

## **Giovani adulti, famiglie e compiti evolutivi**

Il passaggio all'età adulta negli ultimi anni ha subito una forte decelerazione e ciò ha portato al crearsi di diversi ed ulteriori stadi del ciclo vitale sia per l'individuo sia per la famiglia (in tal senso Scabini e Donati parlano di "famiglia lunga del giovane adulto").

Adolescenza, tarda adolescenza, giovinezza, dimensione di giovane adulto per arrivare alla realtà dell'adulto consapevole: passaggi dove il confine tra le diverse tappe non sempre è facile stabilire dentro ognuno di noi. Bella la metafora del viaggio in mare con cui J. Conrad s "l'adolescenza (è) come il periodo in cui ciascuno costruisce la propria nave; la tarda adolescenza come il momento in cui, ultimata la nave, si procede ai preparativi per la partenza facendo i rifornimenti necessari al viaggio, scegliendo la rotta da seguire e l'equipaggio; l'età adulta come il momento di inizio del viaggio e il levare le ancore".

Nella nuova categoria sociale per l'appunto del "giovane adulto" sono inseriti molti ragazzi che attraversano un periodo della loro vita in cui non si sentono più adolescenti ma, nello stesso tempo, non riescono a considerarsi adulti a tutti gli effetti, e ciò perchè non hanno raggiunto quella emancipazione economica e quella autonomia che sono necessarie per sentirsi indipendenti dalla famiglia d'origine. Il cantante Jovanotti canta "...Vorrei passare dai dieci ai trenta per non subire questa tortura, il primo amore, la prima casa, dover vestire quest'armatura, il primo amico che ti tradisce o che magari tradisci tu, il primo treno che non ci sali e che magari non torna più.....".

E' evidente che ogni fase del ciclo vitale comporta compiti evolutivi. Anche quella che viene definita "tarda adolescenza" presuppone alcune conquiste e responsabilità che per l'individuo sono di transito verso l'indipendenza e l'autonomia. Sintetizzando, gli elementi importanti per la costruzione e il mantenimento del processo di responsabilizzazione sono essenzialmente tre, riconducibili sia all'individuazione e separazione dai genitori; sia al vivere la relazione a due in cui poter sperimentare una appartenenza diversa e nuova; sia impegnarsi nel faticoso "cosa farò da grande". Spesso questo viaggio verso l'età adulta frena, spaventa il giovane che lo vede come faticoso e lontano. Un ruolo importante ha la famiglia nello svincolo e raggiungimento di un buon grado di autonomia. La famiglia, a seconda dei diversi stadi del ciclo vitale, deve saper adattare le regole e le relazioni interne. In base alle varie fasi evolutive della crescita del giovane si modificano i confini tra i componenti, le distanze e vicinanze emotive, si inseriscono nuovi ruoli e nuove funzionalità interne.

Si rivolgono alla psicoterapia sempre più giovani con difficoltà a svincolarsi dalla propria famiglia d'origine (e viceversa), in trappola ma anche partecipi di copioni o di giochi relazionali da attribuire a fasi precedenti del loro sviluppo e del loro sistema familiare. Queste difficoltà possono portare all'espressione di comportamenti sintomatici che fanno emergere la rigidità della struttura delle relazioni familiari di cui il giovane si fa inconsapevole portavoce con stati depressivi, fobie, paranoie, disturbi dell'alimentazione o forti difficoltà nei rapporti interpersonali e sentimentali.

Nell'avviare il percorso terapeutico non si deve però puntare sulle espressioni sintomatiche come se queste fossero il problema, ma sul dare voce a quello che implicitamente essi maneggiano e veicolano: le difficoltà di svincolo nella relazione genitori-figli.

Per il giovane adulto i genitori devono continuare ad essere una "base sicura", così come il figlio sarà un importante riferimento relazionale. E' importante che il tutto non diventi una pericolosa trappola in cui si inserisce il "non poter fare a meno di". In questa dimensione non c'è possibilità di libero pensiero ed azione in quanto il sintomo deve mantenere gli equilibri familiari. Non ci sono esperienze giuste o solo sbagliate. Bisognerà proseguire anche per prove ed errori e la consapevolezza di poterlo fare sarà già un passaggio importante per una corretta autonomia e senso di sé.

Gennaio 2010

Dott.sa Stefania Martina