Spunti di PSICOPEDAGOGIA della ADOLESCENZA

per animatori sportivi

Giuseppina Teruggi

2

P. G. S.
POLISPORTIVE GIOVANILI SALESIANE

21

Spunti di PSICOPEDAGOGIA della ADOLESCENZA

per animatori sportivi

Giuseppina Teruggi

Pubblicazione a cura dell'Ufficio Stampa PGS Il 7 settembre 1978 si è chiuso a Pallanza nella ormai tradizionale sede del Collegio « S. Maria », il 20° Campo scuola nazionale per la qualificazione di animatori e tecnici sportivi delle PGS.

Sette anni di Campi Scuola: dal '72 al '78, in sedi sparse per tutta la nostra Italia: oltre 1.300 Operatori Sportivi partecipanti. Campi scuola per animatori sportivi, per tecnici di pallacanestro - pallavolo - calcio e un Campo di aggiornamento per Insegnanti di Educazione Fisica. Due stage per Istruttori di Pattinaggio.

* * *

Una delle carenze più evidenti dello sport italiano è quella di qualificati operatori sportivi a tutti i livelli. Per questo, impegno prioritario del PGS è la formazione, la qualificazione e l'aggiornamento dei propri operatori sportivi.

* * *

Per chi intende lo sport come componente di un progetto educativo e di socializzazione è evidente che occorre una adeguata qualificazione per chi intende operare in questo settore, ben lontani da certe improvvisazioni e velleitarismi di un ambiente sportivo ormai sorpassato.

k * *

Sette anni sono stati impegnati in Campi Scuola che non avevano schemi fissi, programmi già delineati, mete precise a cui tendere.

Ma la sensibilità alla mutata valutazione dello sport, l'attenzione ai problemi reali del mondo sportivo giovanile, l'esperienza continua della situazione giovanile nonché la ricchezza di una tradizione educativa come quella salesiana, hanno animato questa esperienza.

Può ora essere utile portare alla luce testimonianze, tracce di studio, schemi di lezioni e di lavoro di gruppo.

* * *

Il presente lavoro, che esce grazie alla fatica di Suor Giuseppina Teruggi, coordinatrice di Pastorale Giovanile presso l'Ispettoria F.M.A. di Novara, raccoglie le riflessioni, da lei dettate al Corso per Operatori Sportivi, tenuto a Pallanza dal 29 agosto al 7 settembre 1977.

Data la destinazione, queste pagine vogliono soltanto offrire degli spunti di psicopedagogia, che la creatività dell'animatore dovrà adottare ed interpretare nelle singole, diverse, originali situazioni.

Le riflessioni sono arricchite da una breve bibliografia, per appagare i desideri di quanti, speriamo i più, vorranno ulteriormente approfondire il tema.

g. b.

RIFLESSIONI INTRODUTTIVE

« Per la fedeltà al carisma educativo di D. Bosco, vogliamo affermare, senza perplessità, l'importanza dello sport nella pastorale giovanile salesiana ». (Docum. CISI, p. 27).

Pastorale e Sport

Il documento giunge a questa affermazione dopo la constatazione di forme di sfiducia, da parte anche di Animatori giovani, circa lo sport, soprattutto in quanto a funzione pastorale ed educativa. In effetti, l'analisi concreta di molte situazioni esistenti, o addirittura la esperienza più o meno ricca che abbiamo di squadre sportive, ci offre un quadro forse deludente e un po' negativo, del problema.

Esiste una reale difficoltà « di una animazione cristiana, ampia e profonda, del difficile mondo sportivo ».

Esiste in particolare il pericolo di una competitività e di un agonismo portato all'eccesso che limitano una possibilità di aggancio tra pastorale e sport.

È proprio per questi motivi che vogliamo rinnovare le nostre riflessioni sulla necessità di fare dello sport uno strumento per la nostra pastorale.

Vogliamo anzitutto metterci nella giusta prospettiva:

come Animatori a noi non importa lo sport in sè, ma IL GIOVANE CHE FA SPORT

che vive nello sport la sua esperienza, i suoi progetti, il suo farsi, il suo equilibrarsi, il cammino verso la sua maturità.

Questo è l'autentico spirito e stile di D. Bosco: l'accento sul giovane e il conseguente interesse per quanto è inerente al giovane. E, di conseguenza, la convinzione che essendo oggi lo sport uno dei « segni dei tempi » deve essere da noi svolto e visto come uno dei mezzi per agire sul giovane.

È vero, ci sono molti modi di fare sport:

- può esserci ancora oggi un tipo di sport che è disimpegno alienazione, superficialità;
- ci può essere uno sport che è tensione unidirezionale verso la vittoria, l'affermazione di sè;
 - può essere visto come forma di evasione da problemi scottanti;
- in altri casi può diventare un tentativo per attrarre la simpatia dei giovani, per passare poi, volenti o nolenti, a interessi « più seri », più validi, più importanti.

Occorre trovare « un modo nuovo di fare lo sport » per operare quella integrazione tra fede e vita che è la finalità ultima della nostra azione pastorale.

Occorre vedere lo sport al servizio del giovane, nella sua giusta luce.

Anche in organizzazioni laiche oggi lo sport è visto in modo nuovo: esso assume un ruolo fondamentale:

- nel processo di sviluppo civile e sociale della collettività;
- fugando i danni del sedentarismo;
- favorendo l'integrazione dei giovani nella società degli adulti;
- per abilitare a contatti umani, sempre più corretti e limpidi;
- è componente essenziale per l'affinamento spirituale dei giovani;
- è esercizio fisico indispensabile per lo sviluppo armonico della personalità.
- per l'Educatore lo sport diventa condizione di vita, di fatica, di aspirazioni, di esperienze, con il giovane, per aiutarlo a scoprire meglio se stesso, a maturare gradualmente una sua autentica personalità.

È un mezzo, un'occasione privilegiata di incontro con il ragazzo, per spianare la via dall'amicizia, alla confidenza, alla comprensione, che lancia l'interrogativo e lo pone in discussione. E qui emerge una altra istanza, quella a cui vogliamo rispondere in questi nostri incontri: la presenza di un ANIMATORE capace e animato da un profondo ideale apostolico.

« Preoccupazione di base è, evidentemente, quella di un autentico e costruttivo incontro e dialogo educativo con la gioventù d'oggi, dialogo aperto all'evangelizzazione attraverso la promozione umana.

Nessun cedimento ad un efficientismo esteriore, ad un macchinismo organizzativo, ma una chiara e sofferta responsabilità di andare incontro ai giovani, offrendo loro un'esperienza umana validissima, capace di concretamente svegliare tutte le potenziali energie giovanili, in vista della costruzione di una sana, completa, equilibrata personalità.

Nessuna rassegnazione ad un umanismo generico, ma una chiara ispirazione al messaggio evangelico, nel delineare e perseguire un progetto d'uomo, quale traspare dalla visione genuinamente cristiana della vita e dell'uomo.

Come, anche, una chiara affermazione, che è al di dentro di un'esperienza concreta, condivisa da giovani e animatori, che si può realizzare un vero dialogo, una vera ricerca, un vero processo educativo. Al di dentro di un valore umano, intensamente sentito e capace di mettere in discussione un progetto di vita e di persona, il giovane sente la necessità di interrogare a fondo sè stesso, per orientarsi ad una scelta, e sente profondamente il bisogno di essere affiancato, in questa ricerca e in questa tensione, da chi può, condividendone la situazione vissuta, offrirgli temi di riflessione, spunti di critica ai modelli correnti, germi di liberazione, ed essergli continuo stimolo a perseguire in sincerità i valori autentici.

Profonda revisione, quindi, del compito dell'educatore-animatore, ma, anche, nessuna ingenua affermazione di spontaneismo ad oltranza, di autosufficienza dell'educando, di una pseudo ingenuità naturale della personalità giovanile.

Educazione liberatrice, ma anche costruttiva, attraverso una presa di coscienza dei propri valori, ma anche dei propri limiti; delle fondamentali possibilità, ma anche dei rischi; delle positività, come delle negatività, presenti nel concreto esprimersi della personalità in formazione ». (Da « Juvenilia », Ott.-Dic. 75).

« L'Animatore diviene così canale di comunicazione di un messaggio che possiede e di cui è convinto.

L'impegno evangelizzatore deve farsi anche esplicito.

L'educatore salesiano è un apostolo, sempre e dovunque.

Non bisogna accontentarsi di uno sport ben fatto, ma saper COMUNICARE AI GIOVANI LA PERSONA DI CRISTO GESÙ

(Cfr. Documento CISI, 35)

Educazione e sport

L'esercizio fisico, programmato e razionale, dice Corallo, è un fattore di decisivo peso per l'educazione dell'uomo.

Soprattutto in certi periodi dell'età evolutiva, allo sport e affidato un ruolo equilibratore per l'intero psichismo del soggetto: questo in particolare nella preadolescenza e adolescenza. L'equilibrio psichico è il fondamento di quello morale, ma alla loro base sta l'equilibrio fisico.

Soma e psiche sono intimamente unite: non si può arrivare alla psiche direttamente, saltando il corpo, come pure non si può arrivare alla morale saltando il corpo.

Certi squilibri a sfondo morale che si trascinano anche nell'età adulta:

incostanza - irrequietezza - intolleranza - malinconie ed euforie invincibili - incapacità di dominare gli istinti e gli impulsi, hanno alla loro base una carenza di esercizio fisico o di attività ginnico-sportiva seriamente svolta.

Uno sport ben condotto, con serietà e impegno, ha delle possibilità educative molto forti.

Ne elenchiamo alcune:

- offre centri di interesse capaci di accentrare energie immaginative;
- permette ai giovani di valutarsi;
- offre distensione allo spirito, anche perché provoca una migliore ossigenazione delle cellule, comprese quelle cerebrali;
- favorisce lo sviluppo di una sana aggressività nei timidi e canalizza l'eccessiva eccitabilità di altri;
 - è ottima occasione di educazione sociale ed estetica;
- offre una scala di valori; educa ad accettare obblighi difficili e sanzioni concrete e immediate;
- aiuta la formazione morale: buona volontà perseveranza gusto per lo sforzo;
- coopera al superamento dell'egocentrismo e permette di mettersi dal punto di vista degli altri.

Lo sport è UN LUOGO DI EDUCAZIONE UMANIZZANTE: così viene definito nel documento della CISI. (cfr. Docum. CISI, pp. 27-28).

È uno strumento per aiutare ad essere « uomini » in senso pieno e totale, in una chiara visione cristiana dell'uomo e della realtà, uomini maturi aperti al contatto con Cristo Gesù.

È sempre così lo sport condotto da noi?

Si rende urgente una VERIFICA leale sulla dimensione educativa dello sport.

Verifica: ATTENTA - CORAGGIOSA - SERIAMENTE UMANA E CRISTIANA.

Soprattutto su due aspetti: SPORT APERTO A TUTTI SPORT UMANIZZANTE. (cfr. Docum. CISI, pp. 30-31).

PISTA PER IL LAVORO DI GRUPPO

Mi interrogo:

- Io, educatore, come concepisco lo sport? che cos'è, secondo me, quale funzione ha?
- Che cosa intendo concretamente per « fare sport in funzione educativa »?
- Quali sono le condizioni perché lo sport sia umanizzante, e quali dimensioni deve includere?
- Quali sono gli ostacoli che, secondo me, impediscono questa prospettiva?
- Avanzo alcune proposte concrete...

1 - FACCIAMO IL PUNTO SULLA PREADOLESCENZA

Stralciamo e analizziamo da un ricco epistolario, alcuni grossi problemi tipici della preadolescenza.

Situazione di depressione e irascibilità

« Si dice che le ragazze di tredici anni non dovrebbero avere crisi depressive. Ma se lo stato di indifferenza e di scontentezza in cui sono da un po' di tempo non è depressione, come chiamarlo altrimenti? Sono sgarbata, scontrosa e irascibile, e non mi comporto spontaneamente con le mie coetanee. A volte mi sembra di non poter più riuscire a sopportare i rimproveri, e soprattutto di non poter sopportare una persona della mia famiglia — che non voglio nominare — senza urlare ».

L'amicizia e l'interesse per il ragazzo/a

« Mio padre pensa che sono troppo giovane per avere qualsiasi tipo di amicizia con dei ragazzi e se mi vede parlare con qualcuno vuol sapere chi è e di cosa abbiamo parlato. Io sono stufa di uscire soltanto con delle ragazze e ho cominciato a fare amicizia con un gruppo di ragazzi molto simpatici senza che mio padre lo sappia. So che si arrabbierà molto quando lo saprà, ma ormai non me ne importa nulla. Tutte le mie amiche escono con dei ragazzi e io non voglio essere una eccezione. Molti di questi ragazzi mi invitano al cinema o a qualche ballo, ma se lo chiedo a mio padre va su tutte le furie e dice di no ».

Condizioni di inferiorità - Attenzione al proprio corpo

« Sono la cenerentola della mia famiglia e muoio dal desiderio di essere bella: quando vado al cinema e vedo ragazze bellissime quasi mi metto a piangere tanto so di non essere attraente.

Atteggiamenti di timidezza

« Ho quasi tredici anni e sono tanto infelice. In compagnia non riesco mai a dire una cosa spiritosa e quando molto raramente arrivo a farlo nessuno ride. Sono tanto timida e evidentemente faccio sempre la cosa sbagliata al momento sbagliato. Non faccio amicizie e se incontro una ragazza nuova non parlo facilmente. Qualche volta sono incapace di parlare anche con le mie amiche di scuola ».

Difficoltà di autocontrollo

« Per favore può aiutarmi a farmi smettere di piangere stupidamente? Appena qualcuno mi dice qualcosa di scortese scoppio in lacrime. Oppure quando ho passato una vacanza da qualche parente o da qualche amica e mi sono divertita, la settimana dopo quando torno a casa sono terribilmente depressa ».

Siamo posti concretamente di fronte alla realtà della preadolescenza, tappa complessa e problematica nell'iter della vita umana. Tappa preparata dalle fasi precedenti e pista di lancio per lo sviluppo successivo. È il primo momento del grande stadio dell'ADOLESCENZA, e riassume in sè l'infanzia e la fanciullezza. È impossibile capire « questo » preadolescente se non si richiamano le caratteristiche del bimbo e del fanciullo di ieri.

L'arco dello sviluppo umano segue un andamento unitario e coerente, e contempla varie fasi o stadi in cui sono presenti particolari problematiche che provocano nel soggetto il sorgere di « crisi caratteristiche », legate a quello stadio.

Tali crisi (= momenti positivi di crescita, di maturazione) se adeguatamente superate, danno alla persona una attitudine di base positiva, a cui corrisponde una speciale virtù psicologica o forza dell'IO che permette il passaggio all'età successiva.

Se la crisi non viene superata, si stabilisce nella psiche un'attitudine di base negativa, che pesa o ritarda la maturazione della personalità.

Presentiamo il prospetto sintetico delle varie fasi:

| TAPPA | CRISI | ATTITUDINE | |
|-------------------------------------|--|--|---------------------------|
| | | Positiva | Negativa |
| 1° anno di vita | Rapporto di simbiosi con la madreProblema orale | Fiducia Speranza | Diffidenza |
| 1 ^a infanzia (2-3 a.) | Affermazione di sè Differenziazione dall'ambiente Negativismo | Autonomia Volontà | Dubbio |
| 2ª infanzia (3-6 a.) | Scoperta del corpoProblema edipicoProblemi relazionali | Iniziativa Fermezza di propositi | Colpevolezza |
| Fanciullezza (6-11 a.) | Bisogno di fare Bisogno di sostenere un ruolo Desiderio di scoprire, di sperimentare | Industriosità Competenza | Senso di infe- riorità |
| Adolescenza (11-18 a.) | — Crisi di identità | Identità Fedeltà | Confusione |
| Giovinezza | Assunzione di ruoloResponsabilità | Intimità Amore | Isolamento |
| Età adulta | — Capacità di educare | Generatività Sollecitudine | Stagnazione |
| Maturità | Capacità di indicare ad altri la via | Integrità Saggezza | Disperazione |

La preadolescenza, momento iniziale dell'adolescenza (11-14 anni) appare così il punto di confluenza di tutte le problematiche precedenti. Queste vengono rimesse in discussione e trovano a questa età la loro soluzione definitiva: è nella preadolescenza, e in modo compiuto nell'adolescenza, che prende fisionomia e si plasma definitivamente l'adulto di domani.

Quadro globale delle caratteristiche psicologiche

Il preadolescente pone PROBLEMI complessi. Interessano i seguenti aspetti:

- Maturazione FISIOLOGICA - Dà origine a nuovi impulsi, emo-

zioni stati di colpevolezza. Deve adattarsi a questi impulsi, assoggettarli e controllarli.

- Sviluppo INTELLETTUALE Si investe di idee nuove sviluppa la capacità di critica e di inventiva.
- Maturazione AFFETTIVA Sorgono conflitti interni, con bisogno di chiarificazione e di autonomia.
- Problemi RELAZIONALI Si scopre l'altro e si cercano nuove modalità di incontro.
- Problemi MORALI e RELIGIOSI Si vede con maggiore o minore chiarezza il bene e il male, con conseguenti responsabilità morali e sensi di colpa.

Avviene un rapido passaggio dal mondo dell'infanzia a quello degli adulti, e tale trasformazione si attua in un contesto di instabilità e inconsistenza.

Le cause? Sono dovute:

- allo sviluppo rapido e ineguale;
- alle richieste contrastanti del mondo familiare, sociale...;
- alla discontinuità dell'attuazione.

Molti aspetti problematici si rifanno alle tappe precedenti.

- Disorientamento, irrequietezza, suscettibilità.
- Riscoperta del proprio « IO » con bisogno prepotente di affermazione di sè.
 - Insofferenza, ribellione e caparbietà.
 - Insicurezza e tentativo di mascherare la realtà.
 - Una certa attitudine all'isolamento.
 - Facilità di evasione nel fantastico e nell'immaginario.

L'Animatore di fronte al preadolescente

Atteggiamenti di fondo:

- simpatia L'Animatore deve mirare non tanto agli aspetti negativi o alla scorza esterna, ma al fondo della sua personalità, e alle sue potenzialità positive, stimolando il loro emergere. Fare in modo che la corrente di simpatia venga percepita.
 - Fiducia Non solo a livello di sentimento, ma di concretezza.

- « Credo che sei fatto per grandi cose che realizzerai la tua maturità »: è l'attegigamento che fa scattare ogni positiva realizzazione.
- Amore vero Capacità di far crescere ,con interventi opportuni e ben dosati, esigendo anche la rinuncia.
- Educare alla gioia Aprirlo ad una visione serena della vita a far cogliere della realtà l'aspetto positivo e arricchente.

Il PREADOLESCENTE di fronte all'animatore

- Appare un acuirsi del senso critico, con capacità di richieste spesso esigenti.
- A volte si percepisce non compreso dall'adulto, e può manifestarsi caustico e demolitore di certi principi suggeriti.
- Suppone che l'animatore, l'adulto in genere, non sappia entrare nel suo mondo, nella realtà spesso dolorosa che sta vivendo.
- Può oscillare dalla sfiducia piena, ad un atteggiamento di dipendenza e di fiducia.

PISTA PER IL LAVORO DI GRUPPO

- Il primo passo per agire validamente sui giovani è quello di CO-NOSCERLI. Basandomi sulla mia esperienza di Educatore e Animatore, quali sono i tratti caratteristici che noto nella/nel preadolescente?
- Quali ritengo le attese della/del preadolescente nei confronti del-1'Animatore?
- Quali gli atteggiamenti da assumere nei rapporti alla/al preadolescente.
- « Soffro ora e soffrivo allora di una tale ipersensibilità che mi ha tenuto, per così dire, la testa sott'acqua. Ero sempre irritata con la mamma e lo sono ancora qualche volta. È vero che lei non mi capisce, ma nemmeno io capisco lei » (Anna F). Come ti comporteresti con la preadolescente che ti confidasse que-

sti problemi?

Quale tipo di discorso condurresti con lei per aiutarla a risolverli?

- « Mi sento tremendamente sola e triste. A volte ho slanci di entusiasmo, a volte mi sento a terra.
 - Non so a chi confidarmi e non oso. Con difficoltà lego con le compagne e passo in camera la maggior parte del tempo libero » (Clara B.).
 - Che alternative proporresti a Clara per sbloccarla dalla sua situazione?
- Se il problema non venisse ora risolto, quale tipo di personalità pensi possa formarsi Clara? Con quali tratti caratteristici?

2 - RISONANZE PSICOLOGICHE DELLA PUBERTA'

L'uomo, unità profonda di psiche e di soma, vive in sè una interazione stretta tra le due dimensioni, che interferiscono fortemente l'una sull'altra.

Benché sviluppo fisico e sviluppo psichico non sempre coincidono, esiste uno stretto rapporto tra di esse.

La trasformazione fisiologica

Accanto ai cambiamenti fisici connessi con la statura e il peso vi sono quelli relativi alle funzioni dei vari organi e degli apparati. La pubertà è appunto l'insieme delle trasformazioni fisiche, fisiologiche e psichiche che avvengono normalmente in ogni essere, ad una certa età e ad un certo grado del suo sviluppo corporeo.

Questo fatto è dovuto ad una nuova attività dell'ipofisi. Essa, con la sua attività secretiva, accelera l'accrescimento e causa la maturazione delle ghiandole sessuali le quali, a loro volta, influenzano i mutamenti morfologici dell'apparato sessuale fino a fargli assumere quelle caratteristiche definitive per virtù delle quali l'uomo e la donna acquistano la loro propria struttura sessuale.

Numerosi fattori, non solo relativi alla struttura morfologica, ma anche di natura ambientale, determinano una precocità o un ritardo della pubertà.

Segnaliamo quelli più direttamente interessati all'anticipo del fenomeno puberale.

- l'urbanesimo, con la ricchezza di stimolazioni visive che offre;
- fattori climatici e geofisici in genere, in particolare i climi caldi;
- condizioni socio-economiche dell'ambiente.

Effetti sul comportamento e sugli atteggiamenti

Segnaliamo i principali, comuni ai due sessi.

- Sentimenti di relativa confusione in relazione alla stranezza e subitaneità di questi improvvisi mutamenti fisici.
- Bisogno, per la prima volta dall'infanzia, di assuefarsi a nuovi impulsi e sensazioni di origine organica.
- Reazioni particolari dell'individuo ai mutamenti morfologici a seconda dell'educazione ricevuta e all'accettabilità dell'ambiente familiare.
- Crea problemi sia per il soggetto che per l'educatore la situazione in cui alla maturazione fisiologica non corrisponde una adeguata maturazione psicologica.
 - Forte incidenza sull'emotività del soggetto e sul concetto di sè
 - essere piccolo = essere bambino
 - essere alto = si sente adulto.
 - Tendenze specifiche legate alla pubertà:
 - tendenza all'isolamento
 - noia, disimpegno, antipatia per il lavoro
 - irritabilità e irrequietezza
 - insicurezza e gelosia del proprio spazio interiore.
- Nuova immagine dell'io corporeo. Le modifiche di ordine fisico: altezza, peso, aspetto del viso, fanno sì che la vecchia immagine che il/la preadolescente aveva del proprio corpo sia incompatibile con la presente. La sua reazione sarà diversa a seconda che percepisca che il suo essere fisico è dotato o no di certe caratteristiche che gli adulti o il gruppo apprezzano.

Spesso si trovano adolescenti che dimostrano paura-imbarazzo-inferiorità o superiorità che derivano dalla percezione negativa o positiva delle loro modificazioni fisiche.

— Mentre un normale sviluppo fisico favorisce un'immagine di sè positiva, l'eventuale manifestarsi di qualche imperfezione provoca dei disadattamenti. Anche nel caso di lievi anomalie, sottolineate però dall'ambiente in modo ossessivo, provocano sensi di inferiorità, forme di ipersensibilità, sospetto, aggressività.

La pubertà nel ragazzo e nella ragazza

La differenza di sesso produce un diverso modo di reagire alle trasformazioni fisiche.

Nel ragazzo ha molta importanza la crescita nella robustezza fisica

e nella statura ,in quanto questo facilita la possibilità di affermazione di sè, di supremazia sugli altri e di inserimento più soddisfacente nel gruppo dei coetanei. Inoltre gli permette di porsi in posizione di relativa autonomia nei confronti degli adulti.

Si rilevano, soprattutto nel ragazzo, tendenze a forme di perversione sessuale, che possono essere accentuate dal contesto socio-culturale, da una propaganda naturalistica che scatena nel ragazzo, spesso inerme e indifeso, quegli stimoli, che soddisfatti negativamente possono produrre degli sconcerti anche forti di personalità.

La ragazza, soprattutto se non preparata in modo sereno dall'ambiente familiare e non adeguatamente informata, può vivere in modo conflittuale le sue modificazioni fisiologiche, e soffrire in sè di forme di angoscia e ansietà.

Può essere facile alla depressione, di umore fortemente variabile, assumere atteggiamenti di negativismo e di cocciutaggine. Si dimostra pure volubile e apatica. Se ha temperamento remissivo, possono formarsi in lei stati malinconici e cupi, con prospettive pessimistiche della realtà.

Le problematiche sessuali sono risentite, a questa epoca, meno fortemente che dai ragazzi, e vissute prevalentemente a livello affettivo o di immaginazione. Tuttavia può cominciare ad accentuarsi l'interesse per il ragazzo.

Il problema dell'immaginazione

Non è questo un tratto caratteristico solo della preadolescenza, poiché già era presente nella fanciullezza. Ora però la fantasia si arricchisce di contenuti e acquista ricchezza e vivacità più forti.

La facile evasione nel mondo della fantasia può essere causata, soprattutto nella preadolescente, dalla malinconia che spesso la invade.

Di qui anche l'interesse alla lettura, al cinema, tutto ciò che permette di vivere in un mondo irreale.

Sorge pure l'interesse per il diario, in cui vengono espresse ed analizzate le diverse situazioni della propria vita passata e di quella attuale. In esso sono proiettati pensieri, desideri, inclinazioni. In genere la/il ragazzo è molto geloso del proprio diario. Tutto questo può intralciare a volte lo svolgersi normale della vita mentale, per cui, pur essendo ben sviluppate le capacità intellettive e volitive, è sovente paralizzato nell'esercitarle.

È duplice la funzione dell'immaginazione:

— positiva - In certi momenti difficili l'immaginazione può offrire consolazione: si può immaginare una vittoria, aspettare giorni migliori, tentare di nuovo e con coraggio di risolvere i problemi.

Importante anche per l'attività del pensiero, stimola alla creazione artistica e all'inventiva.

— negativa - Quando la separazione tra il reale e l'immaginario si fa troppo forte, può diventare pericolosa per un buon adattamento alla realtà. Può al limite provocare delle turbe caratteriali. Alla realtà, così differente e frustrante, alcuni potrebbero reagire con l'ansietà o l'aggressività, con l'apatia o lo scoraggiamento.

Funzione dello sport per un armonico sviluppo fisico e psichico

Ci chiediamo: è proficuo lo sport nel periodo pre adolescenziale? La domanda non è retorica. Viste le difficoltà di ordine fisiologico e psicologico proprie a questa età, si potrebbe obiettare che un eccessivo esercizio fisico potrebbe nuocere alla/al preadolescente.

Quando però lo sport è portato avanti in modo razionale e intelligente è quanto di più utile e arricchente gli si può dare.

È uno dei mezzi più validi per una maturazione armonica e perfetta non solo nel corpo ma anche dello psichismo.

È necesario però dosarne:

- la quantità, in base alle possibilità (organismo);
- la qualità, il tipo di attività sportiva, tenendo conto delle predisposizioni naturali.

Particolarmente nel periodo problematico della preadolescenza e dell'adolescenza l'attività sportiva costituisce l'occasione per liberare la carica aggressiva latente in ogni animo e un modo per regolarne la violenta esplosione.

« Allo sport è riconosciuta una funzione catartica, di scarico di energie accumulatesi nel corso della vita quotidiana, di compenso delle frustrazioni subite in precedenza o attese nel proprio futuro » (Ancona L.).

L'emulazione sportiva inoltre, se ben controllata, è un valore perché

scuote dall'inerzia, dalla pigrizia, dall'insensibilità; porta ad una certa dose di audacia, costringe ad esercitare la volontà e l'intelligenza, l'economia delle forze, la reazione generosa e pronta.

Per tutto questo ci vuole un presupposto:

che non sia la vittoria considerata come un traguardo irrinunciabile, il che lascia la/il ragazzo nell'insicurezza, nel fanatismo, nella labilità di umore, nella incapacità di tolleranza della frustrazione.

PISTA PER IL LAVORO DI GRUPPO

- Come contribuire allo sviluppo delle varie dimensioni della personalità del/della preadolescente mediante lo sport? (dimensioni: fisica intellettiva emotiva sociale morale religiosa).
- In ordine soprattutto alla dimensione fisica, quale incidenza ha su di essa lo sport?
 Quali precauzioni deve prendere l'Animatore in ordine ad essa?
- Quali le *CAUSE*, ambientali o personali, che favoriscono certe deviazioni nella/nel preadolescente?
- Quali alternative, oltre lo sport, pensi possa offrire una comunità educante?

3 - L' « IO » NELL'ADOLESCENTE -LA CRISI E LE SUE DETERMINANTI

Non è nostra intenzione dare una panoramica completa o puntualizzare tutti i problemi dello stadio adolescenziale: il nostro è un tentativo di penetrare nel nucleo profondo di questa figura e di cogliere il centro vitale dei problemi che lo bersagliano e che spieghi i suoi dinamismi interni e i suoi comportamenti. Il nostro discorso verterà dunque sull'eterna domanda: « Chi sono io? » che urge in questo periodo e che richiede una risposta inderogabile.

Il compito fondamentale che l'adolescente deve affrontare per passare alla fase adulta è la necessità di ricercare la propria identità, una definizione di se stesso in quanto persona. In altri termini, la persona umana per giungere ad una autentica realizzazione di sè deve approdare ad una base di riferimento stabile che le dia la chiave per una visione sicura dei vari eventi ed influssi, a volte casuali, di un mondo in rapida e vorticosa trasformazione. Se non dispone di un certo senso della propria identità, se non sa chi è e dove è diretta, rimarrà continuamente in balia degli eventi, trascinata da essi in un atteggiamento di passività che la conduce inevitabilmente verso l'autodistruzione.

È un problema fondamentale quello della ricerca e della conquista della propria identità, che trova proprio nell'adolescenza il momento più opportuno per la sua soluzione. Il problema dell'identità è comprensibile se collegato a quello dell' « IO », centro organizzatore della persona, che assicura l'unità e la sintesi della stessa in uno scambio col mondo esterno. È in questa propspettiva unitaria che vogliamo studiare l'adolescente, al di là quindi di una concezione che mette l'accento solo sulle condizioni che intaccano o snaturano l'io. L'io occupa un posto di primo piano all'interno della personalità. « Esso percepisce la realtà esteriore, fisica o sociale. Percepisce anche il mondo interiore a sè: acquista coscienza delle pulsioni dell' « id », dei desideri, delle tendenze, dei timori, dei dati del Super io, dei valori significativi della sua vita [...] L'io assicura la sintesi della personalità. Esso mantiene l'armonia tra le diverse parti della struttura della personalità in vista

dell'adattamento al reale » (1). L'adolescente giunge alla conquista della propria identità quando ha operato tutte le sintesi dell'io, quando ha unificati nel « suo io » le tendenze, le aspirazioni, i valori, i vari fenomeni propri dell'età adolescenziale.

Non è possibile definire entro un concetto unico la realtà della identità, data la sua struttura complessa e la molteplicità di elementi che ingloba. Tentiamo di ricostruire questi elementi in un discorso il più possibile unitario.

Tra le varie sfaccettature dell'identità sottolineiamo il fatto che essa è il sentimento cosciente che il soggetto ha della sua ipseità; lo sforzo inconscio che garantisce la continuità del carattere personale; il lavoro silenzioso di sintesi e di unificazione dell'io; la conservazione di una solidarietà interna con le caratteristiche del gruppo. L'identità è sperimentata come un sentimento di benessere psico-sociale, connesso alla sensazione di trovarsi a proprio agio, di avere la percezione chiara di dove si va, la sicurezza interiore di essere riconosciuti dalle persone significative. È chiaro che l'identità non è mai acquisita una volta per tutte, ed esige un cammino arduo di conquista e di sforzo personale. Un suo relativo possesso avviene alla fine dell'adolescenza, quando l'individuo può vedere se stesso come qualcosa di unico e di separato dagli altri, pur avendo in comune valori, motivi, interessi e si sente in continuità con se stesso, percependo legami coerenti tra la persona che era ieri e quella che è oggi.

La via che conduce l'adolescente all'identità pone problematiche molteplici e gravi. Una forte identità è relativa alla forza dell'io, caratterizzato da un sano realismo, dalla capacità di responsabilità e di assumere un lavoro efficiente, da capacità di giudizio, dalla gioia di vivere: in una parola, dalla capacità di adattaarsi alla realtà fisica e sociale. Si intuisce allora quanto sia arduo e complesso il processo dell'identità e come necessariamente inglobi un atteggiamento di « crisi ».

Da sempre la letteratura scientifica e romanzesca ha considerato la adolescenza come un'età di crisi, e lo è in realtà. Ma di quale crisi si tratta? Escludiamo anzitutto l'accezione negativa del termine. La crisi adolescenziale, come ogni altra crisi di crescita inerente alle varie tappe

⁽¹⁾ J. De Lorimer, Progetto di vita nell'adolescente, Torino, LDC, 1969, 81.

dello sviluppo evolutivo, è un punto di svolta, un momento « critico » che, una volta superato, lascia delle tracce durature. Per passare dall'infanzia alla maturità ognuno deve percorrere delle tappe, compiere dei passi, e questo non a livello astratto, ma nella concretezza. Ogni tappa comporta il proprio rischio: ecco il perché della crisi. L'essere umano vive tra due forze ugualmente potenti: si tratta di mantenere l'equilibrio, di avvicinarsi per quanto è possibile più al positivo e meno al negativo. La crisi adolescenziale è analoga alle altri crisi e può sfociare in una soluzione positiva, con la conquista di una identità forte, oppure strutturare una personalità deviante, con identità negativa. Nonostante la sua particolare acutezza, quella dell'adolescenza è una crisi normativa, una tappa normale della vita, caratterizzata da una fluttuazione evidente nella forza dell'io e quindi anche da un potenziale elevato di crescita. Viene esclusa sistematicamente quindi ogni connotazione di patologia: sarebbe grave e allarmante la situazione dell'adolescente che non presenti degli sconcerti, interni o esterni, e la cui personalità non subisse dei forti scossoni. Correrebbe oltretutto il rischio di prolungare o rimandare la crisi ad una tappa posteriore, con gravi danni per il suo equilibrio psichico. Sintetizziamo il processo normativo di crescita adolescenziale rilevando che « attraverso una matassa di compiti multipli, si delinea un compito principale, la scelta di un compito irreversibile, la scoperta di una nicchia che è veramente propria, un impegno "a vita". E questo compito principale, realizzazione di un progetto di vita, scelta di una vocazione e di una professione, è inseparabile da una crisi di crescita. I tentativi dell'adolescente per definirsi e per ridefinirsi continuamente sono l'indice di una crisi di identità » (2). Il processo di formazione dell'identità personale riassume e congloba le identità parziali raggiunte nelle età precedenti dell'infanzia e della fanciullezza che vengono ora rimesse in discussione. È di fondamentale importanza per l'adolescente aver percorso in modo armonico e adeguato gli stati precedenti e aver superato in modo positivo le crisi legate ad esso.

L'adolescenza infatti non è una parentesi nell'arco della vita umana, ma segna un momento forte di continuità tra un passato che offre

⁽²⁾ J. DE LORIMER, Progetto, 141.

notevoli condizionamenti ed un futuro che diviene il risultato dell'assestamento e del superamento della crisi di identità.

Abbiamo sottolineato che ad ogni tappa evolutiva è legata una particolare crisi la quale, se ben superata, permette di passare alla tappa successiva e rafforza una speciale attitudine di base, una particolare forza dell'io.

Se invece la crisi ha uno sbocco negativo, si consolida nella personalità un'attitudine di base negativa che impedisce uno sviluppo armonico sereno. Nell'adolescenza confluiscono tutte le tappe precedenti e riaffiorano le problematiche non risolte in passato. La situazione è quindi particolarmente delicata e « critica » più che in ogni altro stadio.

Ecco come la sintetizza Erikson, alla cui teoria ci stiamo ispirando in queste note: « Nell'epoca della pubertà e dell'adolescenza tutte le conquiste degli stadi precedenti sono rimesse di nuovo in questione a causa dello sviluppo fisico che eguaglia in rapidità quello della prima infanzia.

Nella loro ricerca di una nuova continuità ed identità gli adolescenti debbono riaccendere molte delle battaglie degli anni precedenti, anche a costo di attribuire il ruolo di nemici a persone che non vogliono loro altro che bene; inoltre essi sono sempre pronti a scegliere idoli o ideali che sanciscono e proteggono l'identità che si sono proposta » (3).

Ricompare il conflitto tra la fiducia e la sfiducia (1° stadio): l'adolescente è particolarmente insicuro, teme che tutto gli sfugga, ogni attesa delusa è vista come una perdita irreparabile.

Riemerge il conflitto tra autonomia e dubbio (2° stadio): in riferimento soprattutto all'ambiente famigliare, vive l'ambiguità tra una potente spinta a sganciarsi, ad essere libero, e il timore dell'imprevisto e della perdita di appoggio.

Ritorna il conflitto tra iniziativa e colpevolezza (3° stadio). L'iniziativa gli serve, ma la teme, poiché vissuta emotivamente come competizione proibita e quindi suscitatrice di probabili sensi di colpa.

Infine opera in lui il conflitto produttività/inferiorità (4° stadio). L'adolescente può disperare dei suoi strumenti, delle sue capacità o

⁽³⁾ E. Erikson, Infanzia e società, Roma, Ed. Armando, 1972, 244.

del suo prestigio tra i coetanei e sentirsi condannato alla inadeguatezza e alla mediocrità. Questa messa in discussione offre una garanzia di sbocco positivo nella misura in cui i conflitti sono stati risolti armonicamente nei vari stadi: in tal caso il riemergere delle problematiche poggia su un supporto valido e il cammino verso l'identità è decisamente segnato.

Rimangono invece delle riserve e la crisi si fa più grave quando le tappe che precedono l'adolescenza hanno sviluppato delle attitudini di base negative. Indubbiamente l'ambiente è determinante nella formazione della personalità e può stampare delle incisioni le cui tracce non scompariranno mai completamente.

Un altro fattore che aggrava notevolmente la crisi di identità nell'adolescente è costituito dal complesso di fenomeni bio-psichici che fanno irruzione in questo periodo.

I cambiamenti somatici, con la rapidità della crescita del corpo e il fatto completamente nuovo della maturità fisica genitale, assumono un'importanza rilevante, che non ha confronti con le età precedenti, sia per la loro intensità, sia per la possibilità di identificazione coi modelli adulti da essi offerta.

È viva infatti l'attenzione e l'interesse dell'adolescente per il proprio corpo, interesse che raggiunge il vertice della preoccupazione. Il corpo è l'intermediario indispensabile dell'identità, il suo fondamento e il suo segno. È strumento di conoscenza per sè e per gli altri e mezzo di relazione: attraverso il corpo la persona viene riconosciuta nella sua unicità.

Per l'adolescente il corpo diviene una realtà misteriosa: i rapidi mutamenti che presenta, il cumulo di sensazioni che esprime, il suo allungarsi o ingrossarsi di giorno in giorno provocano una crescente apprensione e anche un senso di insicurezza.

L'adolescente interroga il proprio corpo: che ne sarà domani? Sarà armonioso o sproporzionato, attraente o repellente?

Egli si rende conto che il suo potere sul proprio corpo è assai relativo. Sono da considerare inoltre le reazioni a volte negative delle persone che lo attorniano e che, con sottolineature spesso azzardate, accentuano un aspetto già di per sè problematico.

Nel periodo adolescenziale le trasformazioni che interessano il corpo e specificamente quelle inerenti al fattore sessuale, hanno un compito

importante nell'identità. Soprattutto in ordine all'immagine di sè, alla propria auto-valutazione o auto-svalutazione, i tratti caratteristici del proprio corpo giocano un ruolo di prim'ordine. Spesso questa immagine di sè risulta negativa per una percezione distorta che l'adolescente ha del proprio corpo, oppure per il modo negativo con cui viene valutato dai coetanei o dall'ambiente in genere.

Una sottolineatura che ci pare importante per le ripercussioni di ordine psicologico che può creare, con il conseguente rincrudimento della crisi di identità, è quella relativa a svariate difficolta incontrate nello sviluppo somatico. Una forte precocità, o al contrario un ritardo considerevole nella maturazione biologica, possono essere fonte di ansietà e minare la sicurezza dell'adolescente, con probabili strascichi sul piano psicologico.

Nel settore dell'adolescenza femminile, ricerche condotte in questo settore hanno rilevato che in casi di maturazione precoce, la ragazza può sviluppare in sè dei sensi di inferiorità per la disparità che nota a livello di maturazione intellettuale e sociale nei confronti di ragazze maggiori di lei in quanto ad età, ma pari in quanto a sviluppo fisico.

In famiglia possono sorgere pure dei problemi perché i genitori la considerano ancora bambina mentre da parte sua c'è l'esigenza di equipararsi con le ragazze « più grandi ».

Questi conflitti, che appaiono alle soglie della pubertà, possono avere ripercussioni anche in seguito.

Più rilevante e di peso pare tuttavia il ritardo nella maturazione biologica più denso di conseguenze psicologiche negative, quali sensi di insicurezza, di vergonga, di dubbio su di sè e sul proprio valore personale.

4 - L'ADOLESCENTE DI FRONTE A FAMIGLIA E SOCIETA'

Nella graduale conquista di sè stesso e della sua identità, l'adolescente deve pure affrontare una serie di crisi che riguardano in particolare la sua vita affettiva e relazionale. Il mondo famigliare, nei confronti del quale aveva conservato un atteggiamento di dipendenza per il processo di identificazione nei confronti delle figure parentali, viene visto secondo un'ottica diversa. Si verifica ora la cosidetta « crisi di emancipazione » o « revisione dei modelli » o « desatellizzazione ». L'adolescente sente in sè la spinta a sganciarsi dai genitori e dagli ideali etici e sociali da essi proposti per volgersi al di fuori del raggio familiare, verso il mondo dei coetanei, alla ricerca del gruppo e dell'amicizia. Questo abbandono e rifiuto delle figure parentali non è tuttavia pacifico ed esente da conflitti. L'adolescente, il cui io è ancora debole e insicuro e per tanti aspetti bisognoso di appoggio e di guida, vive con tensione questo bilanciarsi di forze opposte, famiglia e società, e sperimenta forme ansiose e colpabilizzanti.

Ma tale « movimento pendolare » tra la famiglia e l'ambiente extrafamigliare è una necessità esigita per la maturazione della personalità. Una lettura profonda di questo fenomeno mette in luce che la svalutazione cosciente dei modelli parentali corrisponde in effetti ad una valorizzazione inconscia di essi, mentre all'opposto l'idealizzazione cosciente delle figure extra-famigliari corrisponde ad un timore inconscio

degli stessi.

È una difesa tipica degli adolescenti, sintomo di una ambiguità fondamentale.

Il processo può assumere un movimento ciclico: la crisi dei rapporti extra-famigliari può suscitare ansia e nostalgia per la relazione di dipendenza con le figure parentali, fino a quando il richiamo all'indipendenza riporterà la situazione al suo punto iniziale. La dinamica interna di questo processo che dura quanto dura l'adolescenza verrà adeguatamente risolta solo quando la persona approderà alla sua identità.

Secondo Jersild i rapporti dell'adolescente con i genitori seguono

un iter in tre momenti.

Nel primo, l'adolescente continua a subire l'influsso dei genitori e si dirige a poco a poco verso questo mondo nel quale dovrà in seguito inserirsi.

Il secondo momento che può essere chiamato « Lotta per l'emancipazione » segna il punto in cui l'adolescente deve superare la dipendenza dei genitori propria dell'infanzia. A volte questa « lotta » per la propria maturità avviene in modo moderato; altre volte, a seconda anche delle caratteristiche individuali o dei fattori ambientali, il processo è turbolento, pieno di conflitti e di ansie sia per i genitori che per l'adolescente.

Nel terzo momento, che segna il termine della crisi, l'adolescente occupa con serenità il suo posto tra i coetanei adulti.

Nei confronti dei genitori gli atteggiamenti assumono varie sfaccettature che vanno da un'assunzione dei loro stessi modi o attitudini, ad una totale divergenza nei loro confronti, anche parecchi anni dopo l'adolescenza; alcuni conservano una certa amarezza verso di loro, altri, sentimenti di ammirazione e di comprensione: questo in dipendenza dal modo con cui la « crisi » adolescenziale è stata vissuta da ambo le parti.

In questi ultimi anni si è diffuso il gergo di « giovani alienati ». Le riflessioni fatte in precedenza evidenziano realmente una alienazione da parte dell'adolescente, nel senso di un estraniamento da modalità e valori assunti in precedenza per perdersi in altri interessi e valori.

È importante individuare ciò che l'adolescente « alienato » ha perduto, da che cosa si è alienato, quali tipi di alienazione vengono attuati. Ci pare di poter unificare in questa tappa una triplice alienazione. In primo luogo, come abbiamo già sottolineato, l'alienazione avviene nei confronti dell'ambiente familiare e dei genitori, con l'abbandono dei legami infantili di dipendenza e di sottomissione, e la ricerca di altre sicurezze al di fuori della famiglia.

Strettamente correlata a questo tipo di alienazione è quella in riferimento ai valori veicolati dallo stesso contesto ambientale, che vengono ora normalmente messi in discussione o addirittura eliminati dalla propria prospettiva.

È piuttosto diffuso un sentimento di alienazione nei confronti della fede religiosa e delle istituzioni legate ad essa; dei valori etici e morali, culturali e sociali. A volte l'alienazione può essere del tutto specifica e portare l'adolescente a rifiutare uno degli aspetti della cultura, pur continuando ad accettare i valori generali proposti dalla cultura stessa. In casi limite l'adolescente, dopo il rifiuto della famiglia, può ritirarsi anche dalla società nel suo complesso, senza alcun impegno alternativo razionale: di qui le controculture giovanili e i fenomeni di delinquenza, di evasione nella droga, nell'alcool o in deviazioni sessuali.

Un ultimo tipo di alienazione può essere in riferimento a sè stesso, con conseguente senso di disgusto, di vuoto, di piatto, di insignificante. È in fondo la conseguenza delle precedenti alienazioni, in particolare di quelle inerenti alle figure parentali: rifiutando tali figure, l'adolescente rifiuta sè stesso che si era in esse identificato.

L'alienazione avviene attraverso l'inserimento in nuove esperienze di ambiente, soprattutto col volgersi al mondo dei coetanei.

Messa in questione l'identità precedente, si tratta di cercare una nuova identità, attraverso il confronto con figure pari, attraverso l'esperienza del gruppo e dell'amicizia. È importante che su questa base l'adolescente si arricchisca di esperienze positive ,poiché solo su questa linea saprà intessere da adulto rapporti costruttivi e maturi.

L'adolescente ha bisogno del gruppo, della guida, del sostegno, della solidarietà dei coetanei.

Infatti, per quanto gli adulti e i genitori in particolare possano essere « comprensivi » e aperti, hanno già affrontato i conflitti e le problematiche che per lui sono in atto e rimangono sempre « adulti » degli « arrivati ». L'adolescente e i suoi pari devono invece ancora lottare, scoprire, interpretare e regolare un io che si sta trasformando rapidamente, per cui una loro reciproca solidarietà e scambio, a parità di problemi, sembra ad essi maggiormente risolutiva. Gli adolescenti nel gruppo ricorrono spesso a modalità eccentriche o a manie incomprensibili agli adulti, che si domandano allarmati perché mai abbiano bisogno di avere un aspetto tanto diverso e di comportarsi in maniera così « eccentrica ».

In realtà la motivazione di ciò è proprio quella di creare, almeno superficialmente, una linea di demarcazione tra sè e i grandi. Essi, usciti dal mondo della fanciullezza, ma non ancora accettati come adulti, sono costretti a ricorrere al tentativo di una « cultura provvisoria » propria, tale che sia riconoscibile dagli adulti come decisamente distinta dalla loro. L'adolescente sente forte in sè il senso del « diverso », proprio perché, non possedendosi ancora pienamente e percependo il suo stato di insicurezza e di carente strutturazione, desidera affermare la propria autonomia e autosufficienza.

Poiché l'adolescenza è un periodo di intensa socievolezza e di ricerca affannosa di rapporti interpersonali, in cui i valori predominanti sono legati appunto alla dimensione sociale, le probabili frustrazioni o disagi in questo settore costituiscono la difficoltà maggiormente temuta e grave di conseguenze nel cammino verso l'identità. Sono pochi gli adolescenti insensibili alle difficoltà di socializzazione o al rifiuto sociale; la maggior parte di essi è fortemente dipendente dalla valutazione degli altri e dal loro grado di accettazione, anche perché giudicano il proprio valore in base al modo con cui gli altri reagiscono nei loro confronti.

Particolarmente negativa ai fini della conquista di sé e della maturità personale è la situazione dell'adolescente escluso o impopolare. La sua particolare struttura temperamentale (emotività intensa, preoccupazione eccessiva di sé, concezione di se stesso poco salda) può disporre all'indifferenza altrui nei suoi rapporti. Egli viene a trovarsi in un circolo chiuso. La coscienza di non essere accettato e l'impossibilità di partecipare alle attività di gruppo « come tutti gli altri », scalfiscono ancora di più la fiducia già carente e accentuano il senso di isolamento sociale. E questo produce una inadeguatezza ancora maggiore nei confronti dei coetanei. In realtà la nostra cultura oggi, come nota Riesman, si snoda secondo un registro di eterodirettività, in cui la persona è condizionata nel suo agire e nelle sue scelte « dagli altri », si preoccupa di non stonare, di concordare con le norme correnti, lasciandosi sempre meno condurre da motivazioni intrinseche e personali. È chiaro che l'adolescente incerto della propria identità e immesso in una società in rapida trasformazione e veicolante valori di successo e popolarità, trasporterà a livello di convivenza coi coetanei una sensibilità estrema per quanto riguarda l'approvazione altrui.

Solo se in possesso di una forte consistenza interiore e se fiducioso nei suoi progetti e obbiettivi potrà salvarsi da una crisi di identità particolarmente sofferta e prolungata e con sbocchi problematici.

5 - LA RISTRUTTURAZIONE DELL'IO

Dalla panoramica abbozzata in precedenza si rileva quanto ardua e difficoltosa sia la storia dell'identità personale, e come complessa la sua conquista. Oltre alle crisi acute che l'adolescente sperimenta in sè per le sue problematiche personali legate al passato e al volgersi ad un futuro incerto e imprevedibile, si scontra con una molteplicità di conflitti affettivi e relazionali, in ordine ai rapporti familiari ed extrafamiliari.

L'adolescente che ostenta sicurezza ed autosufficienza, in realtà nasconde un bisogno enorme di trovare accoglienza e comprensione intorno a sè, e soprattutto di riferirsi a delle figure valide su cui modellare il suo io. Ecco allora sorgere un ulteriore compito della fase adolescenziale: l'io dovrà essere capace di scegliere e selezionare delle identificazioni significative. All'identità si arriva infatti attraverso la sintesi di molteplici identificazioni. « L'identificazione è un processo: esso tende a rendere l'io simile ad un modello o almeno a questa o quella caratteristica particolare della persona che è stata presa a modello » (4). L'identità non va confusa con la identificazione. Non è neppure la somma delle identificazioni precedenti, ma qualcosa di nuovo e di diverso, che tiene conto certo delle caratteristiche dei modelli significativi a cui ci si è ispirati, ma li supera, dando origine ad una fisionomia nuova, originale, unica e irrepetibile. Ogni essere umano veramente realizzato possiede un volto fisicamente suo, inconfondibile e non assimilabile a nessun altro, come ogni individuo ha una sua storia personale e unica. Il concetto di identificazione assume nel linguaggio psicologico accezioni varie: è considerato dalla psicanalisi un meccanismo di difesa inconscio: da altri Autori è vista come un meccanismo di comportamento; alcuni lo distinguono dall'imitazione, per il suo carattere inconscio, altri gli attribuiscono il significato di una imitazione cosciente. Noi ci atteniamo alla definizione data più sopra, considerando sia gli aspetti inconsci che quelli coscienti. Il processo dell'identificazione caratterizza l'adolescenza perché è il tramite per il raggiungimento dell'identità, ma è presente pure nelle tappe precedenti che preparano e
preludono allo sbocco adolescenziale. Le prime importanti identificazioni
avvengono nella prima infanzia e si stabiliscono nel rapporto genitoribambino, in particolare in rapporto col genitore dello stesso sesso.
Il bambino si ispirerà in particolare al modello del padre e comincerà
ad abbozzare in modo rudimentale la sua vocazione di padre. Analogamente farà la bambina con la madre. Le identificazioni infantili avvengono soprattutto a livello di gioco. Nella fanciullezza affiorerà la
ricerca di modelli extra-familiari che saranno connessi in massima parte
al ruolo professionale e scolastico.

L'adolescenza è il periodo privilegiato nella ricerca di modelli di identificazione per il rapporto stretto esistente tra identificazione e identità. La facilità con cui il ragazzo o la ragazza adolescente perviene ad un forte senso della sua identità dipende dal tipo di identificazione che stabilisce e dalla capacità di integrare e sintetizzare queste stesse identificazioni.

Da inchieste e ricerche recenti risulta che una delle prime identificazioni dell'adolescente è quella all'eroe, che diventa un io-ideale e attira per il suo fascino e il compito sociale, al di fuori della famiglia.

L'eroe è mutato dal mondo dei mass-media, dallo sport, e diventa un idolo da riprodurre fin nell'immagine corporea.

Un'altra frequente identificazione è quella dell'amico, che viene in questo periodo idealizzato e rivestito di quelle perfezioni che si vorrebbero possedere e che costituiscono un completamento di sè.

A volte il processo viene esteso dall'amico singolo al gruppo per cui se ne condividono le caratteristiche e se ne proclamano gli ideali e i valori.

Con il procedere della tappa adolescenziale, anche i tipi di identificazione variano, e l'adolescente diviene più realista e più cauto nella scelta dei suoi modelli, consapevole dell'assunzione di un ruolo suo personale che deve oltrepassare il semplice confronto con ideali estrinseci. Sarà ora la persona-chiave a rappresentare il modello più significativo, presa spesso dalla sua vita concreta e incarnazione di un mondo di valori ritenuti positivi.

Siamo ad un momento inoltrato dell'adolescenza, quando il soggetto si avvia ad un progetto di vita che segnerà il suo ingresso nella maturità, con le responsabilità e i compiti precisi che dovrà assumere.

L'identificazione è un mezzo, ma un potente mezzo per la costruzione di sè e tanto più efficace quanto più l'adolescente è in una specie di « connaturalità » affettiva con la persona alla quale egli si vuole identificare.

Non è un processo impossibile quello dell'identificazione, ma scelto o assimilato liberamente: solo a queste condizioni il modello può veicolare i valori che verranno assunti in proprio e integrati nella vita.

La ristrutturazione dell'io e la formazione dell'identità avvengono attraverso la « conquista » e la riassimilazione dei valori: i due problemi sono strettamente correlati.

Il senso della propria identità non può sorvolare il possesso di valori consistenti che unifichino la propria vita e forniscano una chiave di lettura omogenea della realtà e delle varie situazioni.

La crisi dell'adolescente è in gran parte legata pure al problema dei valori e delle contraddizioni interne o provenienti dal contesto socio-culturale inerenti ad essi.

È un compito arduo soprattutto la scelta di una gerarchia di valori che si rifà ad una certa concezione del mondo e dell'uomo e si basa su un valore dominante al quale sono collegati gerarchicamente gli altri (5).

Ma è una scelta inderogabile, pena una situazione di « diffusione » di identità e di mancato possesso di sè.

« Chi sono io »? Solo la persona unificata intorno ad un centro, che ha assimilato a livello intellettivo ed emotivo dei valori-chiave in cui crede e che testimonia fedelmente nonostante i conflitti e gli imprevisti che essi comportano, può rispondere all'interrogativo. È il punto culminante della propria unificazione ed integrazione, la porta di passaggio agli stadi successivi e alla conquista di ulteriori atteggiamenti di maturità.

⁽⁵⁾ Il discorso che stiamo portando avanti dovrebbe essere urgente in particolare per l'Animatore ad impostazione spiritualista. È suo compito imprenscindibile testimoniare anzitutto e trasmettere ai giovani un sistema di valori che facciano capo ai valori trascendenti, visti come centri unificatori dell'io e base per la costruzione di una solida identità.

PISTA PER IL LAVORO DI GRUPPO

- La conquista della propria identità, l'autoprogettazione, è il compito specifico dell'adolescente. Quali « modelli » di progetti di vita offre alla ragazza la società d'oggi ?
 Quale progetto può offrire l'Educatore-Animatore?
- In che misura l'Animatore sportivo può offrire in sè un valido modello di identificazione?
- (Quali sono) I valori a cui si volgono in maggioranza i nostri adolescenti.
- I valori che l'adolescente può trovare nello sport e in una vita sportiva impegnata.
- Come concretamente tener conto del « primato dell'esperienza » attribuiti dall'adolescente di oggi.
- L'educatore può assumere un duplice atteggiamento nei confronti dell'adolescente:
 - porsi accanto ad esso, per fare un pezzo di strada assieme, pronto a rivelare in tempo opportuno un certo messaggio;
 - proporre con coerenza e forza dei modelli di comportamento esigenti, con una proposta già elaborata, obiettivi e valori già costituiti.

Provati a discutere i due atteggiamenti.

6) LA VITA EMOTIVA E AFFETTIVA DELL'ADOLESCENTE

Tra le dimensioni della personalità dell'adolescente, un posto di primo piano spetta a quella affettivo-tendenziale. È indispensabile leggere fino in fondo la sua struttura dinamica per poter meglio comprendere. Si tratta di approfondire le motivazioni, i bisogni, gli interessi del ragazzo: si ha così modo di cogliere nella giusta luce le sue reazioni comportamentali e leggere la sua realtà totale, al di là di quanto potrebbe apparire ad uno sguardo superificiale.

Non è possibile rendersi completamente conto della condotta umana se non si conoscono i fattori che la determinano. Il comportamento umano infatti appare come una risposta ad un insieme di esigenze interiori ed esteriori, vissute a livello psicologico: sono le motivazioni che ci permettono di spiegare e di dare dei significati alla condotta umana.

Il termine « motivazione » deriva da « motivo », e si rifesce al fattore o ai fattori interni che *iniziano*, dirigono, sostengono una determinata condotta.

Per comprendere le motivazioni dell'adolescente bisogna tenere conto sia del suo sviluppo personale sotto tutti i suoi aspetti: maturazione fisiologica, intellettuale, affettiva, sociale; sia delle mutazioni nei rapporti con l'ambiente in cui è inserito. È difficile a volte cogliere le sue motivazioni, non solo per la grande complessità della motivazione in sè, ma anche per il fatto che alcuni motivi si presentano in modo mascherato.

Inoltre possono esserci dei conflitti tra le varie motivazioni, che premono con uguale forza, pur essendo contrastanti. Sorge allora il conflitto, conseguenza inevitabile nello sviluppo della personalità. Il conflitto può creare tensioni o stimolare ad una soluzione positiva e maturare una forte personalità. Spesso invece, soprattutto l'adolescente, risponde al conflitto, alla frustrazione, ricorrendo a dei « meccanismi di

difesa », con i quali cerca di difendere il suo io da soluzioni frustranti e prevenire l'ansietà. Con questi ripieghi l'adolescente si inganna sulla natura reale del suo desiderio, sostituendogli una versione più accettabile. Sarà compito dell'educatore far sì che l'adolescente prenda sempre più chiara coscienza dei suoi bisogni e tendenze conflittuali, per dare loro una soluzione positiva e conformarsi a quell'ideale di personalità che si è prefisso di realizzare. È opportuno che abbia quindi presente il quadro dei fattori motivanti, dei bisogni fondamentali dell'adolescente.

Diamo un abbozzo schematico dei suoi principali bisogni, che rispecchiano grosso modo e traducono con forme specifiche il quadro dei bisogni umani fondamentali.

- Bisogni fisiologici, riguardanti le funzioni fisiche. Sorgono in particolare con intensità le tendenze nella sfera psicosessuale. Inoltre il bisogno di nutrimento può costituire un momento simbolico nell'adolescente e rappresentare un tipo di compensazione e di ricerca di soddisfazione.
- Bisogni psico-sociali, che corrispondono alle relazioni nel contesto ambientale.
- Bisogno di SICUREZZA, in rispondenza all'atteggiamento di sfiducia e di insicurezza adolescenziale, alla ricerca di autonomia.
- « Nessuno mi ascolta, nessuno mi chiama, nessuno mi dice che cosa devo fare. Mi sento inutile, vuoto, la mia vita è una noia costante » (adolescente di 17 anni).

L'insicurezza può divenire coscienza dolorosa, amara ed essere analizzata e sofferta a volte con crudezza.

- Bisogno di ESPERIENZA. L'adolescente desidera conoscere, essere a contatto con la realtà, essere informato. Ha una spiccata curiosità e tende ad aprirsi a tutte le esperienze.
- Bisogno di PARTECIPAZIONE, di far parte di un gruppo e di occuparvi un ruolo. È un bisogno particolarmente forte.
- Bisogno di INTEGRITÀ. Desidera essere stimato dagli altri e avere un alto concetto di sè. Questo bisogno si manifesta pure con una certa gelosia dei propri sentimenti interni, per cui con difficoltà può permettere di entrare nel proprio mondo interiore: è un bisogno di inviolabilità.

- Bisogno di AFFETTO. Sentirsi accettato, circondato di attenzione e di interessamento.
- Bisogno di APPROVAZIONE SOCIALE, di RICONOSCI-MENTO. Questo appare con intensità nell'adolescente, e si manifesta spesso con forme di vanità, di esibizionismo, di ricerca di attenzioni.
- Bisogno di CONFORMISMO, di essere pari agli altri, con una certa intollerabilità ad essere diversi.
- Bisogno di dare un SENSO alla propria vita, di agganciarsi a valori veri, forti e consistenti.

Gli interessi

L'interesse si può definire uno stato di curiosità relativamente permanente e vivo per qualcosa che conduce a una attività intenzionale a cui l'individuo attribuisce valore, e per il quale egli, in vista della soddisfazione che ne riceverà, è disposto a superare gli ostacoli che si frappongono.

L'adolescente rivela i suoi interessi in molte forme, che vanno dalle attività in cui si impegna, alle conversazioni tra giovani, agli scritti (diari, lettere ad amici, giornali di scuola).

Paragonati a quelli della fanciullezza, gli interessi degli adolescenti hanno carattere di continuità, mentre possono pure subire dei mutamenti. Assumono maggior *complessità* in quanto divengono più impegnativi e si ampliano pure come quantità.

Se legati alla sua esperienza e ai suoi bisogni, presentano pure una certa stabilità, molti altri invece, se legati ad una situazione transitoria della loro vita, cambiano con molta facilità (moda, ballo, capigliatura). Inoltre nell'adolescenza si ha una notevole espansione degli interessi (ricreativi, sociali, sessuali, sportivi). Infine avviene nell'adolescente un cambiamento di stima riguardo ad interessi prima apprezzati.

I fattori che conducono al cambiamento degli interessi sono: l'età, lo sviluppo fisico, la capacità del soggetto, l'influsso dell'ambiente, gli adulti.

In quanto ai tipi di interessi propri dell'adolescente possiamo distinguere tre grossi nuclei:

- Ricreativi. Comprendono i giochi, gli sport e i divertimenti

vari: letture (l'adolescente in genere legge molto, più che nelle tappe precedenti, legge con maggior discriminazione, e preferisce letture con temi reali, desidera informarsi); cinema, visto come strumento di distensione, di svago, di cultura; televisione.

— *Interessi sociali*. Il crescente bisogno di comunicare porta l'adolescente ad intrattenersi nelle *conversazioni* a contenuto molto vario.

Rientrano in tali interessi anche i *ricevimenti*, occasione per incontrarsi con amici e amiche; gli sport sono pure interessi sociali, oltre che ricreativi; il ballo; associazioni e gruppi vari.

— *Interessi professionali*. Sono molto importanti per orientare l'adolescente verso la sua futura attività di adulto. Sono legati al sesso, all'intelligenza, alle inclinazioni individuali. Tendono ad accentuarsi al termine dell'adolescenza.

Caratteristiche della vita emotiva dell'adolescente

L'adolescenza è un momento fondamentale nell'evoluzione dell'uomo, ma pure un momento di transizione.

L'adolescente manca di uno « status » (= la posizione che gli è data dal suo gruppo) vero e proprio, non è più fanciullo, e non ha ancora lo status di adulto. Si trova in una situazione non del tutto definita, vaga, ambigua. Di conseguenza anche la sua vita emotiva è poco stabile, vive sentimenti di insicurezza, di disorientamento, connessi a volte a sentimenti di ansietà e forte tensione.

Più esplicitamente, evidenziamo alcuni fattori che sottolineano la esuberanza di emotività di questo periodo.

- *Instabilità*, legata alla tendenza di poli opposti che si affrontano. Sono tipici i passaggi bruschi dall'esuberanza alla depressione, dall'entusiasmo allo scoraggiamento, dalla gioia alla tristezza, dall'egoismo all'altruismo massimo.
- Incertezza e ambivalenza. L'adolescente si sente spesso in balia di sentimenti opposti: l'uno lo spinge all'espansione di sè, l'altro lo stimola all'isolamento, alla difesa della propria personalità di fronte ai tentativi di livellamento e di sottomissione. Questa ambivalenza crea incertezza e provoca quelle venature di malinconia che a volte appaiono anche sul volto dell'adolescente. Spesso può sentirsi solo, in cerca di qualcosa di nuovo che lui stesso non sa precisare. Odia

il presente e vorrebbe bruciare le tappe per raggiungere mete successive.

Nutre l'aspirazione di conoscere una persona che lo aiuti, lo capisca, lo ami e lo lasci vivere secondo la esigenza del suo « io » (importante la figura dell'Animatore).

— Intensità e ricchezza. Nell'adolescente coesiste una molteplicità di fenomeni nuovi e vari: egli soffre a fondo le gioie e le pene che intessono la vita, così che i suoi sentimenti e le sue emozioni saranno vissute con vivacità e intensità.

Lo sport può essere un momento forte per maturare una vita emotiva forte e consistente, al di là di forme aberranti ed eccessive.

Difficoltà emotive nell'adolescente

Ci pare utile concludere con una puntualizzazione delle difficoltà e inadeguatezze che si manifestano nell'adolescenza a livello emotivo. Ci sono alcuni criteri in base ai quali è possibile valutare se un adolescente ha raggiunto quel certo equilibrio e armonia che lo distanziano dal fanciullo.

Elenchiamo alcuni sintomi che sono indice di un negativo adattamento nell'adolescenza.

- Sintomi fisici Nervosismo cronico, stanchezza, frequente mal di testa, attacchi di nausea, perdita dell'appetito e del peso.
- Sintomi di immaturità emotiva Dipendenza dagli adulti, bisogno eccessivo di attirare l'attenzione, incapacità a lavorare da solo, irresponsabilità.
- Sintomi di inadeguatezza sociale Mancanza di fiducia in sè e preferenza a stare solo; aperto rifiuto da parte degli altri, mancanza di amici.
- Sintomi di emotività anormale Frequente fuga nel sogno, difficoltà ad ascoltare quando gli si parla, distrazioni, iper-eccitabilità, facile malinconia, apatia.
- Sintomi di esibizionismo Fa il buffone, tormenta continuamente gli altri, è esageratamente cortese, incapace di accettare la critica.
 - Sintomi di involuzione intellettuale Bloccaggio delle idee, ac-

centuata lentezza nel rispondere alle domande, fisso nelle sue idee, sospetto, facile ad accusare gli altri.

— Sintomi di tendenze antisociali - Aggressività in tutte le relazioni, insolenza, perdita facile del controllo, non sopporta la disciplina, ha interessi osceni.

Dal quadro, schematico e incompleto, che abbiamo abbozzato, è facile rendersi conto quanto sia complessa la vita emotivo-affettiva dell'adolescente e quanti fattori possono provocare lo squilibrio.

L'Animatore che è in possesso di una forte identità saprà leggere a fondo la realtà dell'adolescente e sa intervenire con opportunità e intelligenza per condurre il giovane al suo equilibrio emotivo.

7 - DALLA SQUADRA AL GRUPPO

Tra i vari, complessi problemi che l'adolescente deve risolvere, quello della socializzazione appare di importanza primaria, poiché comporta l'acquisizione di uno « status » di modi e comportamenti sociali che dovranno essere tali da renderlo accetto alla famiglia, alla società e in particolare ai coetanei.

Si intensificano così nell'adolescenza le relazioni sociali, diventano più selettive e acquistano un particolare valore e significato nell'amicizia.

La vita e le relazioni, che in precedenza gravitavano quasi esclusivamente intorno al nucleo familiare, si volgono ora all'ambiente esterno. Diventa una necessità per l'adolescente entrare a far parte di un gruppo, intrecciare molteplici relazioni.

L'esperienza del gruppo e dell'amicizia, d'altra parte, è fondamentale per il costituirsi di una sua personalità armonica e completa, e per il raggiungimento della maturità sociale.

Per giungere a questa maturità, dal punto di vista psicologico, si possono indicare alcuni tratti fondamentali e caratteristici.

Anzitutto la persona deve avere la capacità di agire in maniera autonoma rispetto alla complessità dei rapporti sociali.

Inoltre una equilibrata consapevolezza dei diritti e dei doveri altrui e infine una capacità di collaborazione cosciente e responsabile.

Per giungere a questi tratti di maturità sociale, l'adolescente passerà attraverso stadi successivi.

- un contatto crescente con la società, sia per motivi scolastici, che ricreativi;
- una conseguente conoscenza più realistica della società, con interessi vari che vanno dalle questioni sociali a quelle economiche, politiche, umanitarie;
- una maggiore coscienza dei diritti degli altri e interesse per questi;
 - coscienza più viva dell'appartenenza ad una classe sociale;
- maggior consapevolezza del proprio valore e desideiro di avere ruoli comportanti un'azione sociale responsabile.

Perché l'adolescente fa gruppo

L'adolescente, lo si è visto, è spinto irresistibilmente verso il gruppo, in cerca di autonomia, per sperimentare la propria libertà, per poter investirsi di un ruolo.

È sospinto nel gruppo dei coetanei dal desiderio di godere della loro simpatia e stima, di essere da loro accettato e di allargare le sue esperienze in tutte le dimensioni.

Il gruppo spontaneo è l'espressione più naturale della maturante dimensione sociale della personalità dell'adolescente.

Il gruppo diventa il luogo naturale dove la personalità dell'adolescente raggiunge la piena espansione.

La necessità del gruppo è legata dalla molteplice funzione esercitata da esso, come rileviamo schematicamente:

- il gruppo soddisfa il bisogno di avere un proprio status indipendente;
- fornisce all'adolescente una certa stima di sè, derivata dalla sua accettazione nel gruppo e subordinazione agli interessi del gruppo;
- il gruppo procura sollievo da quello stato di insicurezza, incertezza, indecisione, ansietà in cui spesso il ragazzo si trova, in forma più o meno accentuata;
 - il gruppo lo aiuta emotivamente nell'emancipazione dai genitori;
 - è mezzo protettivo contro le interferenze dell'adulto;
- in esso il giovane può fare esperienze nuove, anche in relazione agli incontri con coetanei di sesso diverso;
 - riduce la massa delle frustrazioni legate all'adolescenza;
- permette apprendimenti di ogni genere: cooperazione, competizione, sistemi di valori.

Caratteristiche dei gruppi adolescenziali

L'adolescente non si accontenta di partecipare unicamente alle attività di gruppo e nulla più: egli è interessato ad analizzare in modo soggettivo la sua esperienza con il gruppo. Va alla ricerca delle sfumature e delle sottigliezze nei suoi rapporti interpersonali con i diversi membri del gruppo, le elabora internamente per farsene un concetto preciso. Non si sente soddisfatto di essere accettato come un'entità anonima, questo sia nel gruppo scolastico, che sportivo o di altro

tipo. Desidera sentirsi accettato come persona, ed è molto sensibile alle reazioni di simpatia o di ripulsa nei suoi confronti o nei confronti dei membri del suo gruppo. È disposto a fare anche forti rinunce pur di realizzare un soddisfacente inserimento nel gruppo dei coetanei e sentirsi da esso accettato.

Sono cinque le caratteristiche che riteniamo fondamentali dei gruppi adolescenziali:

- Conformismo. È forte questa caratteristica, molto più che nel mondo dei fanciulli e degli adulti. Si manifesta nel modo di vestire, di parlare, nelle preferenze o ripulse. È facile sentire dalla loro espressione « Tutti fanno così ». Tale conformità di gruppo o gregarismo si manifesta spesso più nel comportamento che nelle idee e si riferisce non a tutti i membri del gruppo ma a quelli che dimostrano maggior autorità e influenza sugli altri. A volte il gregarismo diventa una vera e propria forma di schiavitù all'opinione altrui ed è in contrasto con il forte bisogno di indipendenza ed autonomia dell'adolescente. La motivazione di ciò è data dal fatto che nel gruppo il ragazzo sperimenta uno status che minimizza quel senso di ansia provocato dal distacco dalla sicurezza della famiglia.
- Solidarietà. I membri del gruppo si sentono fortemente uniti tra di loro, è questa solidarietà permette loro di porsi di fronte al mondo degli adulti per ottenere concessioni e privilegi. Tale caratteristica può tuttavia ridurre di molto le manifestazioni della propria individualità: all'interesse personale a volte è anteposto lo spirito di corpo.
- Poco numerosi e omogenei. Anche questa caratteristica differenzia l'adolescente dal fanciullo. Il gruppo inoltre è formato da soggetti le cui caratteristiche sono più o meno simili, sia dal punto di vista etnico-sociale, che caratteriale.
- Apertura etero-sessuale. Nell'adolescenza prendono consistenza i gruppi misti e si vanno intensificando i rapporti tra ragazzi e ragazze.
- Tendenza a formare delle sottoculture, nel senso di un associazionismo che assume le proporzioni e i valori di una cultura a sè. Al limite può sfociare anche nelle gang delinquenziali, forma estrema del fenomeno dell'associazionismo adolescenziale.

Inserimento dell'adolescente nel gruppo

Il gruppo permette di soddisfare soprattutto i bisogni psico-sociali dell'adolescente, le sue aspirazioni verso la libertà e l'indipendenza. Perché avvenga questo è però necessario che l'individuo si senta realmente accettato e approvato. L'opinione del gruppo infatti riveste un'importanza spesso maggiore di quella dei genitori e degli educatori.

Ci sono diversi gradi di accettazione sociale, dal ragazzo leader a quello totalmente rifiutato, quantunque siano pochi gli adolescenti che vivono quest'ultima situazione.

L'adolescente che si sente accettato e popolare è felice e sicuro, perché è appagato nel suo bisogno di sicurezza e successo.

È meno preoccupato di sè e risulta quindi simpatico e gradito. Il ragazzo impopolare, tagliato fuori dal gruppo, non può sviluppare adeguatamente le sue doti sociali.

Appare timido, insicuro, permaloso, aggressivo, egoista, animato da sensi di inadeguatezza. Può superare a volte questa situazione compensandosi con interessi di vario genere: arte, musica, cultura.

È difficile stabilire quali siano i fattori più importanti e quali meno nell'accettazione di gruppo.

Tentiamo una loro enumerazione, a carattere puramente indicativo:

- Le prime impressioni che il comportamento desta sugli altri;
- Le caratteristiche esterne del soggetto e le qualità fisiche (questo soprattutto per le ragazze).
- Il concetto di sè. C'è una correlazione positiva tra l'accettazione di sè da parte del soggetto e l'accettazione degli altri.
- La salute fisica, in quanto favorisce atteggiamenti sicuri ed entusiasti.
- Il livello socio-economico. Capita che adolescenti con LSE superiore diventino il centro dell'attenzione altrui.
- L'intelligenza, soprattutto la capacità di intuizione e di soluzione dei problemi, lo spirito di iniziativa.
- La composizione della famiglia. In genere i figli unici faticano di più a socializzare.
 - L'accettazione dei valori di gruppo.
 - La lunghezza del tempo di conoscenza.
 - I tratti di personalità. Costituiscono il fatto principale. I ra-

gazzi maggiormente accettati sono espansivi, dinamici, generosi, entusiasti e affezionati.

Esistono nel gruppo anche soggetti socialmente rifiutati. David Ausubel, psicologo americano, li raggruppa in diverse categorie:

- Adolescenti rifiutati a causa di certi tratti della loro personalità che li rendono inadatti alla vita di gruppo: aggressività, egocentrismo, mancanza di auto-difesa, introversione eccessiva, prepotenza, oppure a causa di caratteristiche fisiche e di interessi divergenti.
- Adolescenti che rifiutano la vita di gruppo perché la considerano traumatizzante e senza piaceri a causa della loro personalità o incompetenza sociale. Si tratta sovente di ragazzi rifiutati o sopravvalutati dalle famiglie.
- Adolescenti passivi che mantengono una posizione ambigua, e hanno interessi diversi da quelli del gruppo. Troviamo qui gli opportunisti che ostentano di seguire gli ideali del gruppo per ottenerne approvazione, ma non ne sono convinti.

Oppure gli adolescenti autoritari e individualisti che non si conformano facilmente alle aspettative del gruppo; gli individui infine con forti convinzioni morali che non accettano qualsiasi forma di compromesso o che portano avanti ideali che lasciano il gruppo indifferente.

L'Animatore e il gruppo

Al termine di queste note generali su alcuni problemi di socializzazione nell'adolescenza, sottolineiamo il ruolo delicato e importante dell'Animatore, soprattutto di gruppi sportivi.

Dipende da lui operare il passaggio dalla « squadra » che può ridursi a puro gregarismo, pur con finalità comuni, al « gruppo » ove esista una vera circolarità di valori e l'accento venga posto sul rapporto interpersonale.

La situazione dell'Animatore è delicata, anche perché si è visto che l'adolescente rifiuta il mondo degli adulti, pur possedendo internamente un forte bisogno di guida, di sicurezza, di un modello valido e significativo.

All'Animatore spetta il compito di comprendere l'adolescente, di

entrare nel suo mondo interiore e di cogliere la profonda dinamica che sta alla base del suo comportamento esteriore.

L'Educatore-Animatore deciso ad inserirsi nella vita di gruppo e desideroso che questo si conformi allo sviluppo psicologico dei suoi membri, dovrà cercare di attuare il più possibile, all'interno del gruppo, quelle condizioni che rendono attraente il gruppo stesso, soprattutto creando un clima di amicizia attraente tra i membri e dando l'opportunità di contatti cordiali, di discussione aperta di problemi vitali, di esercizio della responsabilità.

Aiuterà soprattutto i membri del gruppo alla formazione di un solido potere critico, ad una ragionata autonomia, ad un equilibrato spirito di indipendenza, coltivando il rispetto dell'altro, l'apertura al colloquio e all'intesa.

È opportuno che in questo delicato e complesso lavoro parta dalla esigenza più profonda del gruppo, dalle situazioni concrete vissute dai ragazzi.

Ma il grande presupposto sta nella ricchezza di personalità dell'Animatore, che deve conoscere anzitutto sè stesso ed essere capace di verifica leale e spassionata.

PISTA PER IL LAVORO DI GRUPPO

- Preparo un programma per l'animazione di una liturgia domenicale.
- Animazione di un periodo liturgico (avvento, quaresima).
- Animazione di una giornata di amicizia con altri gruppi.
- Animazione di un pomeriggio ricreativo.
- Animazione di una giornata di ripensamento e di spiritualità.
- Animazione...

N.B. - Segnalare la documentazione su cui ci si basa per un aggiornamento o la preparazione.

8 - L'ANIMATORE ALLA VERIFICA DI SE'

Struttura generale della Personalità

Ci poniamo questo obiettivo: capacità di autocomprensione, di leggere a fondo nei nostri dinamismi interiori per meglio capire in noi e negli altri.

Uno sguardo generale della nostra struttura di personalità ci pone di fronte ad un duplice gruppo di processi psichici:

- processi di *conoscenza*, attraverso cui veniamo a contatto con il mondo esterno (ideazione, percezione, sensazioni);
- processi che si riferiscono ai dinamismi psichici, o forse interiori, che costituiscono la radice dei nostri comportamenti.

Tutto il nostro mondo psicologico è fondato su questi due settori, la cui conoscenza si impone.

Approfondiamo solamente il secondo aspetto, tralasciando i processi di conoscenza.

I dinamismi della personalità umana possono essere così presentati schematicamente:

- tendenze, impulsi, bisogni
- reazioni emotive
- esecuzione e decisione volontaria.

Il passaggio attraverso le tre espressioni può avvenire in queste forme:

- -- tendenza \rightarrow desiderio \rightarrow esecuzione \rightarrow soddisfazione
- tendenza \rightarrow desiderio \rightarrow frustrazione \rightarrow esecuzione \rightarrow soddisfazioni variate.

Consideriamo per ora la prima situazione (Es. bisogno di dissetarsi: sorge il desiderio dell'acqua - segue l'esecuzione, che può essere controllata e non controllata - si ha la soddisfazione del bisogno). Tutto il nostro mondo psichico procede attraverso tali tappe.

Passiamo ad una loro analisi:

I bisogni umani fondamentali

| | Sicurezza | Successo | Status |
|--|--|---|--|
| Aspetto fisico | bisogno di equili- brio fisico (omeo- stasi) di alimento di riposo fisico | successo nel domi- nio del mondo fi- sico bisogno di affetto fisico | - situazione di privi- legio di fronte al mondo fisico |
| Aspetto psico-sociale | bisogno di essere sè stesso di sviluppo come persona di sicurezza di sè | bisogno di sentirsi capaci di riuscire nel contatto sociale bisogno di affetto | bisogno di avere un posto nella so- cietà di appartenere ad una comunità uma- na di essere amati |
| Aspetto spirituale (dare un senso alla vita) | bisogno di conservazione dell'esistenza (immortalità) tendenza a conoscere il senso della propria esistenza | - bisogno di sviluppo culturale-sociale | bisogno di sentire di avere un posto nell'insieme delle cose |

(Cfr. J. Nuttin, Psicoanalisi e Personalità, Roma, Paoline, 1959)

In ogni essere umano sono presenti questi bisogni fondamentali: la loro soddisfazione è indispensabile per l'equilibrio e per l'esistenza.

Da parte della persona è importante assumere un atteggiamento di lealtà, di sincerità nei confronti dei propri bisogni, come si presentano, poiché l'unico modo di poterli controllare è quello di porli realisticamente davanti a sè. L'uomo infatti riesce a capirsi, a capire gli altri e a controllarsi quando sa collegare determinati comportamenti con determinati bisogni fondamentali.

I sentimenti

Il passaggio dal bisogno all'esecuzione, include delle risonanze psichiche polivalenti che denominiamo « sentimenti ».

Es. Il bisogno di successo provoca un sentimento di disagio. La soddisfazione inoltre di un bisogno provoca un sentimento di appagamento, che può coesistere con timore e ansietà per un'eventuale perdita. Di fronte ad ogni bisogno, ad ogni tendenza, proviamo un certo stato d'animo, un sentimento diverso.

Vi sono sentimenti che durano a lungo: essi possono creare nella psiche delle posizioni fisse e divenire dei modi abituali di essere. È facile che siano i sentimenti negativi quelli che spesso divengono un modo nostro di essere.

Quale atteggiamento tenere di fronte ai nostri sentimenti? Enunciamone alcuni:

- ammettere di sperimentare determinati sentimenti, per inaccettabili che possano essere. Il riconoscerli nella loro entità è un possibile passo per la loro soluzione.
- Abituarsi a interpretarli collegandoli con le tendenze da cui derivano. « Sperimento questo sentimento, qual'è la tendenza che ci sta sotto »?
- Non si possono controllare i propri sentimenti semplicemente schiacciandoli. Si tratterebbe di inutili rimozioni, che non risolvono nulla. Bisogna risalire a monte del problema, scoprire ciò che è ad essi sotteso e partire di là.
- Non lasciarsi imprigionare dall'abito di certi sentimenti negativi. Quanto meno pronta è la reazione e la presa di coscienza, tanto più aumenta il pericolo che si instauri una abitudine emotiva negativa. Sono le abitudini più pericolose.

L'esecuzione

È la consumazione della tendenza, l'appagamento del bisogno secondo una modalità volontaria, controllata, oppure immediata. Lo schema risulta così:

Sento il bisogno \rightarrow me ne rendo conto \rightarrow penso che cosa posso fare \rightarrow decido ed eseguisco.

Questo suppone la capacità di percepire, di comprendere; la volontà, la capacità di decidere.

Non sempre, e non in ogni situazione, è possibile seguire puntualmente tale procedimento, perché molte circostanze concrete esigono una risposta immediata.

Si tratta di trovare un punto di equilibrio tra la forma di passaggio bisogno → esecuzione, senza che vi sia una presa di coscienza;

e il giungere all'esecuzione attraverso una decisione volontaria ogni volta approfondita e ponderata.

Il punto di equilibrio esiste:

Bisogna raggiungere delle decisioni fondamentali, prese con chiarezza e vissute, le quali, a poco a poco, polarizzano tutto il comportamento. Dobbiamo dare un significato alla nostra vita, un indirizzo di fondo coerente e unitario, in modo che tutti i nostri comportamenti abbiano un preciso orientamento, determinato dalle decisioni di fondo sui punti importanti della nostra vita.

Avvenuta la decisione fondamentale, l'opzione personale, bisogna tener conto di tre principi importanti:

- avere un piano definito di vita, il che implica una scelta;
- sviluppare e soddisfare le tendenze e i bisogni collegati con questo piano di vita;
- riunciare coscientemente alla soddisfazione di quei bisogni che non sono compatibili col piano di vita.

Dinamismi interiori di adattamento alla realtà

Quando una tendenza qualsiasi o un bisogno fondamentale viene impedito nella sua spinta verso la soddisfazione normale produce quello stato d'animo che denominiamo « frustrazione ». Essa risulta quindi una tensione, un conflitto interno dovuto ad una insoddisfazione, e ad un inappagamento. Tale tensione tende a scaricarsi (con un processo spesso inconscio) attraverso alcuni comportamenti, che rappresentano una soddisfazione mascherata delle tendenze frustrate. Sono i comportamenti chiamati nel linguaggio psicologico « meccanismi di difesa ». Ricorrendo ad essi la persona tende a diminuire la tensione e l'ansietà, e difende l'integrità del proprio « io ».

Hanno quindi un duplice scopo:

- abbassare la tensione;
- soddisfare in modo indiretto i bisogni frustrati. Quando tali comportamenti divengono abituali, rendono inautentico tutto il comportamento della persona.

Analizziamo i principali:

— Compensazione. Serve a sviare l'attenzione da qualsiasi situazione umiliante. Si riduce allo sforzo, spesso inconscio, per controbilan-

ciare la tensione che deriva dalla non realizzazione dei bisogni (di valere, di stima, di affetto) e dal senso di inadeguatezza, attraverso azioni sostitutive, che possono assumere forme svariate (riuscire in qualche settore specifico, sviare l'attenzione dalle proprie deficenze, facendo brillare i lati positivi).

A volte tali comportamenti possono servire da equilibratori autentici.

- *Identificazione*. È un modo di ridurre la tensione interna mediante il « sentire come propri » i successi, le qualità di un'altra persona o di un gruppo.
- *Proiezione*. Inverso del precedente: invece di sfruttare il successo degli altri, si scarica su di essi la responsabilità del proprio insuccesso.
- Razionalizzazione. Si cercano ragioni o scuse per giustificare in modo accettabile, a noi stessi e agli altri, qualche comportamento che invece è motivato da tendenze inaccettabili o non percepite dalla coscienza. (Analogia della volpe e dell'uva acerba).
- Evasione. È il rifuggire da una realtà che frustra i propri desideri. Può assumere forme molteplici, e nasconde forti bisogni di successo, di prestigio.
- Regressione. È un ritorno indietro, riprendere comportamenti o condotte proprie ad età precedenti. Dimostra fondamentalmente un bisogno di sentirsi protetti, insieme ad un senso di timore della realtà e della responsabilità.
- Formazione reattiva. Si tratta di una trasformazione nel contrario, per cui il soggetto pensa, sente, fa esattamente il contrario di ciò che farebbe se seguisse la spinta dei suoi bisogni.

La personalità integrata (e tale deve essere un Animatore) conosce e rispetta il funzionamento dei vari settori dell'attività personale (fisica - mentale - emotiva), sa leggere con lealtà e chiarezza nei suoi dinamismi interiori e mantenere un equilibrato controllo delle proprie reazioni, con un adattamento alla realtà che minimizzi le forme di «fuga » e di « difesa ».

È necessario per questo ribadire e assimilare un « piano di vita » che lo soddisfi come persona e gli faccia accettare con serenità le inevitabili rinunce ad esso inerenti.

Può incarnare così quel « valido modello di identificazione » di cui l'adolescente ha bisogno e che dovrebbe poter trovare anzitutto nelle persone (Educatori - Animatori - Genitori) che hanno il compito di percorrere con lui il difficile cammino che sta vivendo.

LAVORO DI GRUPPO

- Seguendo la metodologia indicata all'inizio degli incontri, stendere un PROGETTO EDUCATIVO per un gruppo sportivo, in vista del nuovo anno di lavoro.
 - Si parta dalle *esigenze* concrete dei giovani, per formulare, in base ad esse, dei validi OBIETTIVI, mete pratiche da raggiungere in questo anno.

BIBLIOGRAFIA

Adolescenza - Bibliografia consigliata

Allport G., Psicologia della personalità, Zurigo, PAS-Verlag, 1969.

Balestro P., Continente adolescenza, Torino, LDC, 1975.

Blos P., L'adolescente: una interpretazione psicoanalitica, Milano, Franco Angeli, 1971.

Cacciaguerra F., Sensibilità e autocoscienza nella pubertà, Milano, Vita e Pensiero, 1972.

Cruchon G., Psicologia pedagogica, Brescia, La Scuola, 1969.

De Lorimier J., Progetto di vita dell'adolescente, Torino, LDC, 1969.

Ell E., Gli adolescenti, chi sono, cosa vogliono, Torino, LDC, 1968.

Erikson E., Gioventù e crisi di identità, Roma, Armando, 1974.

Hemming H., L'adolescenza femminile, Firenze, La Nuova Italia, 1975.

Lutte G., Lo sviluppo della personalità, Roma, PAS-Verlag, 1963.

Ossicini A., I ragazzi che fuggono, Firenze, Giunti Barbera, 1968.

Schneiders A., Psicologia dell'adolescente, Torino, SEI, 1968.

Vari, Adolescenza, Assisi, Cittadella Ed., 1970.

DESTINATARI: ANIMATORI - ANIMATRICI DI GRUPPI SPORTIVI

| Esigenze | Obiettivi | Contenuti | Attività | Verifica |
|--|---|---|---|----------|
| | Sensibilizzazione e presa di co- scienza della propria funzione di Animatrice/tore sportivo; | | | |
| funzione educativa per interve- | Capacità di entrare con simpatia e profondità nel mondo psicolo- gico del preadolescente e del- l'adolescente; | cologia dell'età | Partecipazione attiva nel gruppo o nell'assemblea; | |
| Conoscere più a fondo la realtà del preadolescente e dell'adole- scente; | Capacità di meglio conoscere e verificare sè stessi nei propri dinamismi interiori; | Conoscenze di psi- cologia dinamica. | Disponibilità nel dare il proprio contributo di co- noscenza e di esperienza. | . : |
| Conoscere meglio sè stessi, i propri dinamismi interiori; | Impegno per cercare delle stra- tegie di azione in riferimento alla propria attività; | | | · |
| Studiare delle strategie di azio- ne e un programma per condur- re un lavoro valido. | Stesura di un progetto educati- vo per il prossimo anno spor- tivo. | | | |