

5. Adolescenza e innamoramento

di Luigina Cuccini

Rivista del Servizio di sostegno pedagogico della Scuola media, no. 17, marzo 1999, pag. 37-42

Anna Freud nel suo articolo "Adolescenza" osserva, a proposito dello studio psicoanalitico dell'età adolescenziale, come *"mentre per l'infanzia ci sentiamo su un terreno sicuro e in possesso di una grande ricchezza di materiale e di informazioni che ci consente di avere una certa autorità e di applicare i risultati analitici ai problemi pratici dell'allevamento dei bambini, quando arriviamo all'adolescenza invece, ci sentiamo incerti e di conseguenza non possiamo soddisfare genitori e operatori nel campo dell'educazione che si rivolgono a noi e alle nostre conoscenze per avere aiuto"*.

Se questo era il sentimento di Anna Freud, figuratevi il mio!

Benché da allora (1957) siano stati scritti centinaia di contributi, di indirizzo psicoanalitico e non allo studio dell'età adolescenziale, pre-adolescenziale, post-adolescenziale, continuo ad avere l'impressione di muovermi su un territorio dei profili mutevoli e dai confini imprecisi. E' possibile che questa mia sensazione rifletta il sentimento di fondo che provano gli adolescenti stessi nell'attraversare quel lungo tragitto - sempre più lungo - che li porta dall'infanzia all'età adulta. Credo però che ci siano anche ragioni più oggettive: mentre la pubertà dipende da mutamenti fisiologici ben distinti e più o meno costanti nel succedersi delle generazioni, l'adolescenza non ha determinanti fisiche che ne fissino inequivocabilmente l'inizio e, soprattutto, la fine. Entrano in gioco variabili psicologiche individuali e familiari, ma anche condizionamenti economici, sociali e culturali.

L'adolescenza come età distinta, con un suo status e una sua sottocultura è in fondo un prodotto abbastanza recente della nostra società.

Questo non significa che nei tempi passati non esistessero gli adolescenti, né tantomeno quelli innamorati. La letteratura è ricca dei loro turbamenti, delle loro inquietudini: pensiamo alla drammatica vicenda d'amore e morte di Romeo e Giulietta; al "farfallone amoroso" Cherubino, innamorato dell'amore; al giovane Werther con i suoi dolori e all'altrettanto giovane Torless, con la sua *"sensualità segreta, malinconica, senza soggetto, ancora non relata a nessuno..."* o, ancora, al pastorello del "Racconto d'estate", al quale Shakespeare fa dire: *"Vorrei che non ci fosse età di mezzo fra i dieci e i ventitré anni, o che la gioventù dormisse per questo intervallo, perché non c'è nulla in tutto codesto tempo se non ingravidare ragazze, vilipendere gli anziani, rubare e darsi l'un l'altro legnate"*.

Conflitti, ansie, dolori, eccitamenti non sono quindi una prerogativa dei ragazzi di oggi e nemmeno, in fondo, dell'età adolescenziale propriamente detta. In adolescenza possono raggiungere proporzioni e intensità destabilizzanti, ma in una certa misura esistevano anche prima. Sono nei loro ingredienti di base, fenomeni che si presentano e ripresentano in tutto il corso della nostra esistenza, che fanno parte del nostro processo di crescita. Mi riferisco soprattutto alla costellazione emotiva che accompagna il percorso evolutivo chiamato di separazione-individuazione, percorso che ci porta dal rapporto simbiotico con la madre nei primissimi mesi di vita alla capacità di percepirci come individui separati e autonomi, di vivere in modo sufficientemente indipendente dalle nostre più importanti figure di attaccamento, in genere padre e madre.

Così, se il motivo conduttore di questa relazione sarà costituito dall'innamoramento negli adolescenti, il controcanto sarà il formato dal procedere e intrecciarsi in esso della

formazione della propria identità e della capacità di funzionare in modo sempre più autonomo.

Il mantenere costantemente aggiornata la nostra identità, forgiandola e rimodellandola nel corso dei cambiamenti esterni e interni, corporei e psichici, è un compito che ci tocca assolvere dalla nascita alla morte, o almeno fino a che disponiamo di un cervello capaci di farlo.

Intendo per identità quell'insieme di rappresentazioni mentali che contengono la nostra biografia, chi siamo e cosa facciamo, come siamo, con chi e come siamo in rapporto, cosa siamo stati, come vorremmo essere in futuro.... E' un dossier aggiornato istante per istante, che consultiamo in continuazione, che ci permette di riconoscerci in ogni momento anche nei cambiamenti. Questo insieme di rappresentazioni di noi stessi, compresa quella del nostro corpo in ogni suo stato e movimento, è sempre presente nella nostra mente, ne siamo o no consapevoli, ed è un ancoraggio irrinunciabile per i nostri sentimenti di sicurezza.

Nel periodo puberale e adolescenziale questo lavoro di mantenimento della propria identità nel cambiamento diviene particolarmente arduo. Il corpo cambia in modo drammatico, diviene sempre più visibilmente sessuato e perfino in grado di procreare; gli impulsi sessuali e quelli aggressivi si fanno sentire più forti che mai e l'adolescente deve riuscire a integrare questo nuovo corpo, questi nuovi impulsi con tutte le emozioni che ne derivano nelle rappresentazioni di sé con cui era familiarizzato. E non è solo il corpo a cambiare. Il pensiero diviene capace di spaziare nell'astratto, nell'ipotetico, e anche di riflettere su se stesso. L'adolescente è in grado di vedere con occhi nuovi non solo se stesso, ma anche gli altri. E questo comporta profonde modificazioni nelle rappresentazioni non solo di sé, bensì anche delle persone con cui vive e di tutta la rete di relazioni che intrattiene con esse.

In parole povere, il suo mondo dell'infanzia, quello esterno e quello interno, deve essere abbandonato per far spazio a qualcosa di nuovo che egli non sa ancora bene cos'è. Tutto ciò non può avvenire senza sentimenti di smarrimento, di confusione, di paura e di dolore. La rapidità con cui verranno via via raggiunti i nuovi adattamenti, la loro forma, la loro tenuta dipenderanno sia dalle circostanze attuali più o meno facilitanti, sia e soprattutto dalla consistenza del cammino percorso fino a quel momento.

Anche l'innamoramento, come altre esperienze, può destabilizzare temporaneamente l'adolescente, ma può anche mettersi al servizio della sua crescita, della separazione dal mondo infantile.

Vediamo due ragazzine, che chiameremo **Maria** e **Francesca**, alle prese con il loro primo tentativo di innamoramento. Tredicenni, molto timide, amiche esclusive fin dalle elementari, sempre riluttanti a legare con altri coetanei. Da qualche tempo però c'è una novità: Maria si è innamorata di Carlo, un bulletto di una classe più avanti, che lei esalta dipingendolo a tinte fosche degne di un film sul padrino mafioso. Lei, sempre così schiva, ora si atteggia a donna del capo, ma anche ad eroina che si sacrificherà per redimerlo. Francesca è scombussolata. E' eccitata dalle avventure che le narra l'amica, ma nel contempo si sente tradita. Nel loro rapporto così esclusivo si è infilato questo Carlo, ormai non si parla che di lui. Confida la sua delusione a una compagna e inizia a condividere con lei una cotta per Di Caprio, vanno insieme tre volte a vedere Titanic, collezionano cimeli dell'idolo....

L'innamoramento di Maria, come abbiamo visto, svolge più di una funzione. Maria prova, soprattutto in fantasia e quindi ben protetta, a rapportarsi con un maschio che non sia di casa, anzi, il più maschio possibile, prepotente e trasgressivo. Detto fra noi. Carlo è un simpatico ragazzino che ha ben poco da spartire col ritratto che se ne fa Maria; è

vivacissimo e un po' manesco, sempre il primo nel trascinare gli altri in qualche birichinata, ma niente di più; è lusingato dalle attenzioni di Maria, ma se ne vergogna terribilmente di fronte ai compagni che ovviamente lo sottono e inizia a darsela a gambe ogni volta che lei gli si avvicina.

Ma torniamo a Maria. Questa prima cotta le permette di provare molti modi di essere, quasi come fa con i suoi abiti per vedere quale le sta meglio addosso, di sperimentare emozioni ed eccitamenti nuovi senza spaventarsene troppo. Ha anche avuto la funzione di introdurre nel rapporto ormai troppo stretto fra le due amichette dei personaggi nuovi. Sull'onda della cotta di Maria, Francesca si sta aprendo a nuove amicizie, comincia anche lei a sognare a occhi aperti avventure d'amore.

Vediamo un altro esempio.

Angela, diciassette anni, figlia unica, brava a scuola, attaccatissima ai suoi genitori e alla sua casa che sono stati fino a questo momento al centro del suo mondo. Si innamora per la prima volta, a parte una cotta platonica per un professore, di Antonio, diciannovenne, ed inizia ad avere una storia con lui. Antonio sembra il suo esatto contrario: non studia, l'anno scorso si è fatto bocciare, è sempre in giro, ha già avuto rapporti sessuali con molte ragazze e non disdegna di farsi qualche spinello. E' anche, o fa di tutto per sembrarlo, presuntuoso e arrogante, ma Angela sembra non curarsene. Dice di amarlo e ammirarlo soprattutto per la sua capacità di vivere libero, fuori dagli schemi. Angela, nei suoi tentativi di staccarsi dal suo mondo infantile, vede in Antonio quello che lei vorrebbe essere, o che pensa dovrebbe essere. Lo idealizza. Legge come libertà la sua solitudine, come capacità di vivere fuori dagli schemi la sua difficoltà a instaurare rapporti significativi e duraturi. E' innamorata del ragazzo che lei pensa e vuole che sia, non di quello che realmente è. Se l'amore è cieco, l'innamoramento è anche sordo, visto che i genitori e le amiche glielo dicono e ripetono che Antonio non è il ragazzo che lei crede.

D'altra parte, se non fosse cieco e sordo non sarebbe innamoramento.

Non è stato detto da Freud che l'innamoramento è una psicosi temporanea? E non si dice anche comunemente di una persona innamorata, adolescente, adulta, anziana che sia, che *"ha perso la testa per ..."*?

Prendiamo dalla letteratura un altro esempio di innamoramento che non ha per soggetto un adolescente, e vedremo come nei suoi elementi costitutivi il fenomeno non cambia. Il protagonista di *"Un amore"*, romanzo vagamente autobiografico di Buzzati, è un cinquantenne innamorato di una giovanissima prostituta che lo tiene in pugno dentro un castello di bugie e che lui continua ostinatamente a idealizzare: *"Come era vera, come era genuina, come era bella (...) l'incarnazione di... tutto quello che lui finora non ha avuto e finora idiotamente disprezzava"*. E' una specie di stregoneria che lo tiene prigioniero, gli fa vivere le pene dell'inferno.

"Anche a cinquant'anni si può essere bambini, esattamente deboli, smarriti e spaventati come il bambino che si è perso nel buio della selva..." Ma gli fa anche dimenticare *"una cosa così importante, la più importante di tutte le cose... sì, per quasi due anni l'amore aveva fatto completamente dimenticare che esisteva la morte... a lui che ne aveva sempre avuto l'ossessione nel sangue... tanta era la forza dell'amore"*.

Forse la differenza fra l'innamoramento dell'adolescente e quello che appartiene ad altre fasi della vita sta solo nel fatto che il primo può essere funzionale al processo di separazione dai genitori in carne e ossa, oltre che dalle rappresentazioni che ci portiamo dentro, vale a dire può coinvolgere i genitori come persone reali che proveranno a loro volta emozioni, sentimenti, turbamenti con le conseguenti reazioni, come vedremo più avanti.

Proviamo a guardarlo un po' dall'interno, l'innamoramento adolescenziale. Vi troviamo il desiderio di avvicinarsi all'altro sesso, di scoprirlo, ma anche molta paura di farlo: come sarà questo estraneo, cosa penserà, quali saranno le sue reazioni, potrò fidarmi o no... Vi troviamo un impellente bisogno di sperimentare nuovi modi di essere e di sentire. E anche la necessità, per crescere, di spostare i bisogni di vicinanza, di appartenenza, di dipendenza su qualcuno che non sia la madre o il padre e di coinvolgersi in un legame amoroso con qualcuno che non sia più il genitore dell'altro sesso, come era accaduto negli anni dell'infanzia.

Ma vi troviamo soprattutto un grande bisogno di colmare il vuoto lasciato dalla presa di distanza dai genitori attraverso un rapporto intenso, totale, quasi di fusione con un'altra persona; fusione che dovrebbe annullare, appunto, il sentimento di dolore e talora di depressione che accompagna la consapevolezza di essere separati, soli, confusi persino rispetto ai propri confini, sostituendolo con l'intenso eccitamento che si accompagna al sentirsi tutt'uno con l'altro. D'altro canto, però, tutto questo non può suscitare anche paura. Forse è per questa ragione che l'innamoramento è sorretto soprattutto da una forma di pensiero primitivo, magico, irrazionale, contraddistinto da modalità di vivere e interpretare la realtà utilizzate negli anni dell'infanzia. Si coglie dell'altro un qualche segnale, una qualche caratteristica che si presta a proiettarci sopra, proprio come una pellicola su uno schermo, tutto un complesso di immagini già pronte dentro di sé ed ecco che l'altro non è più un estraneo, è uno che pensa, sente, vede come se si fosse un'unica persona. E' stato trasformato in un essere dotato proprio di quelle caratteristiche ideali che venivano cercate. Una specie di distorsione percettiva, insomma. Dice una poesia orientale: *"Era così grande il mio desiderio di primavera che ho scambiato gli ultimi fiocchi di neve per fiori di pruno..."*

Ecco, fintanto che l'illusione tiene, ci si può sentire presi, fusi e confusi senza più alcun timore. Quel che più conta, è che in tal modo non ci si sente più soli, smarriti, staccati dai più antichi oggetti d'amore, si è con "l'altro". E questo, come già detto, può sorreggere l'adolescente nel progressivo doloroso abbandono del suo corpo infantile, del suo modo di sentire e vedere infantile, delle sue relazioni infantili.

Quando l'esame di realtà prenderà il sopravvento l'illusoria costruzione con tutti i violenti turbamenti che l'hanno colorata di tinte tanto passionali probabilmente svanirà come una bolla di sapone. Può darsi che se ne involi subito un'altra a prenderne il posto, e poi un'altra ancora... Fino a che l'adolescente non sarà pronto per una scelta amorosa più duratura che potrà anche portarlo a fondare una famiglia. A quel punto l'innamoramento non sarà più una bolla di sapone, ma anche l'innamorato non sarà più un adolescente.

Ancora una volta, oltre alle circostanze attuali più o meno favorevoli, saranno la forza e la qualità dei suoi attaccamenti, l'efficacia delle relazioni che l'adolescente è in grado di stabilire con se stesso e con gli altri, il grado di tenuta dei suoi sentimenti di fiducia e sicurezza, la sua capacità o meno di tollerare le inevitabili dolorose disillusioni che segneranno il percorso di marcia verso questo obiettivo.

Nel frattempo, come abbiamo visto, i ragazzini si impegnano in sperimentazioni di sé e dell'altro che permetteranno loro di definirsi meglio anche nella loro identità sessuale.

Nell'innamoramento l'aspetto sessuale non gioca in genere un ruolo di spicco. Ci possono essere innamoramenti appassionati e del tutto platonici, così come si può provare una forte attrazione sessuale senza essere per nulla innamorati. Vi sono adolescenti che fantasticano avventure sessuali di ogni tipo e cercano in tal modo sia di gestire impulsi e desideri sia di osservarsi alle prese con la propria e altrui sessualità ben protetti dalla

consapevolezza che tanto si tratta solo di fantasie. Fantasie che tuttavia possono a volte divenire così intense e intollerabili da spaventare l'adolescente. Vi sono però anche adolescenti, come il ragazzo di Angela, che, al contrario, di fantasie non ne fanno proprio. Si buttano nell'atto sessuale con sentimenti tipo "*tolto il dente, tolto il dolore... è fatta, sono grande... funziono bene... non c'è più motivo di essere spaventati...*".

Come può essere eccessivo e poco stimolante per la crescita il prolungarsi negli anni di avventure solo in fantasia e basta, di amori solo platonici e basta o addirittura l'assenza anche di tutto questo, così è eccessivo che l'adolescente passi da un rapporto sessuale all'altro, da un partner sessuale all'altro. Può essere espressione di una fuga nell'azione per non affrontare un problema, per non pensare, per non sentire dolore. Anche questo non va nella direzione della crescita. Le componenti emotive del rapporto con se stesso e l'altro non compaiono o restano inascoltate, il corpo corre troppo e la mente non riesce a tenergli dietro.

L'adolescente può non riuscire a utilizzare questo eccesso di esperienze per progredire nel percorso di separazione-individuazione di cui abbiamo parlato. Forse può soltanto, al momento, sentire meno il dolore di crescere.

E i genitori? Quando dicevo più sopra che il processo di separazione-individuazione si propone e ripropone come compito evolutivo lungo tutta la nostra vita intendevo includervi anche quello che devono affrontare i genitori degli adolescenti.

Vediamoli un po' più da vicino. I genitori di Maria e Francesca guardano con un misto di stupore, divertimento, tenerezza e sospetto il cambiamento delle ragazzine. Si sentono un po' esclusi da quando la porta della loro stanza si apre solo per i frequenti rifornimenti dal frigorifero; si sentono un po' irritati dalla comparsa di posters, magliette, CD, diari, che ormai hanno coperto di orsacchiotti e tappezzeria a nuvolette, ma nel complesso lasciano fare.

I genitori di Angela sono frastornati, spaventati, non sanno più che pesci pigliare.

Se le impediscono di uscire con Antonio, sta in casa ma non studia e si aggira con l'aria di un fantasma; se la lasciano uscire sono terrorizzati dai rischi che può correre. Il loro potere di convincimento, i metodi che avevano utilizzato con lei fino ad allora non fanno più alcuna presa su di lei. Sono anche visibilmente arrabbiati. Per la prima volta in molti anni Angela si rifiuta di andare al tennis con il padre, che si sente abbandonato e tradito. E adesso con chi giocherà? Sua moglie è pigra e troppo vecchia per queste cose (ha la sua stessa età...). La madre è stanca; aveva creduto di potersi dedicare di più al lavoro, con la figlia ormai grande, e invece le tocca impegnarsi con lei come quando era piccola e anche peggio.

Credo che questo basti per esemplificare quanto il cambiamento di un adolescente possa richiedere un cambiamento nelle dinamiche familiari. L'adolescente, innamorato o no, mette in crisi il ruolo dei genitori, che devono passare dall'essere e sentirsi genitori di un bambino a essere e sentirsi genitori di un ragazzino e poi di un quasi adulto. Ma mette in crisi i genitori anche più profondamente, nella loro stessa identità di persone che avanzano verso un nuovo stadio della loro vita. Si impongono dei cambiamenti nel loro mondo interno oltre che nella famiglia. Anch'essi devono separarsi, oltre che da un figlio che diviene fisicamente sempre meno presente e dipendente, da rappresentazioni ormai superate di se stessi, del figlio, delle reciproche relazioni per trovarne di nuove, più corrispondenti alla realtà del momento, e anche questa separazione può essere causa di molto dolore. Può anche indurre a cercare di frenare, talora in modo brusco e rischioso. Per mantenere la giusta distanza generazionale si impone infatti che essi stessi facciano nuovi passi maturativi: da giovani genitori di bambini, occorre che imparino a vedersi un

po' meno giovani genitori di ragazzi che ormai possono essere alti quanto loro o di più, belli quanto loro o di più, intelligenti quanto loro o di più...
E che sono pure capaci di innamorarsi e di far innamorare di sé!

Anche i genitori, pertanto, possono sentirsi confusi, vuoti, soli. E lungo la via che li condurrà a una ridefinizione della loro identità di genitori e di persone possono a loro volta provare momenti di disequilibrio prima di trovare nuovi adattamenti.

Può accadere, per esempio, che l'innamoramento di un figlio risvegli le tracce degli amori adolescenziali dei genitori stessi, con tutta la costellazione emotiva che li aveva accompagnati. I genitori possono in tal modo identificarsi con il figlio comprendendo meglio i suoi vissuti, ma possono anche confondersi con lui vivendo il suo innamoramento come fosse il proprio, o innamorandosi a loro volta. Certo prendere le giuste distanze è difficile. E' difficile anche accettare che il figlio o la figlia siano tanto più giovani, più vitali, più attraenti.

Può venire la tentazione di competere con loro, vestirsi come loro, condividere quel loro mondo che fa sentire vecchi tutti quelli che ne sono esclusi. Questo potrebbe rimandare a un dopo il dolore della separazione e crescita, ma creerebbe ancor più confusione: una mamma troppo amica o un padre troppo compagno rischiano di essere troppo poco genitori. Se i genitori non mostrano ai figli che è possibile tollerare il dolore per l'abbandono della propria giovinezza non insegnano loro ad abbandonare la loro infanzia. Se non mostrano loro che è possibile modificarsi pur rimanendo sostanzialmente coerenti con se stessi e il proprio ruolo di genitori non li aiutano a trovare a loro volta nuovi adattamenti.

Vorrei finire prendendo a prestito da J. Sandler, professore di psicoanalisi all'Università di Londra, una storiella ebraica con la quale, introducendo la sua relazione "*Brevi note sull'amore*", egli vuol illustrare la difficoltà a parlare dell'argomento. La storiella racconta di un giovane che, desideroso di sposarsi ma troppo timido, si rivolge a un sensale di matrimoni, il quale gli combina un incontro al ristorante con una possibile sposa. Il giovane, spaventatissimo, gli domanda di che potrà mai parlare e riceve il consiglio di parlare soprattutto d'amore, avvicinandosi però all'argomento con gradualità: avrebbe prima potuto parlare di cibo, poi di famiglia, e infine d'amore. Forte di questo consiglio il giovane affronta l'incontro con la potenziale sposa e facendo appello a tutto il suo coraggio le domanda. "*Le piace la minestra di pollo?*" "*Si, mi piace*" risponde lei. Questo per il cibo, pensa lui. Ora la famiglia: "*Ha qualche fratello o sorella?*", "*Ho un fratello*", dice lei. A quel punto era giunto il momento della spinosa questione dell'amore. Cosa dire mai? Con repentina ispirazione il giovane chiede: "*Suo fratello ama la minestra di pollo?*"

Ebbene, spero di non aver fatto oggi con voi la stessa cosa!