

L'amore ai tempi della scuola

Jolanda Stevani

L'amore per i giovani rappresenta la somma di tutte le emozioni possibili ma cela trappole e trasporti ai quali ogni ragazzo va educato

Una delle caratteristiche principali dello sviluppo sociale nel corso dell'adolescenza è rappresentata dall'emergere dell'esperienza amorosa: ragazzi e ragazze trascorrono gran parte del loro tempo a pensare e a confrontarsi su che cosa sia l'amore e a muovere i primi passi sul terreno inesplorato dei rapporti sentimentali. Questa nuova tipologia di legame costituisce un banco di prova per gli adolescenti poiché in essa si realizza, per la prima volta, l'integrazione tra attrazione e sessualità attraverso una forma di rapporto volontario e basato sulla reciprocità.

Sono proprio il risveglio della sessualità e l'emergere del sentimento d'amore che distinguono l'esperienza dell'adolescenza da quella della fanciullezza. È solo al momento della pubertà, infatti, che tali sentimenti si legano al desiderio sessuale e cominciano ad essere incanalati e sperimentati nell'interazione con dei partner.

L'esperienza romantica dell'adolescente rappresenta la prima tappa di un viaggio che condurrà il giovane al rapporto d'amore e di impegno reciproco che caratterizza il mondo degli adulti.

Le esperienze sentimentali dell'adolescenza sono spesso considerate superficiali e disimpegnate, in realtà esse

sono destinate a produrre effetti a lungo termine sui giovani sia rispetto all'autostima sia sul modo in cui il soggetto adolescente costruisce i propri valori e le proprie rappresentazioni relative all'amore, alle relazioni intime, alla sessualità.

Il coinvolgimento nell'avventura amorosa del periodo adolescenziale esercita la sua influenza sia sullo sviluppo della capacità di essere in intimità con l'altro sia sullo sviluppo dell'identità, ossia su due cruciali processi psicosociali che si sviluppano proprio nel corso di questa fase evolutiva.

L'EVOLUZIONE

Anche se, nell'ambito della capacità di instaurare relazioni sentimentali, non è possibile fare riferimento ad un unico e normativo modello di sviluppo nel passaggio dalla preadolescenza all'adolescenza e, infine, verso l'età adulta, la natura dell'esperienza e della relazione amorosa subisce delle modifiche.

La preadolescenza - Sebbene, generalmente, tra i 10 e i 14 anni l'epoca degli appuntamenti di coppia non sia ancora cominciata, la maggior parte dei ragazzi è alle prese con riflessioni e timori relativi alle questioni amoroze. Uno dei più significativi cambiamenti evolutivi è, infatti, l'aumento delle interazioni e delle attività condivise con i coetanei dell'altro sesso: i ragazzi e le ragazze cominciano a rivolgersi reciprocamente interesse.

L'adolescenza - Nel periodo che va dai 14 ai 16 anni, il coinvolgimento sentimentale dell'adolescente si traduce principalmente attraverso due forme.





La prima si realizza nell'incontro individuale con potenziali partner per mezzo della formazione di legami di coppia che però, di solito, a questa età, sono di durata ancora piuttosto breve.

La seconda tramite incontri casuali di coppia dei ragazzi all'interno del gruppo dei pari.

La tarda adolescenza - È caratterizzata dalla formazione di legami di coppia, con relazioni amorose consolidate, contraddistinte dall'essere radicate in forti legami emotivi, più somiglianti alle relazioni di coppia adulte che a quelle degli adolescenti più giovani. Questi legami sono stabili e spesso piuttosto duraturi. Gli adolescenti li descrivono come seri, esclusivi e fonte di importante supporto emotivo e materiale. I cambiamenti qualitativi nella relazione romantica dell'adolescente coincidono con il decrescere dell'investimento del giovane nel gruppo dei pari: la sfida di questo periodo è quella di cercare di trovare un equilibrio tra il bisogno di intimità e quello di autonomia all'interno della relazione amorosa.

Con il progredire del periodo adolescenziale, i ragazzi arricchiscono la loro esperienza relazionale con l'altro sesso e cominciano a rivolgersi al loro partner sentimentale per rispondere alle loro esigenze socio-emotive. In particolare, come hanno sottolineato Furman e Wehner (1994), autori della prima teoria contemporanea sullo sviluppo romantico in adolescenza, i partner del rapporto amoroso diventano figure importanti nel funzionamento di quattro sistemi comportamentali:

quello dell'affiliazione e quello sessuale/riproduttivo, che sono i primi a diventare salienti nell'ambito del rapporto amoroso, il sistema dell'attaccamento e quello relativo alla capacità di prendersi cura. Per quanto concerne questi ultimi, la loro importanza si accresce verso l'inizio dell'età adulta, quando la spinta a cercare una nuova figura d'attaccamento aumenta di pari passo con il progressivo, fisiologico disinvestimento nei confronti dei genitori.

DIFFERENZE INDIVIDUALI

Ragazzi e ragazze possono differire tra loro sotto vari aspetti per le modalità con cui si cimentano nella relazione amorosa:

L'esordio - Se alcuni cominciano a frequentare dei partner sentimentali già all'epoca della preadolescenza altri, invece, si trovano a sperimentare questa nuova forma di relazione nella tarda adolescenza, a volte alle soglie dell'età adulta.

La frequenza e la quantità delle esperienze - Mentre alcuni giovani riversano la maggior parte delle loro energie nel fare la conoscenza di possibili partner, altri preferiscono concentrarsi su attività diverse come l'impegno scolastico oppure lo sport.

La qualità della relazione - Ci sono adolescenti che si coinvolgono con partner affettuosi e supportivi, laddove altri si trovano ad essere impegnati in rapporti di tipo più superficiale oppure conflittuali.

In generale, il rapporto amoroso dell'adolescente è caratterizzato da intensi sentimenti d'amore: questo stato di elevata eccitazione stimola una serie di risposte fisiologiche, cognitive ed emotive. I ragazzi innamorati spesso riferiscono oscillazioni d'umore, perdita di sonno e incapacità di concentrarsi sui compiti quotidiani a causa del pensiero rivolto in maniera quasi ossessiva all'oggetto del loro amore.

IL CONTESTO

La relazione sentimentale nell'adolescenza risente del contesto sociale in cui viene vissuta e nel quale un ruolo particolare è ricoperto dai legami tra l'adolescente, i genitori e gli amici, ma anche dalle norme, dai costumi e dai messaggi che la società trasmette.

I genitori - Possono condizionare l'esperienza amorosa dell'adolescente attraverso una serie di meccanismi.

Un giovane che abbia goduto, nel corso dei primi anni di vita, di cure attente e affettuose da parte delle figure

primarie di riferimento, molto probabilmente non solo risulterà provvisto di un'autostima e di un senso di sicurezza più solidi che gli consentiranno di sperimentarsi con una fiducia maggiore nel campo della relazione amorosa, ma si formerà anche delle rappresentazioni più positive rispetto alla relazione intima.

In maniera analoga, uno stile educativo genitoriale autorevole, ossia in grado di combinare il sostegno affettivo con funzioni di guida e di imposizione di regole, rappresenta un fattore facilitante per l'emergenza nell'adolescente della competenza sociale utile per affrontare e gestire l'esperienza sentimentale.

Inoltre, l'esperienza relazionale stessa dei genitori fornisce al giovane modelli interattivi che riguardano gli aspetti relativi alla comunicazione oppure le modalità di risoluzione dei conflitti.

Gli amici - Sull'influenza che esercita il loro ruolo vanno considerati almeno tre aspetti.

In primo luogo, il gruppo dei pari costituisce il primo contenitore all'interno del quale cominciare a stringere relazioni con coetanei dell'altro sesso. In questo senso, il gruppo dei pari non solo rappresenta un terreno facilitante per favorire gli incontri, ma fornisce anche supporto protettivo e di facilitazione degli scambi: gli amici possono fungere da messaggeri, svolgere il ruolo di arbitro, fornire opinioni e consigli preziosi.

In secondo luogo, lo stesso modo di essere e di comportarsi degli amici costituisce di per sé un elemento condizionante. Per una ragazza, il far parte di un gruppo di coetanee che abbiano una vita sessuale attiva può risultare un fattore facilitante nella ricerca di omologarsi. Per un ragazzo, appartenere ad un gruppo di pari che coltiva una visione ostile e denigratoria del sesso opposto può costituire una spinta ad alimentare e ad *agire* atteggiamenti aggressivi contro le ragazze.

In terzo luogo, anche le interazioni tipiche del rapporto amicale e le rappresentazioni che di esse hanno gli adolescenti possono influenzare le dinamiche concomitanti della relazione amorosa poiché entrambe le situazioni relazionali hanno in comune quelle affiliative, inerenti sia alla costruzione di un rapporto sia al senso di comunione e di condivisione sia allo sviluppo dell'intimità. Inoltre, ambedue i tipi di relazione sono basati sull'uguaglianza con i partner. Per questo motivo, le competenze sociali che si acquisiscono nei rapporti di amicizia possono rappresentare una preziosa risorsa anche nell'ambito dell'esperienza amorosa dell'adolescente.

Infine, l'esperienza che l'adolescente vive dell'amore, così come quelle che lo legano ai genitori e agli amici, trova collocazione in un contesto sociale e risente dei messaggi culturali che questo fornisce in merito alla sfera romantica. Le influenze sociali e culturali relative alla visione del rapporto d'amore riguardano sia le rappresentazioni che del romanticismo propongono i mass-media sia le norme relative alla sessualità, ai ruoli di genere e al matrimonio.

UNA RISORSA PER CRESCERE

Il rapporto amoroso contribuisce all'adempimento di compiti di sviluppo fondamentali per questa epoca della vita: può favorire nell'adolescente la ridefinizione del senso d'identità, contribuisce allo sviluppo di competenze interpersonali e fornisce sostegno emotivo.

Identità - Uno dei compiti chiave dello sviluppo in adolescenza è la costruzione dell'identità. I giovani sono, in questo periodo della vita, alle prese con la ricollocazione di una propria serie di valori e l'organizzazione di una progettualità futura. Insieme alle relazioni con la famiglia e con gli amici, anche i rapporti amorosi possono facilitare nell'adolescente la consapevolezza di chi realmente egli sia e del suo valore personale.

Competenze interpersonali - I rapporti amorosi dell'età adolescenziale possono anche fornire una palestra nella quale sperimentarsi per sviluppare competenze interpersonali. Attraverso questo tipo di incontri, gli adolescenti possono affinare le loro capacità di comunicazione e di negoziazione, creare empatia e imparare come mantenere le relazioni intime.

Sostegno emotivo - Anche gli alti e i bassi emozionali, associati al mettersi insieme e alle rotture, possono aiutare i giovani a costruire importanti competenze. Se le rotture possono esporre qualche giovane più vulnerabile al rischio di sviluppare un disagio consistente, come una depressione, la frustrazione che ne deriva può essere utile per aumentare la propria resilienza emotiva ed elaborare strategie adeguate ad affrontare le difficoltà della vita adulta.

Bibliografia

- H. A. Bouchev & W. Furman, "Dating and Romantic Experiences in Adolescence" in G. R. Adams, M. D. Berzonsky, *Blackwell Handbook of Adolescence*, Blackwell Publishing, Edinburg, 2007.
- W. Furman & E. A. Wehner, "Romantic views: Towards a theory of adolescent romantic relationships" in R. Montemayor, G. R. Adams, & G. P. Gullotta (Eds), *Relationships during adolescence: Advances in adolescent development: Volume 6* (pp. 168-175), Thousand Oaks, CA: Sage, 1994.
- V. A. Simon, H. A. Bouchev, & W. Furman, "The social construction of adolescents' representations of romantic relationships" in S. Larose, & G. M. Tarabulsy (Eds), *Attachment and development: Vol. 2: Adolescence* (pp. 301-326), Québec: Les Presses de l'Université du Québec, 2000.

Jolanda Stevani - Psicologa clinica e di comunità - Docente di Psicologia dello Sviluppo - Facoltà di Psicologia 1 - Università La Sapienza di Roma.