

QUANDO LE REGOLE SI ASSOCIANO AL PIACERE

"PREADOLESCENZA E SESSUALITÀ": SENTIMENTI, GESTI, PENSIERI, PAROLE... IL RUOLO DEI GENITORI"

Laboratorio per genitori dei ragazzi frequentanti la scuola secondaria inferiore

Conduttrice: dott. Claudia Faccin

La sessualità è impulso a "conoscere" il mondo.

Nel corso dell'adolescenza, grazie alla carica ormonale e alla grande curiosità propria dell'età, si entra nella sessualità interrogandosi su che cosa succederà, che uomini e donne si diventerà, che cosa si proverà, che cosa sarà importante, quali saranno le tappe da rispettare e così via.

Il percorso dell'adolescente dovrebbe andare dalla curiosità alla consapevolezza, per trovare una nuova immagine di sé, per conseguire un giusto equilibrio fra libertà personale e relazioni più intime.

In questo percorso dell'adolescente ci si chiede se la famiglia costituisca ancora un punto di riferimento e, se la risposta è affermativa, in quale modo essa possa espletare questo delicato compito, talvolta contrastando il senso di inadeguatezza e/o impotenza che può emergere nel confronto quotidiano con il ruolo spesso "ingombrante" dei messaggi che provengono dal mondo esterno.

Il laboratorio incentrato su questo tema si proponeva di fornire un'occasione di riflessione sulla propria storia emotivo-affettiva e sessuale, un "recupero" della propria esperienza personale di adolescenti ed uno sguardo a quella attuale con i propri figli, al fine di acquisire maggior consapevolezza dei propri atteggiamenti, delle proprie risorse, spesso sottovalutate, dei propri valori ed anche di quei nodi problematici ed interrogativi aperti che ognuno porta con sé.

Inoltre si è cercato di approfondire i temi maggiormente connessi con l'educazione sessuale ed affettiva, come le diverse dimensioni della sessualità, i messaggi provenienti dalla famiglia e dalla società su questo tema e sui ruoli di genere in particolare, la relazione amorosa in adolescenza. In conclusione, ultimo ma non in ordine di importanza, si è affrontato il tema di come parlare e più in generale comunicare con in figli circa l'affettività e la sessualità.

Le problematiche maggiormente sentite dai genitori sono connesse con il disorientamento provocato dalla conflittualità a volte accesa e dalla fatica nel gestire un atteggiamento di chiusura dell'adolescente, che emergono in questa fase di vita con i propri figli. Risulta difficile vivere questi aspetti in modo costruttivo, nel desiderio di essere protettivi, di evitare esperienze che si valutano come potenzialmente dannose, senza diventare un ostacolo o addirittura "castranti" nei confronti della spinta alla conoscenza e alla crescita.

Quanto stare vicini e quanto rispettare il bisogno di intimità e riservatezza che i ragazzi esprimono, a parole o con il comportamento, ovvero come trovare una giusta distanza nel momento in cui, spesso a malincuore e con fatica, si scopre che i propri figli non sono più dei bambini: questo è un nodo su cui ci si imbatte sovente e che in qualche modo funge da filo conduttore nel rapporto con gli adolescenti.

I tentativi che si mettono in atto per cercare di uscire da questa situazione spesso consistono in posizioni che tendono a negare o comunque procrastinare il riconoscimento della crescita dei ragazzi. Si tende a vederli sempre troppo piccoli, immaturi oppure pericolosamente precoci. Si "fruga" curiosi e preoccupati fra le pieghe della loro vita a cui si sente ora negato l'accesso e si reagisce con ansia, spesso spropositata, a tutti quei segni di curiosità ed interesse verso la sessualità che i figli dimostrano.

D'altra parte la nostra esperienza di adolescenti è stata spesso contrassegnata da silenzi, informazioni parziali, delusioni sul piano relazionale, trasmissione esplicita o meno di tabù, imbarazzo, sentimenti di vergogna e disagio, più raramente è fatta anche di dialogo con figure di riferimento e vissuti di gioia ed orgoglio per la nuova maturità conseguita.

Le esperienze che riconosciamo esserci state d'aiuto in questa fase di vita hanno come unico filo conduttore la possibilità di dire, di esprimere i propri dubbi, le domande, le emozioni che via via si sperimentavano, possibilità di dire che esiste nel momento in cui chi ascolta si preoccupa di accogliere prima di emettere qualsiasi giudizio. Malgrado ciò il più delle volte con i nostri figli prevalgono atteggiamenti spesso controproducenti, dove il rischio di far agire i nostri timori è sempre in agguato, un reale ostacolo alla possibilità di essere una presenza rasserenante e facilitante nella loro ricerca di una propria identità di giovani uomini e donne. Le emozioni dei genitori sono infatti costituite da ambivalenza verso la crescita, difficoltà a mollare il controllo, imbarazzo nella comunicazione, ansie e paura della perdita di un rapporto che fino a questo momento è stato impegnativo ma altrettanto pieno e gratificante, se non addirittura esclusivo.

Accettare la crescita dei figli significa prendere atto della fine della nostra giovinezza e affrontare una nuova fase anche come coppia, finora assorbita principalmente nel compito genitoriale e pertanto a volte anche imbarazzata dalle nuove occasioni di intimità.

Inoltre è necessario arginare il nostro bisogno di controllo, che abbiamo visto manifestarsi spesso sotto forma di ansia e prospettazione di scenari catastrofici, molte volte in contrasto con le nostre stesse esperienze e frutto casomai di preconcetti ed incapacità di dare ai figli quella fiducia che tanto si auspica (ma se non li facciamo provare un po' alla volta, con il nostro supporto, speriamo forse ce la facciano serenamente una volta raggiunta la maggiore età? E con quali mezzi ci immaginiamo possano farlo?).

Risulta difficile ma indispensabile imparare a rispettare i tempi e gli spazi dei ragazzi, così come è doloroso constatare di non essere più il centro del loro mondo, non più nella possibilità di una condivisione completa ed esclusiva perché altre relazioni, quelle con i coetanei, diventano il "campo" privilegiato in cui i ragazzi si rispecchiano e confrontano e dove ripongono gran parte delle proprie energie affettive.

Le relazioni di amicizia, nelle forme più intime del rapporto a due (l'amico/a del cuore) o più estese (il gruppo dei coetanei, omogeneo o misto per genere), offrono all'adolescente quel territorio di transizione tra la dipendenza del bambino e l'autonomia dell'adulto, lo traghettano nell'esperienza complessa della ricerca e costruzione della propria identità. L'adulto oscilla fra posizioni estreme che comprendono il bisogno di essere presente e vigile in ogni passaggio e la tentazione di abdicare di fronte ad una presunta autonomia del ragazzo e all'impotenza esperita davanti alle chiusure a volte nette con cui si scontra.

L'esperienza della scoperta sessualità, del corpo che cambia, della seduzione, comporta una serie di esperimenti, di momenti di prova quali le cotte, i primi passi nella coppia, e sentimenti opposti quali la paura di essere inadeguati, il timore del rifiuto, l'esaltazione e l'entusiasmo della scoperta e la sofferenza acuta delle prime delusioni.

Si tratta il più delle volte di esperienze sane, dove i ragazzi hanno bisogno di mettersi alla prova e rispetto le quali l'aiuto più efficace è di solito costituito dal saper assistere senza farsi travolgere dall'ansia, dal poter "reggere" l'incertezza del momento, dal trasmettere messaggi positivi: *"So che meriti fiducia, ... credo nella tua capacità di giudizio ... e se avrai bisogno io sono qui"*.

Al contrario minimizzare i loro sentimenti, banalizzarne la loro esperienza o passare a drastici divieti e catastrofiche premonizioni (*"Finirà presto, ti farà soffrire ... e allora vedrai ..."*) non serve, può solo allontanare ancora di più l'adolescente, che si ritroverà in quel caso da

solo e con ancora deboli risorse a fronteggiare gli imprevisti che possono affacciarsi, se non indurlo ad abbandonare e rinunciare alla propria crescita perché spaventato ed insicuro. Come genitori non è affatto semplice riconoscere questo tipo di rischio, a volte sembra addirittura una condizione desiderabile, la soluzione che permette di allontanare i pericoli che temiamo. Anche questo è un motivo valido per prendere contatto con le nostre emozioni e con l'esperienza che abbiamo a suo tempo vissuto e renderle una risorsa, soprattutto se questo avviene in un sereno confronto con altri genitori.

Relativamente al problema di quando e come parlare con i figli di sessualità e rapporti affettivi, si riscontra la tendenza da parte dei genitori a valutare i tempi quasi sempre prematuri, come se si dovesse attendere il momento che si immagina idealmente adeguato per affrontare questo tipo di esperienza.

Quando sia questo momento esattamente non è possibile e non ha senso definirlo; ciò che importa è che "non dire" non protegge dai rischi e non difende nell'esperienza, anzi può consegnare più facilmente i ragazzi ad esperienze precoci, non consapevoli, dettate dalla curiosità, dal bisogno di dimostrarsi "grandi", di compiacere ed aderire a modelli che attingono dall'esterno e di cui possono subire il fascino.

E' preferibile parlarne per tempo, quando si colgono i primi segnali che magari ci allarmano, aiutare il ragazzo a dare un significato alle proprie emozioni e a decodificare ciò che gli accade.

In che modo farlo, con quali parole? Come i nostri genitori con noi a suo tempo possiamo essere tentati di farlo in modo stentato, usando incomprensibili metafore e giri di parole, quasi che a nominarle certe parole significasse indurre in tentazione o autorizzare a fare.

La comunicazione deve essere chiara, onesta, semplice, fatta delle parole che conosciamo. Molto spesso i genitori si dichiarano inadeguati, temono di non avere sufficienti conoscenze e di non possedere un linguaggio scientificamente appropriato. Forse in molti casi questa ammissione di difficoltà è connessa con il naturale pudore che tali tematiche evocano a tutti, sicuramente non è il linguaggio scientifico che permette la migliore comunicazione in proposito e non è un esperto in materia la soluzione maggiormente rispondente ai bisogni più profondi di un figlio adolescente.

Le parole della sessualità, dell'affettività, dell'amore più adatte sono quelle semplici e familiari dei propri genitori. Altrettanto importanti sono i gesti che i ragazzi ricevono e vedono nell'esempio degli stessi, di cui sono attentissimi osservatori fin dalla più tenera età.

Sono questi gesti e queste parole che i ragazzi potranno portarsi dentro come la preziosa ed insostituibile eredità che noi in quanto uomini e donne, e non solo genitori, abbiamo saputo e potuto dargli.