



Paola Scalari, psicosocioanalista, psicoterapeuta - [www.paolascalari.it](http://www.paolascalari.it)

## Ma che corpo ho?!

### Adolescenti che comunicano, dialogano, urlano con il corpo

*"Sappiamo che la malattia somatica  
non ha un'esistenza indipendente dalle vicissitudini  
dello psichismo inconscio" (Luis Chiozza)*

#### *Premessa*

In principio era il corpo.

Il corpo dice quel che la Parola non sa o non può esprimere.

La comunicazione tra sensazioni corporee e modi di agire preserva i giovani da comportamenti inadeguati, antisociali, autolesionisti.

I ragazzi che non sanno attivare questo dialogo agiscono d'impulso e si fanno male e fanno del male.

Il corpo sente, urla, esige, chiede di scaricare emozioni agendo, immediatamente; la mente invece offre una mediazione ragionevole e una possibilità di spostare la scarica motoria, nel tempo.

Come gli adulti educatori forniscono il bambino - negli anni della formazione - di uno zainetto narrativo?

Questo bagaglio accompagna ogni nuovo nato durante l'adolescenza, epoca nella quale perde peso la Parola rivelata dell'adulto e il ragazzo va alla ricerca di Parole sue per raccontare se stesso.

Un'educazione capace di trasmettere il senso del porsi domande, avere dubbi, sostare nell'incertezza rende quindi l'adolescente capace di affrontare i sommovimenti emotivi che la pubertà mette in moto.

La crisi adolescenziale, con la discontinuità iscritta nel corpo che si trasforma, non investe allora un bambino sprovveduto che credeva di saper tutto se l'educazione ha trasmesso il senso del limite.

La crisi, che si apre di fronte alla scelta di genere, quindi, ha uno sfondo nella capacità di sopportare la frustrazione, la perdita, il lutto che solo la capacità narrativa riesce a mediare e rendere sopportabile.

Le domande principali alle quali il ragazzo deve rispondere è: Chi sono io? Da dove vengo e dove vado? Come scegliere tra le tante opzioni possibili la mia strada?

Se non vi riesce usa il corpo dialogante.

---



La malattia mostra il conflitto tra mente e corpo.

Come i ragazzi dicono: Non voglio crescere?

Forse abbuffandosi o affamandosi?

Come gli adolescenti affermano: Non voglio sentirmi limitato?

Forse con l'uso di sostanze tossiche e di smodate dosi di alcool?

Come i giovani urlano: Voglio che mi vediate?

Forse con creste in testa, pircing che li bucano e tatuaggi che li rendono un manifesto mobile?

Come le nuove generazioni denunciavano: Mi sento invisibile?

Forse sparendo, scappando da se stessi, fallendo a scuola e - qualche volta, ma sempre troppo frequentemente - anche uccidendosi?

La possibilità dei giovani tra un agire d'impulso e un riflettere consapevole sta certamente dentro alle loro storie di vita, alla risorse familiari e scolastiche che la vita ha donato loro nell'infanzia, alla resilienza d'origine.

Le loro scelte però hanno anche a che fare con le testimonianze e i comportamenti degli adulti educatori?

I ragazzi ci chiedono nuove strategie educative. Quali riteniamo esse debbano essere?

Riprendiamo quindi i temi fondamentali dell'adolescenza.

---



## Ma che corpo ho?!

### Adolescenti che comunicano, dialogano, urlano con il corpo

In principio era il corpo.

Il corpo dice quel che la Parola non sa o può esprimere.

Solamente la comunicazione tra sensazioni corporee e azioni offre la capacità di dialoghi interni ed esterni che preservano i ragazzi da comportamenti inadeguati, antisociali, autolesionisti.

I ragazzi che non sanno attivare questa comunicazione agiscono d'impulso e si fanno male e fanno del male.

Il corpo sente, urla, esige, chiede di scaricare emozioni agendo, immediatamente; la mente invece offre una mediazione ragionevole e una possibilità di spostare la scarica motoria.

Chi non pensa agisce:

Non mi piaci... ti bastono.

Sei un diverso che m'inquieta...ti elimino.

Non mi dai quello che voglio...lo prendo con la forza.

Chi pensa elabora e contiene invece le sensazioni che il corpo gli invia: rabbia, tensione nervosa, agitazione, paura...

Per pensare invece di agire gli adolescenti però devono avere potuto godere di un percorso Educativo.

---



La madre che parla al bambino dà senso a ciò che il bambino prova, cioè rende simbolico il sentire del corpo che così diviene "ha fame, freddo, voglia di coccole".

Nel bambino piccolo il corpo è tutt'uno con il pensiero. Ed è la parola donata dal mondo familiare che media tra emozioni e bisogni pulsionali e sociali.

Nutriamo di nuove parole dette, scritte, lette tutti i bambini anche attraverso il processo scolastico.

Per insegnare all'alunno a dire quel che prova, sente, vive, anela. (Parola di bambino, il mondo visto con i suoi occhi, la meridiana 2013)

Gli adulti educatori forniscono il bambino negli anni della formazione di uno zainetto narrativo.

Questo bagaglio lo accompagna durante l'adolescenza, epoca nella quale perde peso la Parola rivelata dell'adulto e il ragazzo va alla ricerca di Parole sue per raccontare se stesso.

Un'educazione capace di trasmettere il senso del porsi domande, avere dubbi, sostare nell'incertezza rende quindi l'adolescente capace di affrontare i sommovimenti emotivi che la pubertà richiede.

La crisi adolescenziale con la discontinuità iscritta nel corpo che si trasforma non investe un bambino sprovvisto che credeva di saper tutto se l'educazione ha trasmesso il senso del limite.

La crisi che si apre di fronte alla scelta di genere (che avviene in questa epoca) quindi ha uno sfondo nella capacità di sopportare la frustrazione, la perdita, il lutto.

Le domande principali a cui il ragazzo deve rispondere è: Chi sono io? Da dove vengo e dove vado? Come scegliere tra le tante opzioni possibili la mia strada?

Al bambino hanno risposto i genitori. (sei come nonna e zio...; quando ha saputo che ero incinta papà...; fai questo che è giusto...)

L'adolescente deve invece rispondervi da solo.

---



Dialoga quindi prima di tutto e per la prima volta con se stesso.

Nasce la capacità di introspezione.

Il corpo ha un DENTRO.

Il ragazzo ora può porsi delle domande esistenziali. Vuole non solo sapere, ma anche Capire. Adolescenza quindi come epoca caratterizzata da una gran sete di conoscenza, scoperta, avventura che coniuga il mondo interno con il mondo esterno.

L'incontro con Maestri di Vita (Adesso basta ascoltami, educare i ragazzi al rispetto delle regole, la meridiana 2004) diviene opportunità di evolvere o stato d'ansia che porta a autodistruggersi e distruggere ciò che circonda (siano esse persone o cose).

Quale offerte stimolanti portano un ragazzo ad appassionarsi alla cultura che è l'antidoto all'agire impulsivo?

Cioè all'avere più Parole per Narrare se stesso a se stesso. (Don Milani diceva chi ha più parole ha più chance nella vita di farsi ascoltare, ma anche di ascoltarsi)

Gli adolescenti di oggi sono curiosi visitatori sia in modo virtuale che reale del mondo che li circonda. Viaggiano, esplorano, cercano compagni simili a loro, sono belli e sani. Curano il loro corpo e ne fanno uno strumento sociale (dallo sport praticato con altri alla crema contro l'acne (per non essere antiestetici).

Il gruppo dei pari o meglio i gruppi di pari che frequentano li conferma come accettati dagli altri o rifiutati dai compagni.

Il gruppo diviene il Luogo dell'incontro privilegiato per confrontarsi.

Molto può la scuola che tiene conto del Gruppo e il gruppo Classe è il tempo e lo spazio nel quale i corpi si parlano, si vedono, dialogano assieme alle parole che la voce sa pronunciare.

---



Ci si riconosce come gruppo con uguali problemi e bisogni.

NON CI SI RICONOSCE PIÙ NEL PROPRIO CORPO E IL CORPO DELL'ALTRO AIUTA A RISPECCHIARSI.

Il gruppo inizialmente è monogenere per una miglior identificazione con se stessi. Un po' omo perché nell'uguale a sé si trova appoggio.

Il cicaluccio delle femmine e l'imitazione reciproca (tutte vestite uguali) prelude e dà forma a quel posto interiore nel quale accogliere l'altro.

Il confronto-scontro tra maschi prelude al misurarsi per poter gestire la propria aggressività, penetrazione, conquista virile.

Nella scuola media è importante riservare degli spazi mono genere per rafforzare l'identità che sta emergendo a partire dal big beng ormonale che scatena cambiamenti difficili da metabolizzare per la mente.

Poi rafforzati nella propria identità mi sento maschio, mi sento femmina (sento, e non solo sono per destino biologico) e avverto il bisogno di essere apprezzati dall'altro sesso. Ricongiunzione dopo la perdita... l'illusione d'amore.

Educare all'affettività e al rispetto nella coppia (Mal d'amore, la meridiana 2011)

Di nuovo il corpo e qui arriviamo all'intimità dell'amplesso o come strumento del dialogo o come scarica motoria di eccitazioni senza alcun peso per con chi lo si fa.

L'altro non esiste.

E' oggetto utile alla mia soddisfazione.

La vita in coppia. La scoperta delle sensazioni che danno piacere.

---



Il corpo dell'adolescente sente un particolare richiamo fisico, sente il desiderio, va verso l'altro sesso. E di nuovo la pulsione sessuale, sarà mediata dal piacere di conoscersi costruendo storie d'amore.

Scoperta del piacere condiviso e non solo soddisfazione di un bisogno fisico.

Ma non tutti i ragazzi hanno quello zainetto per parlare, dialogare, comunicare, cercare l'altro.

Chi non lo ha è dominato dai bisogni del corpo e non mentalizza se stesso.

Questo lo fa soffrire allora cerca vie di scampo.

La malattia come conflitto tra mente e corpo.

Non voglio crescere e mi abbuffo o mi consumo.

Il corpo parla della difficoltà a transitare dal corpo gestito dal genitore al corpo come quello del genitore. Anoressia e bulimia come richiesta di scomparire assottigliandosi o inabissandosi nel grasso.

Non voglio sentirmi limitato.

L'uso di sostanze e alcool per intorpidire sensazioni e evitare limiti. Il mio corpo con la sua Mortalità non mi appartiene.

Allora non penso che se non lo uso correttamente esso mi tradirà e si ammalerà.

Voglio che mi vediate.

L'uso del corpo come manifesto. Pircing, tatuaggi.. sono il manifesto di me stesso con cui dico ciò che non so dire.

Ho paura di non piacere. Ho paura di non essere visto. Ho paura di non essere speciale, unico, originale...

Mi sento invisibile

Ma se non mi ascoltate nemmeno così -dice l'adolescente- allora mi libero del mio corpo. Lo uccido. Il suicidio nell'adolescenza come richiamo o come desiderio di sparire.

---



La scelta tra agire d'impulso sta certamente dentro alla vita, alla risorse, alla resilienza dei ragazzi, ma richiama in modo etico alla scelte educative tutti degli adulti.

I ragazzi ci chiedono nuove strategie educative (*Il codice psicosocioeducativo*, La meridiana 2012).