

Adolescenza e distacco dai genitori: verso l'autonomia

Fino a pochi anni fa il distacco dai genitori e la nascita di nuovi legami al di fuori della famiglia che si realizza durante l'adolescenza era stato teorizzato secondo la prospettiva psicoanalitica classica che poneva l'accento sul bisogno evolutivo del ragazzo di prendere le distanze, sul piano emotivo e fisico, dai propri genitori; questo aspetto era ritenuto necessario ai fini del processo di separazione-individuazione il cui risultato conclusivo consisterebbe nell'acquisizione di un'identità più integrata e coesa e di un senso del sé più stabile¹. Secondo Blos,² l'individuazione comporterebbe il superamento della dipendenza infantile dalle rappresentazioni mentali delle figure genitoriali, mentre la separazione sarebbe piuttosto connessa ad un senso distinto del Sé come persona separata dai propri genitori. Questo processo sarebbe indubbiamente attivato dalla pubertà e dalla spinta a ricercare sessualmente nuove figure al di fuori della famiglia e nuove forme di intimità affettiva.

Di recente anche la teoria dell'attaccamento si è interessata all'età adolescenziale e alle dinamiche che da questa scaturiscono; la sostituzione del legame genitoriale, di quella "base sicura" così cara ai teorici della teoria dell'attaccamento, con relazioni affettive che l'adolescente stabilisce al di fuori della famiglia rappresenta un aspetto di grande interesse. In tale "passaggio" è possibile, infatti, leggere e interpretare l'evoluzione dell'attaccamento durante una delle fasi più importanti del ciclo di vita.

Durante il passaggio dall'infanzia all'adolescenza si assiste ad uno spostamento nell'equilibrio tra famiglia estesa e relazioni amicali: in questo periodo gli amici diventano più importanti e forniscono un supporto maggiore.

¹ Vedi cap. n° 3, pag. 30

² Blos P. (1962), "L'adolescenza", Franco Angeli, Milano, 1969.

Antonucci e Kahn³ per spiegare la differenziazione delle relazioni nelle varie fasi della vita hanno proposto il “convoy mode”. Secondo questo modello l’individuo fin dall’inizio è circondato da una rete di relazioni sociali che, insieme a lui, si modifica nel tempo. Per Antonucci⁴, il convoglio è concettualizzato come una struttura gerarchica dinamica, definita concretamente come una progressione di cerchi concentrici che circondano l’individuo. Tali cerchi, approssimandosi all’individuo, rappresentano livelli crescenti d’intimità e importanza. Nel corso dell’infanzia il cerchio interno risulta essere composto prevalentemente, ma non esclusivamente, dai membri della famiglia nucleare, mentre i cerchi più esterni sarebbero occupati dai parenti più lontani, dagli amici e da altre persone. Durante l’adolescenza si assiste ad uno “spostamento” dei cerchi nel senso che le figure esterne alla famiglia nucleare diventano man mano più importanti.

Il lungo periodo adolescenziale è fondamentale per il raggiungimento di un’ identità integrata e autonoma che comporta l’assolvimento di una serie di compiti evolutivi. Secondo Holmes,⁵ per l’adolescente, il raggiungimento dell’autonomia collima con una trasformazione delle forme di attaccamento verso i propri genitori ed è parallelo alla capacità di costruire nuovi attaccamenti con i pari e con l’eventuale partner. Secondo l’autore a gran parte della «turbolenza dell’adolescenza» questo processo può essere ricondotta.

Gli adolescenti sembrano spesso occupati in un attivo e intenzionale allontanamento dalla relazione con i genitori e con altre figure di attaccamento familiari. Tuttavia, la ricerca mostra che l’autonomia degli adolescenti si stabilisce non tanto a discapito della relazione con i genitori, quanto sulla base dell’*aggiunta* di un insieme di relazioni

³ Kahn, R. L., Antonucci, T.C. (1980) “2Convoys over the life course: Attachment, roles, and social support”, in Baltes, O.B., Brim, O G (a cura di) “Life Span Development and Behavior”, vol. 3. Academic Press, New York, pp. 253-286

⁴ Antonucci, T .C., (1986) “Social support networks : A hierarchical mapping technique”. Generations, 10 (4), pp. 10-12

⁵ Holmes J. (1994), “La teoria dell’attaccamento”, Milano, Cortina.

sicure, che dureranno con molta probabilità ben oltre questa fase della vita.⁶ In questo contesto il sistema dell'attaccamento sembra giocare un ruolo integrale nell'aiutare l'adolescente ad affrontare le sfide maturative. Fin dalla tarda adolescenza, infatti, è possibile costruire relazioni a lungo termine nelle quali i coetanei (come partner sentimentali o come amici molto stretti) servono veramente come figure di attaccamento, sotto ogni dimensione del termine. Per l'adolescente, il raggiungimento dell'autonomia coincide con una trasformazione delle forme di attaccamento verso i propri genitori ed è parallelo alla capacità di costruire nuovi attaccamenti con i pari e con l'eventuale partner. Numerose ricerche dimostrano che l'incoraggiamento dell'autonomia e la capacità di fornire supporto, da parte dei genitori, favoriscono l'individuazione e lo sviluppo del senso di appartenenza del figlio, rispetto alla famiglia. Il raggiungimento di questa duplice meta è la premessa di una positiva separazione dalle figure genitoriali. Secondo Marcelli e Bracconier,⁷ il genitore dovrebbe sostenere l'adolescente nel processo di crescita ponendosi come guida che sproni a pensare in modo autonomo. In sostanza, il genitore deve, da una parte, tollerare gli attacchi dell'adolescente (ribellione, trasgressione) legati al rifiuto dei modelli parentali, mentre dall'altra deve permettergli di sperimentare la realtà rimanendo, per lui, un punto di riferimento. Secondo Holmes,⁸ quando l'adolescente vive una pausa dell'attaccamento, i genitori dovrebbero incoraggiarlo affinché sperimenti e mantenga un atteggiamento autonomo, senza perdere, tuttavia, la loro funzione di «contenimento» nei confronti di un figlio a volte inesperto. Quando, invece, l'adolescente richiede il loro supporto, dovrebbero offrirgli una base sicura, affinché possa riprendere autonomamente la

⁶ Fraley R.C., e Davis K.E. (1997). "Attachment formation and transfer in young adults' close friendships and romantic relationships", in *Personal Relationships*, 4, 131-144.

⁷ Vedi nota n° 78, cap. 3, pag. 100

⁸ Vedi nota n° 18, cap. 4, pag. 114

propria esplorazione. Col tempo, come dimostra la ricerca di Paterson, Pryor e Field,⁹ la capacità di affrontare esplorazioni sempre più autonome non è più accompagnata dalla richiesta di aiuto ai genitori, in quanto la base sicura è stata interiorizzata.

Secondo Allen e Land,¹⁰ l'adolescenza non è dunque una fase in cui i comportamenti e i bisogni di attaccamento sono abbandonati, ma è piuttosto il periodo in cui questi sono gradualmente trasferiti ai coetanei, presumibilmente ai partner sentimentali in prima istanza ed agli amici in seconda. Allen e Land¹¹ si focalizzano sulla funzione di regolazione emotiva che il legame d'attaccamento con i genitori svolge nel processo di graduale acquisizione di una maggiore autonomia da parte dell'adolescente. La relazione con i genitori rappresenta una "base sicura", vale a dire l'adolescente sa di potersi rivolgere ai genitori e riceverne una risposta emotiva empatica e supportiva in caso di reale necessità. Nella conquista dell'autonomia l'individuo deve poter "esplorare emotivamente" la possibilità di vivere indipendentemente dalle figure di riferimento, con la consapevolezza di poter sempre contare su di loro. Secondo Bowlby,¹² l'adolescente prova una grande felicità nell'organizzare la propria vita come una serie di «escursioni» sempre più lunghe dalla base sicura fornita dai genitori mentre, per Cigoli,¹³ la capacità di gestire in modo equilibrato attaccamento ed esplorazione, ovvero, di «regolare le distanze», dai genitori, favorirà lo sviluppo di un'autentica autonomia. Ryan e Lynch¹⁴ sottolineano come: "L'individuazione non è qualcosa che avviene come presa di distanza dai genitori, ma piuttosto con loro"; secondo gli autori, la sensibilità e la responsività genitoriale si esprimono con l'apertura ed il contatto

⁹ Paterson J., Pryor J., Field J. (1995), "Adolescent attachment to parents and friends in relation to aspect of self-esteem", in *Journal of Youth and Adolescence*, 24, 3, 365-376.

¹⁰ Vedi nota n° 8, cap. 4, pag. 111

¹¹ Vedi nota n° 8, cap. 4, pag. 111

¹² Vedi nota n° 8, cap. 2, pag. 31

¹³ Vedi nota n° 6, cap. 4, pag. 110

¹⁴ Ryan, R.M., Lynch, J.H., (1989), "Emotional autonomy versus detachment revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood", in *Child Development*, 60, 340-356

emotivo alla richiesta di aiuto, attraverso la disponibilità ed il sostegno ai gradualmente tentativi dei figli di raggiungere una maggiore autonomia, auto organizzazione e stima di sé. Anche secondo Rice¹⁵ l'attaccamento ai genitori continua a garantire la sicurezza dell'adolescente nelle circostanze di vulnerabilità, di paura e di stress, come quando deve affrontare importanti fasi di transizione che comportano ad esempio il distacco dalla famiglia. Tuttavia egli è anche in grado di utilizzare altre fonti per regolare la propria sicurezza ed adattarsi a nuovi compiti.

Steinberg¹⁶ - secondo cui l'autonomia può essere identificata con l'assenza di eccessiva dipendenza dagli altri, con il senso del controllo della propria vita, con la tendenza a realizzare le mete personali - ha mostrato con le sue ricerche che gli adolescenti diventano più autonomi sul piano emotivo dai genitori e nello stesso tempo sono più suscettibili all'influenza dei coetanei. Questo in particolare nel periodo fra i 14 e 15 anni, quando la ristrutturazione del Sé è in primo piano. Dopo quest'età l'influenza dei coetanei si riduce anche perché il Sé dell'adolescente è maggiormente integrato. Va tuttavia aggiunto che l'autorità parentale permane nel corso dell'adolescenza, anche se circoscritta a determinate aree della vita del figlio e non più pervasiva come avveniva in passato. Riguardo poi alla diversa autorità dei genitori, secondo Allen e Land¹⁷, il padre continua a mantenere le sue posizioni autorevoli anche a prescindere dalle opinioni del figlio, mentre la madre si muove di più nell'area della relazionalità e della coesione personale. A questo proposito Youniss e Smollar¹⁸ pongono l'accento sulla differente percezione dei ragazzi e delle ragazze nei confronti dei genitori; mentre, secondo gli

¹⁵ Rice, K.C. (1990), "Attachment in adolescence: a narrative and meta-analytic review", in *Journal of Youth and Adolescence*, 19, 511-538

¹⁶ Steinberg, I., Silverberg, S.B. (1986): "The vicissitudes of autonomy in early adolescence", in *Child Development*, 57: 841-51

¹⁷ Vedi nota n° 8, cap. 4, pag. 111

³¹ Youniss, J., Smollar, J., (1985) "Adolescent Relations with Mother, Father, and Friends". Chicago: The University of Chicago Press

autori, la percezione della relazione con la madre è sostanzialmente simile per entrambi i sessi, quella inerente la relazione con il padre si differenzia sotto più aspetti. Nell'ambito del dato generale di una maggiore distanza (emotiva) del padre rispetto alla madre, le figlie adolescenti sono ancora più distanti dai padri rispetto ai figli maschi. Secondo Ammaniti¹⁹ si può supporre che nel corso dell'adolescenza si definiscono meglio e si differenziano le relazioni con il padre rispetto a quelle con la madre.

In conclusione, si può affermare che nel corso del periodo adolescenziale è indubbiamente presente una trasformazione del comportamento di attaccamento nei confronti dei genitori. L'adolescente, alla ricerca della propria autonomia, allenta il legame con i propri genitori e contemporaneamente investe altre figure che si collocano al di fuori del nucleo familiare (amici, partner, modelli). E' però necessario ribadire, come molti autori hanno sottolineato, che il legame con i propri genitori non viene totalmente abbandonato, ma "richiamato," almeno fino ad una certa fase, nel momento in cui l'adolescente si trova a vivere situazioni di stress o disagio; in altri termini, i genitori rappresentano una base sicura che consente all'adolescente di esplorare e/o stabilire altri legami interpersonali senza esporsi ad eccessivi "pericoli".

¹⁹ Vedi nota n° 41, cap. 2, pag. 41