



Alfio Maggiolini
Pieni di rabbia. Comportamenti trasgressivi e bisogni evolutivi negli adolescenti
 FrancoAngeli,
 Milano 2023
 pp.154, € 22,00

Nel chiedersi quale sia il rapporto dei giovani di oggi con la rabbia, Alfio Maggiolini premette che i giovani definiti come generazione Z (i nati dal 1997 in poi) sono in genere ragazzi in cui prevalgono emozioni di tristezza e vergogna. Nella "generazione internet" ci sono però «anche giovani pieni di rabbia, che manifestano il loro disagio protestando, provocando e aggredendo persone o distruggendo oggetti». Adolescenti che si sentono scontenti, delusi ed avviliti, perché considerano per loro impossibile raggiungere il possesso di quei beni di consumo che si configurano come simboli del livello sociale cui vorrebbero appartenere. Adolescenti che, sentendosi invisibili ed esclusi, provano un senso di frustrazione e di rabbia, che può tradursi in «disagio evolutivo e psicopatologico». Il forte malessere che sentono si traduce in comportamenti reattivi in cui l'aggressività può essere rivolta verso se stessi, come nel caso di ritiro sociale, disturbi dell'alimentazione e autolesionismo, oppure può essere rivolta verso l'esterno, come nel caso di comportamenti aggressivi e violenti.

Con questo libro l'autore intende proporre «un approccio efficace alla psicoterapia di preadolescenti e adolescenti con disturbi del comportamento» che parta innanzitutto dal cercare di comprendere le ragioni che sono causa di stati d'animo di insofferenza e rabbia dei ragazzi e che arrivi a suggerire possibili valide risposte da parte degli adulti.

Con azioni di violenza verbale e fisica gli adolescenti «parlano» a chi, rispetto a loro, ha un ruolo educativo. Ad esempio, possono essere mossi da un senso di giustizia che non vedono soddisfatto. Gli interventi degli adulti non possono prescindere dalla comprensione delle motivazioni che stanno alla base dei comportamenti aggressivi e trasgressivi che li sconcertano.

Maggiolini afferma che, per agire in modo efficace, non ci si possa limitare a «mirare al sintomo comportamentale»,

ma si debba risalire al suo significato, si debba «trovare il senso del comportamento trasgressivo». E conseguentemente pensa che, per intraprendere un intervento con un adolescente, sia imprescindibile conoscerne il contesto familiare e il contesto sociale.

La sua proposta psicoterapeutica parte da «una prospettiva evolutiva nella valutazione dei disturbi mentali», vuole «innanzitutto cogliere la relazione tra disturbi e compiti evolutivi». Il percorso sta quindi nel comprendere il bisogno legato alla crescita che sottostà ai comportamenti trasgressivi, nel ricercare gli elementi che ostacolano il superamento del problematico momento di passaggio, nell'attribuire un significato a ciò che accade e nel rifletterne, sia con il ragazzo stesso sia con le figure educative di riferimento, per arrivare infine a «costruire un progetto che si traduca in decisioni (una nuova scuola, un trasferimento dalla madre al padre tra genitori separati, il supporto di un educatore, un inserimento in comunità o in un centro diurno e così via)».

I ragazzi che compiono azioni oppostive e distruttive sono spesso spinti dal non sentirsi capiti, dal constatare di non avere risposte adeguate dagli adulti di riferimento e al contempo dal considerare se stessi sia incapaci di instaurare relazioni soddisfacenti, sia inadeguati a fare qualcosa di positivo per la propria vita. Seguiti in un percorso terapeutico, hanno innanzitutto l'opportunità di sentirsi visti e ascoltati, poi possono imparare a dare un nome alle proprie emozioni e a riflettere per cercare di comprendere che cosa le provochi. Vengono aiutati ad acquisire la capacità di pensarsi e di tradurre in parole ciò che provano. Saper «mentalizzare» è infatti il primo strumento necessario a raggiungere quei livelli di consapevolezza indispensabili per riuscire a leggere la propria situazione di difficoltà e per cercare di superarla. Con il supporto di quella che Maggiolini definisce «psicoterapia orientata evolutivamente», i ragazzi con problemi di comportamento arrivano a saper compiere «un'azione consapevole, quella che in inglese è chiamata agency, cioè la capacità di agire sul mondo in modo efficace».

Margherita Mainini