

## **Come molluschi fuori dal guscio**

### **La condizione dell'adolescente tra specchio e identità**

A un certo punto ci si ritrova, adolescenti, con un corpo che cambia e senza quel guscio protettivo di spensieratezza e sicurezze con cui si aveva attraversato l'infanzia sostanzialmente in armonia con se stessi. È allora che ci si incomincia interrogare intensamente sul proprio aspetto fisico e a chiedersi “sono bello?”, “sono brutto?”. S'inizia allora e praticamente non si smette più. Almeno per tutta l'adolescenza e la giovinezza.

Sono soprattutto i mutamenti esteriori del corpo a destare turbamento e disagio. Ci si sente come travolti da una tempesta che investe la nostra esteriorità ma scompiglia anche l'interiorità. In breve non rimane molto di quello che c'era prima. Tutta cambia. E a volare via sono soprattutto la spensieratezza e le sicurezze che non si ritrovano certo più in quel volto assalito dall'acne o nel corpo che incomincia a prendere, ma ancora goffamente, le sue conformazioni sessuali.

Lo specchio diviene in questo periodo un richiamo irresistibile, sia quello specchio di cristallo in cui ci si riflette continuamente cercando di scoprirsi, di adattarsi a quel “nuovo” corpo, sia quello dato dagli occhi degli altri dentro cui si cerca di leggere come ci vedono, se la nostra immagine è esteticamente adeguata, se siamo conformi alla loro accettazione, se insomma “siamo a posto”.

Ma è difficile trovarsi conformi all'immagine ideale, anche perché quella che ci viene proposta dai media non è certo alla portata immediata di un corpo che sgraziatamente si trasforma o di tutte le persone. Da qui molti dei crucci e dei relativi sforzi. Ritrovarsi davanti allo specchio per controllare e aggiustare la propria immagine diviene una prassi imprescindibile, l'impegno (e spesso il tormento) di ogni mattina o prima di ogni uscita. E non solo. Si controllano quasi continuamente allora i progressi della crescita sul proprio corpo (soprattutto quanto ci si è accresciuti in quelle parti lì: il pene, il seno...), si verificano gli effetti delle diete o degli impegni atletici, ci si acconcia, ci si trucca... Insomma, si cerca di trovare familiarità e concordia con la propria “nuova” immagine, con ciò che di sé si proietta all'esterno. Ma in realtà il problema è che non si sa bene che cosa si

vuole mostrare di sé, anche perché non si sa bene chi si è. Perché questa è, secondo me, la vera condizione dell'adolescenza: una tormentosa ricerca di sé, che la si cerca soprattutto a partire dal proprio corpo, da ciò che si proietta all'esterno di sé.

Per questo spesso ci si sente in imbarazzo con ciò che di sé si vuole rivelare o si riesce a mostrare all'esterno (la propria immagine) e con ciò che veramente si è (il proprio vero essere interiore). Il vuoto interiore che l'adolescente avverte è il risultato della perdita delle certezze precedenti, che ci lasciano come smarriti, come senza identità. E da ciò nasce un bisogno intenso di costruirsi come un nuovo guscio dentro cui porsi (col quale proteggersi e nel quale nascondersi, magari) e attraverso il quale riconoscersi. Il look e il gruppo spesso hanno proprio questa funzione. Per questo il bisogno di farsi notare e accettare dagli altri è così importante per ogni adolescente. E gli altri di riferimento, naturalmente, non possono più essere i genitori o gli adulti, ma i coetanei con cui ci si confronta.

È perciò il gruppo innanzitutto a trasmetterci mode, atteggiamenti, persino ideali e valori. Da esso, dai criteri che trasmette, si trae soprattutto l'immagine ideale di confronto e quindi l'immagine ideale di sé. L'essere parte di un gruppo vuol dire quindi aver chiara un'immagine di riferimento verso cui proiettarsi, perché il nostro sentirci belli o brutti dipende da quanto ci si avvicina o meno a quell'immagine ideale di sé. Se quest'immagine ideale di riferimento non è consolidata, è sfuggente, sarà allora ancor più difficile un confronto dal quale trarre nuove sicurezze. Far parte di un gruppo, seguire una moda è quindi per un adolescente un modo per costruirsi una corazza, porsi al riparo in un nuovo guscio che gli dia certezze rispetto ai cambiamenti a cui sta andando incontro. Farsi accettare è per lui di vitale importanza: dal momento che non è più come prima, che non si piace più, l'adolescente cerca di “vedersi bello” nello sguardo degli altri.

Il problema è però che non sempre il modo in cui la natura ci ha fatto ci avvicina all'immagine di sé verso cui propendiamo. Magari siamo bassi, siamo grassi,

## *Tra specchio e identità*

abbiamo il seno troppo grande o troppo piccolo... E questo provoca sofferenza, a volte drammi addirittura. Nascono proprio da qui i problemi più forti di molti adolescenti. Quando il trucco e il look non bastano per sentirsi integrati e proiettati verso quell'ideale di sé che rappresenta la meta e il benessere, si ricorre ad altro. Le diete drastiche, le sedute ossessive di allenamento, l'aspirazione di tanti adolescenti alla chirurgia estetica sono spesso sintomo di tutto questo. Della insoddisfazione o della sofferenza interiore per il proprio io e per la immagine di sé.

Un altro sintomo dello smarrimento e dell'insoddisfazione che l'adolescente vive è quel suo bisogno di attirare l'attenzione: il farsi notare vuole dire per lui esistere. Allora si arriva anche a un look o ad atteggiamenti provocanti pur di farsi guardare. Il bisogno di accettazione porta a questo, e a volte spinge

Pau & C

anche oltre. È semplice rilevare come proprio le ragazze più insicure sono anche quelle che sono disposte a cambiare più facilmente ragazzo, a mostrarsi come "ragazze facili", quando invece è proprio un bisogno di accettazione e di amore che esse esprimono. E per ottenerlo possono anche giungere a mostrarsi per quello che non sono. Così è per quelle che si mostrano sicure e aggressive (un fenomeno nuovo e in espansione quello che si manifesta nel bullismo femminile nelle sue varie forme), mentre cercano soltanto di nascondere dietro l'aggressività e le bravate la loro insicurezza.

In sostanza, nel tentativo di farsi notare si giunge anche a rischiare di mostrarsi per quello che effettivamente non si è, ad apparire come in realtà non ci si sente di essere, col pericolo di perdersi tra la verità di se stessi e l'apparenza di ciò che si esibisce.