

CREATIVITA' E PROCESSO TERAPEUTICO IN ADOLESCENZA

Veronica Pasetti

Giorgia Morini

Ada Labanti

ADOLESCENZA, CRESCITA E CREAZIONE DI SÉ

La parola adolescente deriva dal latino "adolescens", participio presente di "adolescere", composto da "ad" rafforzativo e "alere" nutrire: che si sta nutrendo. L'adolescente è colui che si sta nutrendo e l'adulto - dal participio passato della stessa radice - è colui che si è nutrito. Questa definizione ci mostra due condizioni esistenziali, una in cui non è conclusa la propria formazione e una in cui essa è arrivata al termine.

Questa definizione fa pensare al lavoro che ogni giovane si trova a dover compiere, ossia un lavoro di crescita, creazione, creazione di sé.

L'adulto è colui che ha già compiuto questo passaggio; anche se sappiamo che non è propriamente così, la vita in sé è divenire, ma certamente il potenziale trasformativo - pensiamo per esempio semplicemente alla mutazione a livello somatico - è molto grande in adolescenza e le mutazioni sono rapide, quasi subitanee. Ad un tratto l'accelerazione che il corpo del bambino in evoluzione incontra è imponente, richiede una significazione di sé e del proprio stare nel mondo profonda, che mostra con forza la distanza incolumabile che si va aprendo con il mondo dell'infanzia, generando curiosità e incertezza rispetto ad un nuovo assetto che ancora non è dato conoscere. È la prima forte pronuncia su di sé e sullo stare nel mondo che il soggetto si pone, con dotazioni fisiche e cognitive differenti dal passato ma ancora tutte da scoprire e sperimentare.

Presente più che mai nell'adolescente di oggi è proprio il voler partire da sé: è pronunciarsi a partire da sé stesso indipendentemente dagli altri, da ciò che lo circonda, dal suo passato, in modo libero e spontaneo. In adolescenza la dipendenza viene superata a favore del prendere in mano la propria vita. Nello stesso tempo però, per quanto voluto, questo soggettivarsi è faticoso, soprattutto se l'adulto non sostiene il processo creativo del divenire. Una visione chiara del proprio percorso può concretamente aiutare l'adolescente ad affrontare questo passaggio delicato, ma indispensabile.

Come è vero che l'accesso a sé, al proprio essere nel mondo per come si è, non è un fatto semplice, è altrettanto vero che l'adolescente si trova, di per sé, in una condizione favorevole ad accedere alla creatività. Il primo movimento per essere creativi, infatti, è proprio perdere le coordinate di riferimento per produrne di nuove, che è la situazione in cui normalmente l'adolescente si trova, nonostante questo gli generi non poco smarrimento e spavento. Se l'adolescente deve decidere se tuffarsi verso l'ignoto, sicuro di trovare un nuovo senso oppure ricondurre quello che prova a percorsi già noti, quale strada prediligerà? E soprattutto, che possibilità si darà di accedere al proprio stare nel proprio procedere?

Viene presa come esempio la definizione di creatività di Winnicott secondo cui *"Per essere creativa, una persona deve esistere e avere il senso di esistere, non in maniera consapevole, ma come base di partenza per agire. La creatività è allora, il fare che emerge dall'essere. Essa indica che colui che è, è vitale. L'impulso può essere silente, ma quando la parola "fare" diventa appropriata, già è presente la creatività"* (Winnicott, *Vivere creativamente*, 1970, p. 31, 32)."

A questo proposito, accedere alla creatività per l'adolescente significa esprimere la sua unicità. Creatività e accesso al proprio divenire soggettivo sono circolarmente interconnesse; esse sono l'espressione dell'unicità fondante ogni relazione che l'adolescente intrattiene con sé e con l'altro. L'adolescente si trova a prendere coscienza, strada facendo, degli aspetti identitari genetici e ambientali (ambiente culturale, fisico e sociale) che caratterizzano il suo essere e che sono dati nel momento in cui viene al mondo, senza poter scegliere. Riuscire ad organizzare tutti questi fattori, però, non è cosa semplice, dovendosi muovere tra ciò che si è e si potrebbe diventare, tra l'apertura verso il nuovo, verso il futuro da progettare e il presente con cui si fanno continuamente i conti. L'unicità di ogni soggetto nasce proprio dalla sintesi che egli compie di tutti questi fattori riconoscendo sé stesso, integrando elementi nuovi in modo non indolore.

Possiamo dire che l'elaborazione di alcuni aspetti identitari dati alla nascita conduce ad una rilettura originale e creativa di quanto appare come un dato di fatto non modificabile. Si fa strada la costruzione della risposta a quanto il venire al mondo ha dato al giovane e ciò conduce all'elaborazione del proprio personale modo di stare nel mondo.

Durante l'adolescenza vengono costruite dal soggetto le risposte alle esperienze relazionali vissute, attraverso un'aumentata, rispetto all'infanzia, capacità di attribuzione del significato e di lavoro mentale. Le risposte alla significazione dei vissuti relazionali creano delle rappresentazioni mentali implicite della relazione Io-Altro e sono iscrivibili in un processo di soggettivazione. La rigidità e la persistenza delle risposte prodotte in adolescenza influirà sulla possibilità di determinare il coefficiente eziopatogenetico nella vita adulta.

CREATIVITA' E LAVORO CLINICO CON GLI ADOLESCENTI

Si è riscontrato nel lavoro con gli adolescenti che alcuni temi ritornano: il confronto con la propria idea di sé, le proprie capacità, il confronto con i pari e il rapporto con loro, il rapporto con gli adulti, la costruzione di un progetto per il proprio futuro e la definizione della propria soggettività, nonché la corporeità che è fortemente chiamata in causa, in particolar modo in questo periodo, con tratti e caratteristiche particolari in seguito al periodo pandemico.

Si può parlare di sofferenza per l'adolescente, nell'irrigidimento nell'affermazione di sé, del proprio contenuto storico con eliminazione del divenire, il rimanere aggrappati a tutti i costi all'immagine identitaria di sé e dell'altro che si è costruita.

Ciò che si verifica talvolta è che, in qualche momento situato nel processo di crescita, il sistema si è chiuso alla possibilità di elaborare nuovi stimoli flessibilizzando in relazione ad essi il proprio funzionamento, in quanto ciò avrebbe provocato una rottura della coerenza alla quale non sarebbe corrisposta la possibilità di giungere ad un nuovo e differente equilibrio.

La chiusura, l'irrigidimento in soluzioni storiche, sono l'espedito che il soggetto trova per mantenere sé stesso e la propria coerenza e per affermarsi in quanto esistente. Ma la vita, nel frattempo, preme e le soluzioni irrigidite hanno perso la loro funzionalità. Da qui l'insorgere di comportamenti "disadattivi" che sono i sintomi che l'adolescente porta come risultato della chiusura del sistema.

Il compito del terapeuta è quello di cercare di capire il motivo del blocco e porsi accanto all'adolescente come facilitatore del processo di autocoscienza, permettendo al sistema di aprirsi nuovamente, accogliendo ed integrando i cambiamenti in una nuova immagine di sé sentita come accettabile e non pericolosa per il divenire del sistema.

Ciò comporta che il lavoro terapeutico sia centrato sul "qui ed ora" dell'adolescente, sui significati che hanno per lui o per lei quello che vive e sperimenta, sulla possibilità di pensare e di pensarsi. Lo sguardo è posto sul presente e da questo sulla possibilità di costruire il futuro, sciogliendo la rigidità e inserendosi di nuovo nello scorrere della vita.

All'inizio di una terapia, il soggetto-adolescente si presenta, diversamente dall'adulto che propone una serie di definizioni verbali e "procedurali" di sé, con una sofferenza esperita, meno rappresentata e simbolizzata; il terapeuta, non può far altro che partire da questo, prendendo sul serio la domanda di aiuto che gli viene posta. Si propone quindi un percorso che aiuti a cercare vie alternative a quelle fino ad ora sperimentate lavorando in modo puntuale sulle modalità storiche del paziente soffermandosi non tanto sul contenuto di esso, ma sul perché: è un approccio metodologico che riporta la funzionalità delle proprie definizioni al soggetto, sul come e perché le faccia proprie e continui ad utilizzarle nel qui ed ora. La configurazione dell'io-soggetto è infatti il "criterio" che ordina se stessi e il mondo e che viene utilizzato anche quando gli eventi o i comportamenti appaiono divergenti rispetto ad esso. Il primo passo di un percorso terapeutico non può essere quindi che il mettere a fuoco questo "criterio" sia nei suoi caratteri di funzionalità ricorsiva, sia nella sua dimensione di sofferenza, come uno dei possibili modi di essere dell'io-soggetto.

Attraverso questo primo passaggio, riconoscere le lenti con cui si guarda il mondo, può essere possibile relativizzare questa stessa funzionalità per andare creativamente alla ricerca di un modo alternativo per collocarsi rispetto a sé e rispetto al mondo. Obiettivo del metodo è il contatto con sé stessi, la presa d'atto di ciò che si è e la costruzione del proprio divenire creativamente nella propria vita.

LA PANDEMIA COME PERTURBAZIONE INEDITA NELLA CREAZIONE DEL SE' ADOLESCENZIALE. UN FOCUS SULLA SCUOLA.

La pandemia, per molti giovani, si è imposta proprio mentre erano in corso questi significativi eventi nella vita dei singoli. Essa ha imposto confini, distanze, sospensioni, paure, pensieri sulla morte e sul pericolo che

i ragazzi hanno significato ed utilizzato nel loro lavoro di costruzione creativa di sé con modalità legate al funzionamento soggettivo.

Da questi spunti emerge con chiarezza quanto possa essere stata diversa l'esperienza degli adulti e dei giovani in questo periodo. Forse troppo sbrigativamente si è liquidato il loro smarrimento o il loro dolore etichettandolo come immaturità, desiderio di uscire per fare qualche aperitivo...c'è in ballo molto altro e di più; quanto ognuno di loro avrà significato di questa esperienza determinerà un equilibrio differente che il sistema soggetto si darà nella costruzione di sé stesso. Anche gli adulti si sono trovati a dover elaborare gli stessi eventi, ma in un punto della loro traiettoria evolutiva molto diverso.

Quello che abbiamo vissuto è stato un periodo complesso, in cui si sono susseguiti due momenti molto differenti tra loro: il primo lockdown totale, dove abbiamo potuto incontrare solo online i ragazzi che erano chiusi in casa assieme ai loro famigliari, con la sola possibilità di uscire magari per portare fuori il cane e incontrare per qualche decina di minuti un amico, se avevano la fortuna che fosse un vicino di casa; il secondo, quello di quest'inverno, in cui si poteva passare da essere 'gialli' a essere 'arancioni', con una sospensione repentina della loro vita, dei loro appuntamenti, della loro frequenza a scuola...Il senso di precarietà e di impotenza, anche la rabbia, l'intolleranza si sono fatti sentire di più.

Nell'inverno del 2020 molto forte era la sensazione del pericolo, della morte; il suono delle sirene era un rumore di sottofondo inquietante, disorientante. Tutto era sospeso, sembrava di vivere eventi non reali. Le sedute online erano un po' come un uscire da questo bozzolo di isolamento.

Nella seconda fase i vissuti sono stati differenti, molti adulti non erano più a casa tutto il tempo in smart working e i ragazzi potevano andare a scuola, ma con la sensazione continua di vivere di settimana in settimana. Per certi versi è stato quasi logorante questo passare dalla scuola in presenza alla DAD, dal poter vedere il fidanzato perché siamo 'gialli' al non poterlo vedere più e chissà per quanto perché siamo 'arancioni' e lui vive in un altro Comune.

Abbiamo avvertito una grande fatica, come terapeute, a reggere l'impatto di vissuti forti come rabbia, incertezza, paura, spaesamento, vissuti che accomunavano i ragazzi e i loro adulti di riferimento.

Alcuni ragazzi hanno sviluppato sintomatologie nuove (disturbi alimentari, attacchi al corpo, disturbi dell'umore, attacchi di ansia o di panico) nel tentativo di definirsi, di trovare una modalità di esprimere qualche cosa di sé a sé stessi in un momento tanto complesso da travolgere tutti, un momento che non ha avuto precedenti nella nostra storia. Questi movimenti si possono leggere come un tentativo di resistere al divenire sterili e al dubitare della propria creatività, della propria capacità di appassionarsi e divenire.

Il tentativo di restare vivi ha trovato uno spazio prezioso nella stanza della terapia e nel terapeuta un co-costruttore, un testimone di uno slancio creativo.

La pandemia ha posto limiti repentini, forti, tassativi e gli adolescenti hanno saputo sopportare la solitudine, non si sono "dovuti" quindi mostrare forti davanti ai pari, hanno potuto vedere come non persecutorie le regole, ma come salvavita. Le crisi, le mancanze, possono essere fertili attivatrici di pensieri nuovi. Non è utile dimenticare il dolore ai fini della crescita psichica; occorre riattraversarlo per poterlo dotare di nuovi significati.

Quello che ci sembrava interessante era osservare come, per gli adolescenti che crescono per "discontinuità", per salti qualitativi repentini, per le esperienze vissute "nel qui ed ora" come forgiature della personalità e il modo di leggere e rapportarsi con la realtà, un tempo come quello vissuto abbia inciso sul loro mondo interno in modi idiosincratici.

Un ambito di osservazione che ci è parso interessante è stato quello del rapporto con la scuola, una scuola vissuta in parte in DAD, un'istituzione in cui anche gli adulti, i professori, si sono dovuti collocare repentinamente e che i ragazzi hanno percepito in modo differente dal passato, dal pre-pandemia. La scuola è un organizzatore psichico molto potente, condensa una pluralità di stimoli molto complessi.

La scuola non è stata vissuta come il luogo fisico dell'istituto: si andava scuola dalla propria camera da letto, magari nemmeno vestendosi e passando dal letto alla lezione in un attimo. Alcuni ragazzi hanno sentito molto turbato il ritmo del fluire del loro tempo: siccome a scuola non ci devo andare fisicamente posso anche andare a letto più tardi, tanto mi sveglio dopo.... Anche se sono stanco quando inizia la lezione non è un problema, posso stare a letto e staccare la telecamera... Un tempo condensato e per altri versi dilatato.

Accanto a questi temi legati al periodo contingente, resta il fatto che il pronunciamento sul proprio rapporto con la scuola contiene un pronunciamento su di sé e sul proprio progetto evolutivo.

La complessità è includere in questo pronunciamento gli elementi connessi al cambiamento pandemico. Maggior pronunciamento soggettivo: esserci e non esserci, non esserci... Queste modalità sono espressive di una funzionalità del soggetto, di un suo collocarsi nella propria vita, nel proprio esserci. Scopo del nostro lavoro clinico è stato vedere con i giovani la posizione che loro stessi hanno assunto, rintracciare la loro creatività, appropriandosi del proprio essere che si è manifestato attraverso quel fare.

Cogliere il proprio porsi attivamente rispetto alle richieste che la scuola mette davanti in questo periodo, è stata anche l'occasione di riappropriarsi, seppur faticosamente, di qualche pezzo della propria vita. Incontrare le difficoltà che ci sono state a scuola nel post pandemia, fino al punto di pensare addirittura di lasciarla, ha fatto sì che quell'adolescente si pronunciasse su di sé, guardandosi davvero dentro nel profondo: chi sono io? Cosa voglio fare della mia vita? Questa pronuncia su di sé viene espressa in modo implicito, è un conosciuto non pensato di sé; la sfida è stata per noi terapeute cogliere e fare esperienza con loro di questo movimento, perché è lì che l'adolescente vuole essere raggiunto.

In taluni casi è come se la frattura con la scuola, che magari fino a quel momento non aveva rappresentato un problema così importante, avesse prodotto un cortocircuito del sistema mettendo in luce nuove prospettive che l'adolescente ha iniziato a intravedere.