



## La caduta degli ideali e la rabbia degli adolescenti

Elena Buday

A seguito della pandemia Covid-19 sembra essere emerso, con drammatica e ulteriore evidenza, un disagio già preesistente, sebbene con minore risalto, che colpisce gli adolescenti, esprimendosi in forme caratteristiche, differenti rispetto al passato, di difficoltà rivolte verso il sé o il mondo esterno. Quali sono i fattori psicologici che mediano una risposta tanto profonda alla situazione pandemica da parte dei ragazzi? Quanto di questo disagio è imputabile alla pandemia in sé e quanto, invece, si connette a tratti di fragilità psicologica già presenti e indipendenti da essa?

L'articolo propone alcune riflessioni su questo tema, già esposte nell'ambito del Convegno Nazionale Minotauro "L'ombra della pandemia sugli adolescenti" l'11 dicembre scorso, con particolare attenzione agli aspetti di fragilità narcisistica. L'ipotesi da discutere vede in questo tratto del funzionamento emotivo e relazionale degli adolescenti odierni, già ampiamente descritto da Gustavo Pietropolli Charmet (2000, 2010), un elemento che rende caratteristiche le loro forme di sofferenza e può anche aver mediato l'impatto psicologico della pandemia, rendendoli ad essa particolarmente vulnerabili.

### Futuro e vulnerabilità alla delusione

Una delle caratteristiche dei percorsi evolutivi dell'odierno adolescente "narciso" è quella di aver generalmente trascorso un'infanzia idoleggiata, proiettata verso l'aspettativa di un meraviglioso futuro nel quale realizzare ed esprimere al meglio tutti i talenti attribuiti al suo sé in costruzione.

La sua fantasia infantile, coltivata insieme ai genitori e ai familiari ammirati dalle sue straordinarie capacità, è quella di essere avviato a diventare non semplicemente un bravo adulto, che compirà il proprio dovere traendone gratificazione, ma una "bella" persona, realizzata e di successo, che concretizzerà risultati speciali in modo da rivelarsi all'altezza di aspettative ideali e di standard molto elevati. In questo modo anche i genitori troveranno la desiderata conferma della propria bravura, nell'aver portato a termine con successo la loro missione educativa. In questo contesto l'arrivo dell'adolescenza, con la maturazione puberale del corpo, viene rappresentato nelle fantasie del bambino come momento di potenziale avvio della realizzazione di queste elevatissime aspettative ideali. Quel che realmente accade, invece, è che il suo avverarsi segna e richiede l'uscita dalle fantasie infantili ed il progressivo insediamento nella realtà: il corpo, non scelto su misura né controllabile nelle sue trasformazioni ed emozioni, con la sua mortalità e complementarità desiderante, diviene il significante concreto del limite.



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Elena Buday, La caduta degli ideali e la rabbia degli adolescenti

Già da prima della pandemia si evidenziavano specifici rischi di sofferenza legati alla possibile delusione rispetto alle elevate, onnipotenti aspettative di ex-bambino e famiglia al sopraggiungere della realtà dell'adolescenza: pensiamo ad esempio alla "paura di essere brutti" (Charmet, 2013) indotta dalla maturazione puberale del corpo, o alle reciproche delusioni-disillusioni quando tra genitori e figli non ci si capisce più alla perfezione, o alle inevitabili quote di scontro, delusione, sofferenza insite nelle scelte da compiere misurandosi con incertezza e rinunce, errori e fallimenti...

A rivelarsi difficile per l'adolescente non è dunque tanto la separazione concreta (che anzi è stata avviata e incoraggiata precocemente, fin dai tempi del nido) ma la separazione da un insieme di rappresentazioni idealizzate di sé, dell'oggetto d'amore primario e della relazione, dalle identificazioni simbiotiche onnipotenti e indifferenziate che hanno caratterizzato la sua infanzia dorata.

La pandemia ha costituito una realtà che ha fatto traumaticamente irruzione sul percorso di crescita degli adolescenti, scompigliando i processi evolutivi in corso, già resi delicati dall'incontrollabilità della realtà post-puberale. Il presente ed il futuro avevano già cominciato a rivelarsi imprevedibili e non all'altezza delle aspettative: sul piano individuale il corpo pubere non è mai sufficientemente bello da supportare l'insostenibile bisogno di ammirazione (Charmet, 2018), amplificato dalle immagini patinate diffuse dai social; sul piano familiare si affacciano le delusioni causate da inevitabili incomprensioni, differenze, insuccessi e incidenti di percorso; sul piano sociale la realtà si presenta tutt'altro che rosea (a livello "micro" la scuola con le sue crescenti richieste costringe a rivedere le proprie illusioni confrontandosi anche con le difficoltà, a livello "macro" si pongono le questioni legate alla crisi economica ed ecologica) e non è facile per l'adolescente compiere le scelte che definiranno la costruzione della propria identità professionale e sociale. Con l'irrompere del virus, poi, gli spazi e le occasioni di realizzazione, godimento, sperimentazione della corporeità sono stati drasticamente limitati, minacciati, invasi dal pericolo del contagio e della morte.

Tutti questi fattori nell'insieme rendono più difficile immaginare, sperimentare e realizzare un "bel" presente, così come un positivo investimento sul futuro, divenuto incerto e ancor meno programmabile, anche nel breve termine<sup>1</sup>.

La pandemia ha aggiunto ai carichi già presenti per l'adolescente una brusca invasione nel campo del reale di vissuti di fragilità, incertezza, mortalità, vulnerabilità, non sapere, conflitto, sia in sé che negli adulti di riferimento: tutti temi particolarmente difficili da elaborare per gli odierni adolescenti ed il loro contesto di riferimento, così orientato al successo e alla realizzazione del sé. Ha comportato un lungo periodo di vicinanza forzata, con la

(1) Le recentissime drammatiche evoluzioni degli scenari bellici, che esulano dalle possibilità di trattazione di questo articolo, non fanno che aggravare i timori e le preoccupazioni aggiungendovi dolore e sgomento per le popolazioni direttamente coinvolte.



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Elena Buday, La caduta degli ideali e la rabbia degli adolescenti

fragilità propria e degli adulti esposta in primo piano, la scarsa possibilità di valorizzare i percorsi e i movimenti evolutivi degli adolescenti verso l'esterno, con piuttosto una spinta regressiva alla mancanza dei confini spaziali e di ruolo: tutti chiusi in casa, a doversi sforzare di andare d'accordo e cercare di tenersi su di morale con esperimenti più o meno riusciti di panificazione casalinga.

Winnicott (1965) ci ha insegnato che dover reagire a un impatto reale mentre è in corso la strutturazione interna di aspetti del sé rende tale strutturazione più difficile, perché quelle parti del sé saranno più difficilmente visibili, riconoscibili e pensabili, sia dal soggetto che dal suo contesto, impegnati a far fronte a quella realtà esterna che le occulta e che distoglie, intrusivamente e traumaticamente, dalla continuità dell'esperienza interna. Con la pandemia è accaduto che, mentre l'adolescente era faticosamente impegnato a congedarsi gradualmente e fisiologicamente dall'onnipotenza infantile e dall'idealizzazione di sé e degli adulti di riferimento, la realtà del virus ha fatto irruzione facendole bruscamente precipitare.

## No rabbia né conflitto

Cresciuti in famiglie affettive volte a evitare il più possibile conflitti e frustrazioni (Charmet, 2003), a costo di sfumare molto confini e differenze generazionali a favore di identificazioni talora simbiotiche e indifferenziate (bambini e adulti spesso si trovano su pari livello nei negoziati e trattative familiari, tanto che si parla di "bambini adultizzati"), gli adolescenti oggi sono tendenzialmente pacifici, e si aspettano riconoscimento e valorizzazione a partire da una buona relazione con gli adulti.

Tale educazione caratteristica delle famiglie affettive li rende esposti ai noti vissuti di vergogna, particolarmente difficili da padroneggiare, connessi alla percezione del profondo gap tra i loro ideali elevatissimi e la realtà che si fa invece portatrice di limiti e delusioni.

Un'altra caratteristica della loro esperienza infantile consiste nel fatto che la rabbia ed il conflitto vengono tenuti particolarmente lontani dalle relazioni familiari, improntate alla buona qualità dei legami, alle reciproche identificazioni, all'utilizzo affettivo delle regole in funzione della serena e armoniosa convivenza più che in funzione di valori etici universali. Una ricerca, condotta presso l'istituto Minotauro e descritta nel volume "Ragazzi sregolati" (Pietropolli Charmet, 2003), già 20 anni fa aveva mostrato come la funzione delle regole in famiglia fosse tutta rivolta a garantire l'armonia e la buona relazione, tenendo lontano il conflitto: il non litigare ed il buon clima affettivo emergevano già allora come valori supremi a cui rivolgere l'educazione dei figli. Oggi, numerosi episodi tratti dalla cronaca (per esempio ribellioni collettive, spesso con la partecipazione dei genitori, a provvedimenti disciplinari erogati in ambito scolastico) o dall'esperienza quotidiana mostrano con spettacolare evidenza quanto molte regole appaiano ai ragazzi elementi puramente formali, accessori e fondamentalmente



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Elena Buday, La caduta degli ideali e la rabbia degli adolescenti

stupidi, a fronte dell'importanza sostanziale della buona relazione e del supremo valore costantemente attribuito all'espressione di sé, che deve essere libera, spontanea e limitata il meno possibile.

Gli odierni adolescenti provengono da famiglie in cui tendenzialmente gli adulti si aspettano che i bambini si esprimano, perché desiderano coltivare e far crescere i loro talenti e le loro naturali abilità piuttosto che domarne la natura peccaminosa con il rigore ferreo della regola. Raramente, dunque, intervengono per limitarne l'esuberanza, anche in quelle manifestazioni che un tempo avrebbero indotto il "capofamiglia" a reclamare a gran voce silenzio, rispetto e disciplina, imponendosi se necessario anche con toni e maniere forti, tali da non escludere una certa dose di arrabbiatura, scontro, conflitto, dolore: "è per il tuo bene", si diceva, "un giorno mi ringrazierai". L'educazione oggi sembra invece tutta rivolta al non arrabbiarsi: i bambini non si devono arrabbiare (perché farli arrabbiare quando - tutto sommato - possiamo concedere?), né gli adulti devono arrabbiarsi con loro (sono bambini... devono esprimersi!). Sarebbe meglio che i bambini non litigassero neanche tra loro, e che trovassero modi pacifici e diplomatici ("adulti"?) di regolare le loro interazioni, i loro scambi, le loro contese.

Laddove siano proprio necessarie delle regole, quelle minime indispensabili a garantire una serena convivenza ed una buona relazione, queste vengono fatte rispettare "per amore" e non per paura, ossia sulla base di un'identificazione, richiesta al bambino, con le ragioni dell'adulto. Abbiamo dunque di fronte adolescenti che hanno coltivato fin da piccoli l'abitudine a identificarsi con gli adulti (e con le loro fragilità non dette): questo li ha portati ad obbedire mossi dall'affetto e dalla comprensione, non per paura della punizione inflitta con la forza di un padre edipico autoritario e conflittuale; li ha resi pacifici, disponibili e obbedienti, in attesa della desiderata ricompensa consistente nella valorizzazione narcisistica da parte dell'adulto, il quale la offrirebbe proprio a partire da questa identificazione che sfuma limiti e differenze.

Poco spazio dunque rimane per l'esperienza e soprattutto per l'elaborazione di scontri, conflitti, dell'utilizzo costruttivo della rabbia volta a marcare confini e differenze e ad affermarsi "con forza". La rabbia, che non ha smesso di esistere in quanto emozione connaturata all'uomo, sembra essere divenuta più difficile da riconoscere, da esprimere, da sperimentare, da modulare, da utilizzare come sentimento affermativo ed espressione di un limite/confine (fra me e te, fra giusto e sbagliato...). La conosciamo molto meno, ne facciamo molto meno esperienza in famiglia.

Di conseguenza, negli adolescenti ritroviamo sempre più spesso la rabbia come sentimento tabù, temuto, difficile da gestire e da mentalizzare in quanto affetto separante: viene vissuta piuttosto - e dunque tendenzialmente allontanata o scotomizzata - come potenzialmente distruttiva della relazione affettiva, pacifica e piena di reciproche identificazioni che caratterizza l'attuale contesto familiare. Allo sguardo clinico, gli adolescenti



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Elena Buday, La caduta degli ideali e la rabbia degli adolescenti

appaiono sempre meno abituati a frequentarla e riconoscerla, spaventati quando se la trovano di fronte negli altri o quando ne avvertono interiormente l'energia.

Spesso assistiamo ad una fatica nel padroneggiarla, che si esprime in rari comportamenti dirompenti o in più frequenti tenaci evitamenti. Spesso i racconti che ascoltiamo in studio a proposito delle liti tra amici o fidanzati riguardano scambi che avvengono a distanza, via whatsapp, tramite messaggi vocali asincroni che permettono di evitare il confronto diretto con la rabbia propria e dell'altro. Talora, alcuni esplodono con scoppi incontrollabili ed effettivamente distruttivi, che confermano il loro timore di essere abitati da un'emozione violenta che andrebbe repressa.

Come appropriatamente suggeritomi dalla collega Alessandra Marcazzan nell'ambito di un nostro carteggio personale, "sembra assente, nel vissuto di adulti e ragazzi, la possibilità di integrare un vissuto della rabbia non solo come reazione distruttiva alla frustrazione ma anche come componente sana, di auto affermazione, come spinta vitale che non sempre e non per forza è fautrice di rottura del legame (anzi i legami sono a volte cementati dalla rabbia, come testimoniano in modo lampante alcune separazioni conflittuali), ma a volte, se modulata e non eccessivamente distruttiva, può essere addirittura funzionale al legame, permettendo di ricalibrarlo in funzione dell'espressione e della negoziazione delle reciproche esigenze. Nelle relazioni e nelle rappresentazioni degli adulti, per contro, sembra diffusa una tendenza alla delegittimazione delle emozioni negative degli adolescenti, sia di quelle che hanno a che vedere con la fragilità, con la tristezza, sia di quelle connesse alla rabbia. I ragazzi non vengono autorizzati ad esprimerle, né a provarle, ma nemmeno aiutati a pensarle: persino in pandemia ci siamo sforzati di vederli disinteressati e impegnati nella movida, disattenti alle regole e dunque responsabili dei contagi, fortunati e un po' viziati ("in fondo non devono andare in guerra come i loro nonni<sup>2</sup>, hanno tutto e devono solo starsene comodi sul divano!"), quanto meno un po' imbroglioni e trasgressivi ("copiano durante la DAD!"), ma mai alle prese con i più autentici e profondi problemi esistenziali relativi al senso della vita e della morte, che invece ogni essere umano deve affrontare: in questo rischiamo di voltarci dall'altra parte lasciandoli desolatamente soli. Del resto, quando prima della pandemia, con il movimento Fridays for Future, hanno iniziato a mostrarsi vagamente arrabbiati perché la crisi climatica gli sta rubando il futuro, c'è stato chi è riuscito a negare loro qualsiasi diritto di parola, definendoli addirittura "gretini"...

...come se gli adolescenti, solitamente accusati di essere bamboccioni viziati, ripiegati nel privato, scarsamente dediti alla "cosa pubblica" e al bene comune, non avessero il diritto/dovere di interessarsi ai problemi politico-sociali che riguardano il loro pianeta ed il loro futuro. Come se le loro proteste rappresentassero un'offensiva espressione di ingratitudine verso quanto gli adulti hanno loro offerto.

(2) E speriamo che i recenti drammatici sviluppi non smentiscano anche questa frase.



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Elena Buday, La caduta degli ideali e la rabbia degli adolescenti

In sostanza, pare che nel vissuto generale gli adolescenti non debbano e non si possano arrabbiare, laddove invece hanno - come abbiamo cercato di illustrare - ottime ragioni per arrabbiarsi e su questo sono misconosciuti e lasciati soli. Ed è su questo che anche la pandemia ha avuto un impatto.

In assenza di una pensabilità e rappresentabilità, la rabbia può esplodere, come diretta reazione alla frustrazione generata da una realtà insoddisfacente, sul versante esternalizzante-esplosivo, ma anche rivolgersi verso l'interno (ad esempio con attacchi al sé/al corpo). Alcune manifestazioni osservate nel lavoro clinico con gli adolescenti mostrerebbero, in particolare, situazioni in cui la rabbia rimane presente senza essere mentalizzata, aleggiando sotto forma di tensione misconosciuta, spesso presentata confusamente come generica "ansia", esprimendosi sotto forma di sintomi: spesso gli adolescenti presentano "crisi" che si auto-diagnosticano come "attacchi di panico" ma che, esplorate ed elaborate, hanno assai più a che fare con il rifiuto, l'opposizione indicibile, la rabbia impotente, che con gli aspetti ansiosi più classicamente legati al timore o alla paura. Gli adolescenti attuali, fragili narcisisticamente, faticano ad accedere alla mentalizzazione della rabbia (propria e altrui) come affetto separante.

Nell'impossibilità di accedere alla mentalizzazione e alla pensabilità di una parte così vitale del sé come quella della rabbia separativa e differenziante, spesso accade che gli adolescenti arrabbiati tendano piuttosto a sentirsi ed esprimersi come vuoti e ansiosi. Manifestano un'agitazione irrequieta e lamentosa. Ed è solo lavorando con loro che scopriamo (e scoprono) che oltre all'ansia, che più propriamente si assocerebbe alla percezione di un pericolo, sono in realtà pieni di rabbia di fronte a una strisciante e inesprimibile sensazione di ingiustizia, delusione, fastidio.

La pandemia ha acuito drammaticamente la quota di rabbia sperimentata dagli adolescenti (che non sanno bene come riconoscerla né come gestirla) perché la realtà (loro stessi, il corpo, il genitore, la professoressa, la scuola, l'amico, la fidanzata, il mondo, il futuro, la vita) non è e non si comporta come la vorrebbero, come la immaginavano, come dovrebbe essere. Chiusi in casa, con la DAD, la vicinanza forzata e talvolta regressiva, l'esplorazione preclusa, il futuro minacciato, la crescita così come era stata pensata, quella delle meravigliose aspettative infantili, sembra essere stata proditoriamente sottratta e bloccata.

In ragazzi tanto abituati ad assumere atteggiamenti rassicuranti, obbedienti e compiacenti, quella rabbia differenziante che, se fosse mentalizzata, potrebbe anche dare energia per affrontare l'ostacolo (la rabbia si accompagna sempre alla caduta delle idealizzazioni e può aiutare a superarle), non trova spazio né pensabilità. Di fronte alla caduta degli ideali gli adolescenti non sanno arrabbiarsi, forse non sanno nemmeno di essere



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Elena Buday, La caduta degli ideali e la rabbia degli adolescenti

arrabbiati, perché li abbiamo addestrati a non esserlo, abbiamo insegnato loro a non farlo, e in ogni caso non sanno con chi prendersela: avvertono solo l'incertezza, il vuoto, l'agitazione, l'ansia.

Accanto all'ansia e alla tristezza per la perdita delle certezze e dei riferimenti infantili, per la presa di consapevolezza dell'inconsistenza degli adulti nel presente e della loro inutilizzabilità per la costruzione del futuro (fa molta paura scoprire di non poter contare sui genitori che avevamo immaginato/come ci eravamo aspettati... già fisiologicamente è richiesto un impegnativo lavoro di elaborazione per passare dalle loro immagini ideali alla relazione reale, con i suoi limiti e le sue difficoltà), si affaccia la rabbia per la caduta dell'idealizzazione, che apre all'impatto con un mondo così diverso dalle aspettative tanto coltivate, e con grande affezione, nell'infanzia.

La rabbia costituisce un aspetto meno visto ma molto presente anche in quegli adolescenti apparentemente più pacifici, introversi, timidi e riservati: proprio in quanto meno vista e meno pensabile dai ragazzi stessi, può costituire un ingrediente "detonatore" per alcune manifestazioni cliniche (in particolare alcuni di quelli che vengono da loro chiamati, forse impropriamente, "attacchi di panico") che, tra le altre, hanno visto un grande aumento durante la pandemia. Risultando particolarmente difficile da riconoscere, esprimere ed utilizzare in funzione separante per questi ex bambini cresciuti in famiglie tanto affettive, educati in modalità tanto a-conflittuali, la rabbia rischia di essere percepita come una tensione distruttiva ai limiti dell'impensabile, alimentando forme confuse di ansia, tristezza, rifiuto, panico, somatizzazioni.

## Clinica psicologica pandemica attraversata dalla rabbia misconosciuta

Con particolare frequenza, specie dalla pandemia in poi, mi è accaduto di incontrare ragazzi che chiedevano aiuto psicologico per autodefinito "crisi di panico", rivelatesi poi come espressione di incompresi e misconosciuti (anche dai ragazzi stessi) tentativi di opporsi, di rifiutare, di evitare il confronto con aspetti della realtà che non solo li spaventavano, ma anche li deludevano nella loro "non-idealità", riempiendoli di rabbia e di disprezzo, ma anche di impotenza perché si trattava di aspetti che non potevano evitare né modificare.

Vorrei quindi proporre una vignetta clinica che, prendendo spunto da questi incontri, tenti di illustrare la rabbia come dimensione pervasiva nel malessere degli adolescenti in pandemia, anche quando la parte più visibile/evidente sembra riconducibile ad altri affetti più facilmente riconosciuti quali tristezza/ansia: l'adolescente qui descritta portava una richiesta relativa a cosiddetti "attacchi di panico", che in realtà molto poco avevano a che vedere con l'ansia e la paura a lei più chiaramente evidenti, mentre contenevano rilevanti componenti misconosciute di rifiuto e protesta verso qualche aspetto della realtà (scolastica, familiare, sociale...)



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Elena Buday, La caduta degli ideali e la rabbia degli adolescenti

non apertamente contestato, semmai sotteraneamente disprezzato, ma verso il quale la ragazza si viveva come impotente.

Eva, 16 anni, si presenta con un sintomo che definisce come “attacchi di panico”, con manifestazioni prevalentemente corporee (tremori, battere incontrollabilmente i denti, blocco e rigidità degli arti). Questi “attacchi” sono comparsi dopo la fine del lockdown, nel momento tanto atteso dell’agognato ritrovamento con il gruppo di amici, con il quale viene organizzata anche una vacanza fuori casa, all’insegna della separazione dall’ambito domestico e del riappropriarsi del mondo esterno: grandi aspettative, dunque, nei confronti di questa vacanza, e un forte desiderio di recuperare il tempo perduto. Altrettanto grande è lo smarrimento di Eva quando invece si trova a sperimentare un senso di straniamento e differenza dai coetanei, che anima in lei il timore di averli persi irrimediabilmente e non riuscire più a ritrovarli: Eva descrive la paura che il lockdown abbia definitivamente rotto i legami, si sofferma sulla tristezza e la delusione che prova quando realizza di non condividere lo stesso piacere di prima nel riprendere attività e interessi comuni con gli amici, ora che finalmente ciascuno può riemergere dal chiuso della propria casa. La ragazza si è spiegata così l’improvvisa e inspiegabile comparsa delle sue “crisi”, nel pieno delle serate trascorse finalmente all’aperto in compagnia del gruppo, impegnato a celebrare anche un po’ trasgressivamente la gioia dell’estate e della compagnia ritrovata.

Tuttavia la sua lettura non è sufficiente a spiegare né ad arginare il ripetersi sempre più frequente dei sintomi, che aumentano ulteriormente con l’autunno, alla ripresa della scuola.

Soltanto nell’ambito dei colloqui sarà possibile riconoscere, negli episodi culminati negli attacchi di panico, movimenti, per quanto poco evidenti, che Eva percepisce come di attiva e fastidiosa esclusione da parte di qualche interlocutore del gruppo; alcuni atteggiamenti, comportamenti, gesti ed espressioni degli amici la fanno sentire trascurata, messa al margine rispetto alle vivaci dinamiche amichevoli, trasgressive e seduttive che sembrano animare il gruppo. Contrariamente ai suoi desideri e aspettative, smentendo le promesse di un agognato e tanto atteso ritrovamento, in quei momenti gli altri sembrano poter prescindere dal suo contributo e dal suo desiderio, quasi a rimandarle l’immagine di lei come elemento superfluo e aggiuntivo, se non addirittura di disturbo, per la vita del gruppo. Questo suscita in Eva un sentimento, implicito e poco pensabile, di rabbia. Mentre il discorso esplicito parla del timore di ritrovarsi cresciuta, forse privata del gusto e del piacere di reimmergersi nelle “vecchie” attività un tempo profondamente condivise con gli amici, il vissuto implicito non sembra riferibile solo alla paura, all’ansia, al dispiacere di essere abbandonata e trascurata dai suoi amici, perdendo il suo ruolo nel gruppo, che le sono ben evidenti e che la portano ad ammutolirsi e ritirarsi, quanto anche alla rabbia, alla protesta impronunciabile, alla muta indignazione per un cammino interrotto che non





# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Elena Buday, La caduta degli ideali e la rabbia degli adolescenti

sembra ripartire, al bisogno di molta più attenzione e di un ben diverso riconoscimento da parte della sua famiglia sociale che invece colpevolmente la marginalizza.

Gli attacchi si presentano anche in rapporto alla scuola: Eva racconta che se da un lato la DAD la riempiva di noia e difficoltà, dall'altra parte, escludendo gli spostamenti, le permetteva tempi più "comodi" e l'aveva abituata ad una modalità "più rilassata" di affrontare le lezioni, dall'intimità della propria cameretta. Poco lusinghiere le erano parse le "performance" degli insegnanti, mostratisi poco interessati alla relazione e al contatto emotivo con i ragazzi e apparentemente focalizzati soprattutto sull'adempimento sterile della burocrazia degli apprendimenti ("i prof pensano solo alle verifiche... sempre infastiditi e innervositi dal sospetto che copiamo... non ci hanno mai chiesto come stavamo..."). La ripresa della didattica in presenza era comunque molto desiderata, in vista del ritrovamento del gruppo classe, oltre che di una migliore prossimità e comunicabilità con gli insegnanti che avrebbe permesso di seguire meglio e con più attenzione le lezioni. Eva è dunque particolarmente stupita che gli attacchi di panico si presentino anche durante le operazioni di uscita dalla casa e avvicinamento alla realtà scolastica.

In realtà, quando parliamo durante i colloqui di quella che Eva racconta come una paura di affrontare la vita scolastica senza riuscire ad essere sufficientemente brillante e preparata, andando incontro così a temuti insuccessi e fallimenti, incontriamo di nuovo un aspetto molto più difficilmente esprimibile di rabbia.

Questa appare legata al vissuto di una scuola tutto sommato poco soddisfacente, che non di meno costituisce l'occasione per saldare un debito nei confronti di una mamma fragile e idealizzata, che da sempre fa tutto per lei e va gratificata, sostenuta e ripagata portandole soddisfazioni e buoni risultati, specialmente ora che la pandemia l'ha resa ancora più affaticata mettendo in forse la stabilità della sua situazione lavorativa. Il papà, poco presente sullo scenario familiare, non sembra costituire agli occhi di Eva un interlocutore significativo, in grado di sostenere e rendere felici né lei né la mamma, che si sentono accomunate dalla medesima condizione di "trascuratezza" e impegnate in una stretta alleanza femminile. Il bisogno di consolare e gratificare la mamma tramite la riuscita scolastica mal si concilia con la percezione che Eva ha avuto di una scuola inadeguata, abitata da personaggi "mummificati e disagiati", che propongono e richiedono un nozionismo stupido, sterile e mortifero, che non offrono ai ragazzi né presenza relazionale, né modelli di identificazione positivi, né esperienze fruibili e funzionali ad una vera crescita. Come molti dei suoi coetanei, Eva ha le idee chiare rispetto a come vorrebbe e come dovrebbe essere la scuola, su come andrebbe organizzata e condotta, su come andrebbero attribuite le valutazioni: idee tanto chiare quanto distanti dalla realtà che invece si trova a vivere ogni giorno, che risulta così non solo frustrante e deludente rispetto alle sue aspettative, ma anche difficile da comprendere e da accettare nei suoi ineludibili limiti, divenendo fonte di continua e profonda rabbia.



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Elena Buday, La caduta degli ideali e la rabbia degli adolescenti

Questo ci porta ad ipotizzare che nascosta nell'attacco di panico ci sia parte di questa rabbia, che, se fosse esprimibile a parole, potrebbe tradursi in qualcosa come: "Devo andare bene a scuola per far piacere a mia mamma ma mi ribello/mi oppongo/protesto verso la sottomissione alle richieste scolastiche perché sono stanca di lavorare per lei e per i suoi significanti rappresentati dalle professoresse; non sopporto più che invadano il mio tempo con le loro richieste e imposizioni alle quali non attribuisco nessun valore perché le trovo inutili e sbagliate, mentre a loro è abusivamente consegnato il potere ingiusto di stabilire il mio valore come studentessa. La scuola (la realtà?) dovrebbe essere giusta, o per lo meno molto migliore di come è, invece è inaccettabilmente imperfetta e io non vorrei doverci avere a che fare".

In questo possiamo cogliere un tratto sempre più frequente nell'atteggiamento dei ragazzi odierni, che li vede porsi su un piano simmetrico rispetto all'adulto, niente affatto disposti alla cieca sottomissione all'autorità di un'istituzione alla quale non viene più riconosciuta alcuna forza, desiderosi piuttosto di essere coinvolti come interlocutori "alla pari" in trattative e negoziati relativi alle modalità di gestire da protagonisti il proprio percorso scolastico.

Nel caso di Eva l'attacco di panico esprime dunque, nei confronti della madre, la non piena appropriazione della scuola e del ruolo di studentessa, la fatica ad accedere alla separatezza, tanto più in un momento pandemico che ha comportato tanta vicinanza coatta e tanta esposizione alla materna fragilità. I vissuti della ragazza sono segnati da una profonda ambivalenza: da un lato, Eva vuole esaudire il desiderio della mamma, cercare di gratificarla, "restituendole" qualcosa di tutti gli sforzi fatti per una figlia che si vive come impegnativa e "pesante" ma anche come l'unica in grado di renderla felice; dall'altro lato compare la spinta, più tipicamente adolescenziale, a rifiutarne le richieste per emanciparsi dalle aspettative, dalle esigenze di una figura materna tanto ingombrante quanto amata, percepita come talmente affezionata e fragile da non potersi mai arrabbiare con lei, non poterla mai deludere, mai lasciare sola.

Il riconoscimento e l'espressione modulata della rabbia potrebbero essere molto utili ad Eva per ridefinire il suo ruolo sia nei confronti della mamma che nel gruppo di amici, e rivelarsi molto più funzionali di altri espedienti più diffusi nei ragazzi narcisisticamente fragili, quali la compiacenza, la permalosità e il ritiro.

## Conclusioni

Gli odierni adolescenti narcisisticamente fragili sembrano presentare una caratteristica difficoltà nel riconoscimento, nell'espressione, nella gestione delle emozioni negative, separanti, di marca aggressiva; tale fatica pare connettersi alla difficoltà di congedare le idealizzazioni simbiotiche e indifferenziate che hanno caratterizzato la loro infanzia nel contesto delle loro famiglie affettive. Finché c'è idealizzazione, infatti, non c'è



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Elena Buday, La caduta degli ideali e la rabbia degli adolescenti

rabbia, anzi l'idealizzazione costituisce di per sé una potente difesa dalla rabbia. Quando l'idealizzazione viene a cadere, tuttavia, la rabbia si ripresenta con tutta la sua forza, e gli adolescenti non abituati a maneggiarla si trovano a gestirla con grande difficoltà. Gli effetti negativi del misconoscimento si evidenziano in molte differenti manifestazioni; alcuni dei quadri sintomatologici caratterizzati da irrequietezza, apatia e generica ansia possono riferirsi all'impossibilità da parte dei ragazzi di riconoscere ed utilizzare la rabbia come emozione vitale e separativa, anziché solo distruttiva degli oggetti (sé o l'altro) e dei legami.

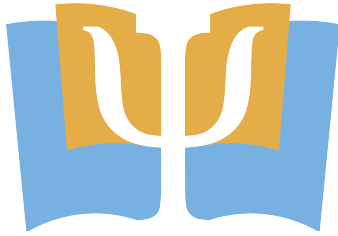
L'attuale scenario del disagio adolescenziale sembra mostrarci come la rabbia, "buttata fuori dalla porta di casa" nell'infanzia, "rientri dalla finestra" in adolescenza in forme mascherate e misconosciute, che alimentano nei componenti della famiglia uno sguardo reciprocamente deluso e ostacolano la costruzione di un legame vitale in cui i ragazzi possano crescere verso una forma più adulta di appartenenza, segnata dal limite e dalla differenza, in cui l'affermazione di sé - rispettosa dei confini anche se talora conflittuale - fondi la separatezza dall'altro<sup>3</sup>.

Da questo punto di vista, pensare che i ragazzi siano arrabbiati perché la pandemia ha tolto loro tante cose sarebbe una semplificazione eccessiva. Per quanto parzialmente vera, questa affermazione non coglie l'importanza di una componente più strutturalmente psicologica: i ragazzi non fanno più "arrabbiarsi" (intendendo con questo la mentalizzazione, gestione ed espressione della rabbia), né per questo né per tanti altri fattori di limite, conflitto e delusione che incontrano nella loro vita.

Non glielo abbiamo permesso, abbiamo insegnato loro a non farlo, abbiamo cercato di non arrabbiarci mai con loro, dunque di fronte alla rabbia propria e altrui - che resta un vissuto interno ineliminabile e una parte integrante delle relazioni - si trovano particolarmente poco attrezzati, spaventati, smarriti. Alcuni di loro (una piccola minoranza) esplodono, agendo comportamenti distruttivi verso sé o gli altri. Altri si spaventano e si ritirano. Molti altri ancora, piuttosto che arrabbiati rischiano di sentirsi ansiosi-vuoti perché non hanno esempi, vocaboli, concetti e rappresentazioni mentali per riconoscere e dare un significato alla loro rabbia. Hanno pochi modelli che mostrino come esprimerla ed utilizzarla in forme costruttive di regolazione della relazione, oppure hanno dovuto evitare di ascoltarsi, di sentire cosa gli succede dentro, pur di annullare e negare questa emozione basilare/primaria. Forse la possibilità di fare un uso più costruttivo della rabbia avrebbe permesso loro di fronteggiare molti ostacoli in forme meno disadattive.

Ci resta dunque il problema di come saperci porre come adulti un po' più solidi, in grado di reggere alle bordate fisiologiche della rabbia separativa adolescenziale, che se non viene contenuta nei pensieri diventa sintomo. Winnicott (1971) ci fornisce un altro spunto prezioso quando ci insegna che la possibilità di "distruggere" un oggetto (in fantasia, de-idealizzandolo) e poi vederlo sopravvivere è alla base della capacità di riconoscerlo come

(3) Ringrazio la collega Anna Arcari per aver riflettuto insieme a me su questi aspetti nell'ambito di un nostro carteggio personale.



# Psicoanalisi Contemporanea

Rivista semestrale che intende promuovere ed ampliare la comprensione psicoanalitica della mente e della società contemporanea.

Elena Buday, La caduta degli ideali e la rabbia degli adolescenti

separato da sé e quindi di poterlo effettivamente “utilizzare”.

L'appello dunque riguarda la ricerca di adulti che siano in grado di “sopravvivere” winnicottianamente agli attacchi separanti, contenendoli e rimettendo l'energia espressa da tali attacchi al servizio dei ragazzi che crescono anziché sentirsene distrutti nelle proprie fragili idealizzazioni.

## Bibliografia

Benzoni S. (2017), *“Figli fragili”*, Laterza

Bernardini I. (2012), *“Bambini e basta”*, Mondadori

Pietropolli Charmet G. (2000), *“I nuovi adolescenti”*, Cortina

Pietropolli Charmet G. (2003), *“Ragazzi sregolati”*, Franco Angeli

Pietropolli Charmet G. (2010), *“Fragile e spavaldo”*, Laterza

Pietropolli Charmet G. (2013), *“La paura di essere brutti”*, Cortina

Winnicott D. (1965), *“Sviluppo affettivo e ambiente”*, ed. it. Armando, 2018

Winnicott D. (1971), *“Gioco e realtà”*, ed. it. Armando, 2020



Quest'opera è distribuita con Licenza Creative Commons Attribuzione - Non commerciale - Non opere derivate 4.0 Internazionale