

RABBIA E AGGRESSIVITÀ**COSA SAPPIAMO**

Un certo numero di genitori riporta con un certo affanno una accresciuta conflittualità con i figli adolescenti, contraddistinta da momenti di aggressività (verbale) che mettono in difficoltà madri e padri. Ascoltando i racconti di episodi e situazioni in cui questi conflitti avvengono si delineano due immagini talvolta divergenti, talvolta sovrapposte:

- a) Nel momento in cui l'adolescente è alle prese con una nuova e più avanzata fase di individuazione sente il bisogno di ridefinire i confini personali tra sé e ciascun genitore, e non di rado questa ridefinizione viene marcata con forza eccessiva, con reattività molto pronunciata, con una attenzione quasi maniacale al superamento di confini ancora incerti o appena tracciati. Si tratta di comportamenti quasi esclusivamente destinati a padri e madri, rimanendo, magari, assolutamente affabili e "deliziosi" con le altre persone.
- b) In altri casi la rabbia ha un fondamento diverso, che può convivere e sommarsi col precedente: l'adolescente "sente" che gli adulti (in particolare gli adulti *di riferimento*) lo hanno "tradito", che sono stati "inadempienti" o "assenti" verso di lui/lei in uno o più contesti, e tende a metterli in scacco aggredendoli, quasi a provocare nell'adulto (finalmente) una reazione, non importa quale, purché diversa dalla sua (reale o presunta) indifferenza. Questo tipo di rabbia, assai più di quello precedente, può essere agito non solo in famiglia ma anche nei riguardi di altre figure adulte, in particolare gli insegnanti.

COSA FARE

Ovviamente non c'è una risposta unica ma tante quante sono le situazioni e le storie personali, ma è possibile affermare almeno qualche criterio molto generale. La conflittualità "da separazione" descritta in (a) corrisponde il più delle volte a una fase transitoria che, per quanto penosa per i genitori coinvolti, ha esito benigno una volta costruiti i nuovi confini del sé. La conflittualità descritta in (b) richiede invece maggiore attenzione, poiché segnala l'esistenza di aspetti irrisolti nella relazione col mondo adulto e con le figure di riferimento; per quanto anch'essi potrebbero avere spontaneamente un esito benigno, ciò potrebbe però avvenire dopo una fase piuttosto lunga di conflitti che, specie a scuola, potrebbero avere un prezzo rilevante in termini di sanzioni disciplinari, bocciature, insuccessi. È quindi importante cercare di "leggere" nella rabbia dei figli gli eventuali segni del tipo (b) e rivolgersi ad essi con comprensione e apertura, chiedendo eventualmente un aiuto esterno.

COSA EVITARE

Due opposti eccessi:

- Lasciarsi prendere totalmente dalla situazione, arrabbiandosi al punto da mettersi sullo stesso piano dei figli
- Estraniarsi totalmente dalla situazione, "lasciando correre" senza reagire con fermezza alla rabbia.