunque non generalizzabili ad ogni individuo. In secondo luogo, il disagio adolescenziale si manifesta attraverso una serie di segnali che possono essere colti dalle figure di riferimento (genitori, insegnanti, etc.) ed affrontati direttamente o nelle sedi più adeguate. Per citarne solo alcuni: improvvisi cambiamenti nel ritmo sonno/veglia e nell'alimentazione, un improvviso e marcato crollo del rendimento scolastico, umore depresso, aggressività ed autolesionismo. Se non individuati per tempo o male interpretati, le difficoltà sottostanti possono accrescersi, lo sviluppo e l'integrazione sociale essere irreparabilmente compromessi. Per questo motivo la rilevazione dei segnali di disagio deve riguardare e coinvolgere ogni elemento della rete sociale ed essere multidisciplinare, comprendendo sia fattori socioculturali che psicologici, in un'ottica evolutiva. Quando la rete sociale in cui vive l'adolescente è sufficientemente sensibile ai segnali di disagio che manifesta, è possibile intervenire in suo aiuto con diverse forme di sostegno, sia specializzato (medico , neuropsichiatra, psicologo, counselor), che informale ed educativo, come quello che possono fornire genitori, insegnanti ed amici. La prevenzione è dunque possibile, a condizione che esista un sistema (familiare e sociale) attento ai segnali del disagio, ma anche capace di promuovere risorse, potenzialità, competenze: si parla oggi di abilità di vita e qualità della vita, la cui promozione contribuisce ad un armonico sviluppo personale e sociale, ma anche alla salvaguardia dei diritti umani. È necessario promuovere e valorizzare sia il ruolo della famiglia, con funzione di indirizzo, mediazione e responsabilizzazione, che quello degli organismi sociali, in particolare la scuola, nel promuovere, riconoscere, tutelare e proteggere gli adolescenti.



Virida Castelbarco-Pindemonte-Rezzonico