

9.3

FRAGILITÀ DEL SÉ: MINORI DISORIENTATI IN CERCA DI PELLE

Pagani S.*

Altro che Storie onlus ~ Milano ~ Italy

In una sorta di rivoluzione silenziosa, i minori di oggi, portatori di nuove caratteristiche evolutive, cercano confini, senso e presenza. Il Metodo Artademia restituisce spazio al desiderio, alla relazione autentica ed all'esperienza come atto fondativo, per maturare la pelle psichica e prevenire il vuoto.

Nel corso degli ultimi decenni, le trasformazioni sociali e l'evoluzione generazionale, hanno prodotto una trasformazione delle nuove generazioni, con una rapidità senza precedenti, tanto da generare nuove fragilità o meglio, caratteristiche individuali potenzialmente innovative e positive, che spesso non vengono riconosciute come tali e quindi patologizzate. Le generazioni passate vivevano un'esistenza caratterizzata da ritmi e bisogni che, sebbene rigidi e complessi, erano ancora radicati in una realtà percepibile e tangibile. I cambiamenti sociali rapidi e spesso imprevedibili hanno messo i minori di oggi di fronte a sfide che non sono supportate dalla possibilità di rinforzo del sé, attraverso il sano rapporto con l'ambiente circostante.

I progressi tecnologici, inoltre, hanno portato innumerevoli vantaggi, ma hanno anche determinato una disconnessione emotiva e relazionale. Le interazioni digitali, escludendo la possibilità di conoscenza che passa attraverso tutti i nostri sensi, ci privano della possibilità di allenamento alla relazione autentica.

L'osservazione della "pelle psichica" delle nuove generazioni ha portato ad un ulteriore spunto di riflessione. La pelle psichica rappresenta quell'involucro invisibile che ci contiene, ci protegge e ci permette di comunicare con l'altro; la pelle delle nuove generazioni porta caratteristiche nuove, assimilabili alle caratteristiche della pelle organica: meno ruvida, più sensibile e delicata.

La pelle, organica o psichica, rappresenta quel confine che permette una sana percezione di sé, della propria identità. La ricerca di sé, dei propri confini, però oggi deve fare i conti con una iperstimolazione, spesso non naturale, sintetica. Una stimolazione che spinge i

minori a proteggersi allontanandosi dai propri confini o non riconoscendoli per niente. La pelle sottile non solo non riesce a contenerli, ma fatica a filtrare l'invasività di un mondo in corsa perenne. La ricerca di identità diviene così rincorsa attraverso modelli fasulli, irraggiungibili perché non reali, perdendo la possibilità di un processo di maturazione naturale.

Si cresce così pensando di non essere mai adeguati, all'altezza, perdendo l'autenticità dell'esperienza e precipitando nel vuoto della solitudine. In questo clima, non è difficile immaginare come l'insorgere di disturbi psicologici e dipendenze diventi una risposta difensiva a una realtà che risulta incomprensibile e, in molti casi, irraggiungibile. La velocità evolutiva della società ha fatto sì che le giovani generazioni non avessero il tempo e le opportunità di sviluppare un'identità solida, di fare esperienze fisiche concrete che possano nutrire una consapevolezza profonda di sé. Questo squilibrio fra l'evoluzione della società e la capacità del sistema educativo di rispondere ai bisogni emergenti dei giovani ha messo in luce la difficoltà, da parte delle istituzioni e degli adulti, nel comprendere le nuove necessità relazionali e cognitive.

Mentre la velocità della vita sociale ha spinto ad accelerare le capacità cognitive, (che la scuola non riesce ad accogliere in modo funzionale proponendo un metodo obsoleto ed inadeguato che porta alla perdita dell'autostima degli studenti), la dimensione esperienziale e relazionale dei ragazzi è rimasta indietro, portando una esplosione di disturbi sia in ambito cognitivo che in ambito comportamentale e relazionale, e spalancando così le porte a disfunzioni e patologie. La percezione di una fragilità del Sé, dunque, non è un fenomeno che si limita a un'incapacità individuale, ma diventa il riflesso di una realtà più complessa, un ecosistema sociale che non riesce ad adattarsi al passo delle nuove sfide. L'esordio precoce di molte problematiche, tra cui quelle legate alle dipendenze, non è altro che una reazione a una sensibilità che non ha avuto modo di essere accolta, compresa e, soprattutto, protetta.

Ma cosa è davvero la pelle psichica? Didier Anzieu, psicoanalista francese nato negli anni '20 descrive la pelle psichica come una membrana che ci contiene, che svolge una funzione protettiva nei confronti degli stimoli esterni e di contenimento del mondo interno. Questo involucro, se integro e maturo, è quello che non solo ci fa sentire al sicuro, come nel nostro nido, ma se ben sviluppato permette una buona comunicazione con il mondo esterno e contiene 'le mani materne', cioè mantiene traccia di ciò che nei primi anni della nostra vita ci ha accudito e protetto, nutrito e scaldato, così che in qualunque momento di bisogno, si sia in grado di recuperare quella parte di consolazione, sostegno e

integrità. I 'nuovi minori', questa popolazione tanto dotata quanto paralizzata, cresce in ambienti che non hanno più quelle naturali caratteristiche di stimolazione della pelle psichica, trovandosi a fare i conti con una ipersensibilità che diviene fragilità.

La sovrabbondanza di stimoli eccessivi, spesso non naturali, l'iperconnessione digitale e le modalità scolastiche (obsolete) ed educative hanno determinato una crescente difficoltà nel contenere le emozioni e le esperienze, nel riconoscere i propri confini e, di conseguenza, le proprie potenzialità.

La mancanza di esperienza fisica e di contatto diretto con la realtà impedisce ai minori di incontrarsi/scontrarsi con il mondo producendo un profondo senso di paura e di inadeguatezza, che viene compensato con modalità relazionali e cognitive all'apparenza facili, ma conferma per loro della propria impotenza. La pelle psichica, troppo sottile, che non è in grado di filtrare adeguatamente le esperienze esterne, impedisce lo sviluppo della capacità di discernere e riconoscere, con il risultato che i ragazzi si trovano ad affrontare una frammentazione del Sé. Costruirsi un'identità non può prescindere dal riconoscimento dei propri confini.

Invasi da stimoli che il nostro mondo interno non riconosce, esposti ad un mondo difficile da comprendere nelle sue logiche (Perché in ambito affettivo siamo passasti dal dono allo scambio che è invece tipico del mondo economico? Perché riempiamo i ragazzi di informazioni teoriche senza dargli la possibilità di cercare nella realtà le loro risposte?), senza un confine che li contenga e, di conseguenza senza la possibilità di 'tenere dentro' ciò che gli serve, le nuove generazioni disorientate e molto più profonde delle precedenti, sono portatrici sane di un disagio come mai si è visto. La loro 'rivoluzione silenziosa' è attiva attraverso la rinuncia, il rifiuto totale di appartenere a qualcosa che non comprendono. Non è solo una questione di vulnerabilità psicologica: la pelle psichica è anche un elemento che riguarda la relazione con gli altri. Quando il contenitore emotivo di un giovane è in frantumi, egli non riesce a sperimentare il mondo in modo congruente con il proprio sentire.

La relazione educativa e terapeutica, quindi, deve partire dal riconoscimento di questa sensibilità e da un'azione consapevole per riparare e proteggere la pelle psichica. Senza di essa, i ragazzi non potranno mai costruire una relazione autentica con sé stessi e, di conseguenza, con gli altri, né potranno sviluppare una identità solida.

In questo contesto, la figura adulta gioca un ruolo fondamentale. L'adulto deve essere in grado di offrire contenimento e protezione, ma anche di fornire ai ragazzi gli strumenti per riconoscere e rispettare i propri con-

fini. Un adulto che non ha a sua volta una pelle psichica sufficientemente solida rischia di trasmettere ai giovani una visione distorta della realtà e delle relazioni. La relazione educativa, quindi, non può essere anaffettiva o distante, come talvolta suggeriscono i modelli tradizionali, ma deve essere intrinsecamente calorosa, empatica e fortemente relazionale. Si deve costruire un'alleanza tra l'adulto e la parte sana del minore; un'alleanza reale.

La crescente diffusione della tecnologia nella vita quotidiana ha poi rappresentato, senza dubbio, un'opportunità per l'accesso alla conoscenza, alla connessione e alla comunicazione. Tuttavia, l'impatto sull'equilibrio psichico e relazionale dei giovani è stato radicale e, in molti casi, destabilizzante. L'abuso degli ambienti digitali ha prodotto una sorta di "dissociazione sensoriale", nella quale la conoscenza non passa più attraverso il corpo e l'esperienza concreta, ma è mediata da dispositivi, schermi, e contenuti iperfiltrati.

Nel contesto educativo, questo ha generato una frattura significativa. Per oltre un secolo, la scuola ha funzionato secondo un paradigma trasmissivo, privilegiando la teoria a discapito della pratica. Mentre questo modello poteva essere funzionale in un'epoca in cui l'accesso al sapere era limitato, oggi risulta ampiamente disfunzionale. I giovani si trovano immersi in un mare di informazioni, ma senza coordinate esperienziali, senza la possibilità di trasformare il sapere in sapere incarnato, ovvero vissuto, integrato e quindi utile allo sviluppo del Sé.

I disturbi del neuro-sviluppo, come dislessia, discalculia, disturbi dell'attenzione e iperattività (ADHD), così come i fenomeni emergenti di ritiro sociale (Hikikomori), sembrano trovare una base in questo cortocircuito. Il cervello ha bisogno di esperienza per sviluppare connessioni sinaptiche. Manfred Spitzer, neurologo tedesco, già anni fa ci metteva in guardia nel sostituire le funzioni cognitive con la tecnologia. Spitzer fornisce un grafico (visibile) che ci mostra come l'utilizzo degli strumenti tecnologici si sostituisca alle nostre funzioni naturali e come questo impedisca la normale costruzione di connessioni sinaptiche. Gli elementi allarmanti sono molteplici. Per il neurologo noi andiamo incontro alla 'demenza digitale' cioè un declino delle nostre facoltà con il passare degli anni, e soprattutto proporzionale all'età in cui abbiamo permesso alla tecnologia di sostituirci. Ma a mio avviso forse l'elemento ancora più allarmante è che nel grafico sono riportati esattamente tutti i disturbi e sintomi di questo tempo e la mancanza di esperienze sensoriali e fisiche porta ad una drammatica identificazione con lo strumento tecnologico, che diventa prolungamento di sé, impedendo, di nuovo, ai minori una buona cono-

scenza di sé e delle proprie potenzialità, portandoli ad una percezione di sé come incompleti, vulnerabili e dipendenti. Ma non si tratta solo di neuroplasticità compromessa. La dimensione relazionale è ugualmente colpita. Il contatto umano è ridotto al minimo, compromettendo il sano allenamento per sviluppare intelligenza emotiva, empatia e regolazione affettiva. L'online permette un tipo di comunicazione filtrata, apparentemente protetta, apparentemente meno rischiosa, e molto meno autentica. Entrare in relazione prevalentemente escludendo il corpo è estremamente rischioso: ci conosciamo tramite i sensi, capiamo l'altro attraverso lo sguardo, la postura, il tono della voce... persino attraverso l'olfatto.

Tutto questo viene a mancare nella relazione digitale, e ciò che resta è un'identità digitale che troppo spesso diventa performativa, ideale, falsata. L'identificazione con i modelli proposti dai social media aggrava ulteriormente la fragilità dei giovani. I contenuti proposti sono idealizzati, manipolati, e portano alla costruzione di aspettative irrealistiche su sé stessi e sul mondo. Questo produce un effetto a cascata: bassa autostima, senso di inadeguatezza, comparazione tossica, insicurezza, ansia sociale. Il bisogno di riconoscimento e appartenenza viene strumentalizzato da algoritmi che spingono verso il consumo di contenuti e identità fittizie. Così, i giovani finiscono per cercare la propria pelle nei luoghi sbagliati: in like, follower, e filtri.

In parallelo, l'istituzione scolastica – ancora improntata su modelli lineari e uniformanti – non riesce a rispondere alle esigenze attuali di flessibilità, creatività, contatto e sostanza.

Il mondo dell'educazione, che noi sappiamo essere potente strumento di prevenzione, fatica a proporsi come spazio della relazione, dell'esperienza e della trasformazione evolutiva, restando incastrato in modalità incentrate sul trasferimento di informazioni e del controllo.

Il risultato è una proposta sempre più distante dai bisogni reali ed attuali delle nuove generazioni, e viene percepita dai minori come una realtà "altra", incapace di parlare il loro linguaggio e di rispondere ai loro bisogni più autentici. Questo genera un senso di estraneità con la realtà e con l'adulto che viene percepito come sordo ai bisogni individuali. I minori vivono pertanto uno stato di emergenza e la necessità di proteggersi che si traduce spesso nel tenere la distanza dalla realtà e dall'allenamento alla decodifica degli stimoli sensoriali. Il corpo viene dimenticato, perché tramite tra il loro mondo interno ed un mondo che li spaventa. Ma senza la percezione dei confini, si trovano esposti e in difficoltà nella costruzione dell'identità. Non è un caso che molti minori cerchino di 'sentirsi'

attraverso il dolore fisico, in un disperato tentativo di confermare la propria esistenza. Tutto ciò porta inevitabilmente all'insorgere di comportamenti disfunzionali – comprese le dipendenze, non solo da sostanze, ma anche da comportamenti, come strategia adattiva ad un ambiente disconnesso dal sentire umano.

È dopo anni di riflessioni sulle difficoltà di comunicazione tra le generazioni e sulla sensazione che i minori stiano manifestando con la loro sofferenza un cambio generazionale inascoltato, che nasce il Metodo Artademia, un approccio pedagogico-terapeutico che si propone di prevenire il disagio minorile introducendo un nuovo sguardo ed una lettura diversa delle loro caratteristiche ed esigenze: la perdita di contatto con il corpo, con la realtà sensoriale e con le relazioni autentiche è la base su cui si costruisce una risposta. Fondato oltre vent'anni fa, il Metodo Artademia è il risultato di un lungo lavoro clinico, educativo e relazionale condotto sul campo, all'interno di comunità terapeutiche, scuole, enti pubblici e privati.

La proposta parte da una visione dell'essere umano come corpo, psiche, emozioni e relazioni ed inserito in un campo energetico e simbolico che non può essere preso in carico parzialmente.

Il primo obiettivo è avere uno sguardo sui minori che permetta di cogliere le caratteristiche della pelle psichica e di accompagnare alla riparazione o maturazione delle aree troppo sottili, troppo spesse o lacerate. Il lavoro sulla pelle psichica permette il riconoscimento del confine individuale che consente di abitare il proprio Sé, distinguere ciò che è interno da ciò che è esterno, riconoscere l'altro senza annullarsi o dissolversi.

Per fare questo, il Metodo Artademia pone due pilastri centrali:

Pelle e confini

La pelle psichica, come abbiamo visto, è ciò che protegge, contiene, filtra. Ma per essere efficace, ha bisogno di essere riconosciuta, allenata, rispettata. Il metodo propone un approccio sempre esperienziale, corporeo, sensoriale e relazionale che coinvolga direttamente il minore, restituendogli il senso dell'esperienza incarnata. Questo lavoro sui confini non è teorico: è fatto di contatto, contatto con gli elementi naturali, movimento, narrazione, silenzio, ascolto.

In questo ha un ruolo centrale l'accompagnamento al recupero della percezione sensoriale. In un mondo in cui le educatrici al nido utilizzano guanti di lattice per toccare i bambini, il recupero del contatto prende un ruolo fondamentale, sia come contatto fisico, sia in senso allargato nell'allenamento al confine spazio-

temporale e di ruolo.

La ripresa, per esempio, del contatto con gli elementi naturali permette una profonda stimolazione del confine pelle, che si riflette in modo significativo sul confine 'pelle psichica'.

La costruzione dei propri confini non può prescindere però dalla presenza di adulti centrati, presenti, in grado di entrare profondamente in relazione e di mostrare così, in modo esperienziale e non a parole, la strada da percorrere. Serve un adulto che non si nasconde dietro un ruolo che è distanza, ma che si espone in maniera autentica, mantenendo saldi i propri confini.

È il contenitore affettivo, la "base sicura" da cui il giovane può partire per esplorare e sperimentare.

Il campo

Il secondo pilastro tanto scontato, quanto trascurato è la percezione del campo. Ogni essere umano non è solo un corpo fisico, ma emette e riceve informazioni attraverso un campo energetico, relazionale, simbolico e vibrazionale. Le neuroscienze, la fisica quantistica, la psicologia sistemica stanno progressivamente confermando ciò che le antiche filosofie hanno sempre sostenuto: che siamo in relazione costante e profonda, anche al di là dei gesti e delle parole.

Il Metodo Artademia accompagna ad uno studio ed alla consapevolezza dell'esistenza del proprio campo, imparando a riconoscere cosa contiene in ogni situazione; imparando a lavorare su di sé perché questo divenga uno spazio accogliente, capace di contenere e di comunicare, senza invadere e senza essere invasi, ancora prima di utilizzare le parole.

Il lavoro attraverso il campo è spesso invisibile ma potentissimo: è il modo in cui entriamo in relazione, con il corpo, con lo sguardo, con l'intenzione, con la presenza silenziosa e parla una lingua universale, archetipica, che chiunque sa comprendere. Conoscere profondamente il funzionamento del Campo ci permette di lasciare leggere impronte nel Campo altrui, che lavoreranno e germoglieranno anche senza la nostra costante presenza.

Un adulto capace di gestire il proprio campo sottile, riesce a contattare il campo dell'altro e, quando serve, ad intervenire.

Il Metodo Artademia non è una teoria astratta. Oggi è attivo in due scuole pilota a Milano e provincia – la "Lorenzo de' Medici" (secondaria di secondo grado) e la "Quintiliano" (primaria e secondaria di primo grado) – dove è stato strutturato un ambiente educativo coerente con i suoi principi. Inoltre, è stato recentemente attivato un corso post diploma dedicato alla formazio-

ne sul metodo, e diversi progetti ispirati al metodo, come quello nato a Mantova presso la Mantua Farm, dove l'integrazione tra natura, cura e relazione si traduce in percorsi educativi trasformativi.

Il cuore del metodo è la conoscenza e l'ascolto consapevole delle caratteristiche e dei nuovi bisogni evolutivi. È la proposta di una relazione che è sempre autentica, profonda, vissuta. È l'accompagnamento silenzioso alle migliaia di opportunità esperienziali ed a riappropriarsi dei sogni!

I risultati sono stati sorprendenti: su una media di 100/150 minori seguiti all'anno, l'abbandono scolastico si è ridotto del 90% (e sappiamo quanto l'abbandono scolastico abbia un effetto a cascata sulla biografia di ognuno, portando mancanza di autostima, percezione di sé come incapace e, addirittura alcune statistiche ci dicono, ad un abbassamento della durata e qualità della vita), l'utilizzo della tecnologia è rimasto in un solo caso in una dinamica di dipendenza, l'interesse per la formazione e la cultura si è risvegliato in più della metà dei ragazzi. L'autostima è migliorata in modo significativo nella quasi totalità dei casi; quelle che erano le fragilità individuali nella maggior parte dei casi si sono trasformate in talenti. L'ansia e i gesti autolesionistici sono spesso totalmente scomparsi. La qualità della vita dei minori e delle famiglie è significativamente trasformata in positivo...e la cosa incredibile è che anche la qualità della vita degli educatori, terapeuti e docenti che hanno applicato il metodo Artademia, ha avuto un riscontro estremamente positivo.

Il Metodo Artademia è stato applicato dal 2011 in numerosi contesti educativi e terapeutici, inclusi:

- Scuole secondarie di primo e secondo grado
- Centri di supporto familiare
- Progetti per NEET, drop-out scolastici, e minori a rischio
- Incontri genitori-figli, supervisioni educative e percorsi esperienziali

Il futuro della prevenzione non è una strategia top-down ma un processo di ricostruzione del patto educativo tra generazioni. I giovani non chiedono soluzioni, ma presenza, ascolto, coerenza e profondità. Il lavoro educativo oggi è un lavoro di cura dell'umano, in tutte le sue fragilità e potenzialità. Con il metodo Artademia la prevenzione della dipendenza, così come dei disturbi delle nuove generazioni, passa innanzitutto da una trasformazione radicale dell'approccio degli adulti.

Il metodo propone una trasformazione della lettura dei loro bisogni e delle modalità di approccio ed intervento totalmente rinnovate, sulla base di un maggior e più consapevole bisogno di recupero di gesti e modalità necessarie per accompagnarli nel futuro.

Nel 2024 dai dati, forniti da un lavoro di ricerca in

ambito universitario, confermano che il metodo Artademia:

- Crea un ambiente relazionale centrato sul minore
- Favorisce l'alleanza educativa
- Mantiene la promessa di maggiore serenità e benessere degli studenti e delle famiglie.

Se oggi assistiamo a un'esplosione di fragilità nei giovani, non possiamo limitarci a leggere il fenomeno come un'emergenza adolescenziale. Si tratta piuttosto di un fallimento adulto, di una disconnessione collettiva che ha reso i più giovani sentinelle inconsapevoli di un disagio più profondo. I bambini e gli adolescenti portano nella loro pelle sottile una verità che gli adulti spesso non vogliono vedere: non sono loro a essere malati, ma è il sistema relazionale, educativo e sociale che è divenuto inadatto alla vita.

In questo scenario, la vera urgenza non è "aggiustare" i ragazzi, ma formare una nuova adultità. Un adulto capace di stare, di contenere, di sostenere senza invadere. Un adulto in grado di abitare la propria pelle psichica e di rendersi campo fertile per la crescita dell'altro. Perché la pelle dei ragazzi può essere riparata, ma non in solitudine. Ha bisogno di un'altra pelle, di un contenitore, di mani invisibili che sappiano tenere senza stringere, guidare senza forzare, ascoltare senza giudicare.

Questa è l'essenza dell'educazione relazionale profonda su cui si fonda il Metodo Artademia: un'educazione che non punta al controllo del comportamento (che non significa non avere regole e confini!), ma alla trasformazione del contesto; che non si accontenta di trasmettere saperi, ma vuole ricostruire legami; che non si limita a prevenire il disagio, ma coltiva la bellezza dell'integrità interiore.

Il campo, in questo senso, diventa l'ambiente invisibile ma potentissimo in cui tutto accade.

La relazione ha bisogno di autenticità. Per anni ho pensato che la relazione profonda potesse scattare o non scattare, indipendentemente da noi, ma ho dovuto ricredermi. Esistono modalità per entrare in relazione autentica anche quando questa non scatta in automatico, (e non si costruisce con le parole, di cui i ragazzi sono stati riempiti a dismisura al punto da proteggersi costantemente con cuffie, musica alta, rumore...) ma attraverso vibrazioni, intenzioni, sguardi, silenzi.

Se l'adulto c'è, il minore lo sente. Se è assente, lo sente ancora di più. Ecco perché il lavoro più profondo che il metodo Artademia propone è sempre sull'adulto. Perché non possiamo accompagnare nessuno dove noi non siamo mai stati.

In una cultura che tende a patologizzare e a burocratizzare, il metodo Artademia propone una terza via: quella della relazione autentica, della presenza consa-

pevole, del corpo come strumento fondamentale per il contatto con la realtà, dei sensi per il linguaggio archetipico che parla al mondo interno, e della cura della pelle come atto creativo. I ragazzi non hanno bisogno di protocolli, ma di persone. Non di sorveglianza, ma di alleanza. Non di schermi, ma di sguardi. Il Metodo Artademia non si rivolge solo alla scuola, ma è un approccio trasversale, che può essere applicato in comunità, famiglie, servizi sociali, ambiti educativi e terapeutici, ma la scuola rimane sicuramente il luogo privilegiato della prevenzione. Sappiamo che l'abbandono scolastico è una base estremamente fertile per la devianza ed in questo momento in Italia abbiamo percentuali di abbandono scolastico drammatiche, a partire già dalla scuola primaria.

Dobbiamo trasformare le scuole in luoghi dove si sta bene, dove ci si sente visti.

Fare prevenzione può quindi significare fornire agli adulti coinvolti un nuovo metodo di lettura dei comportamenti e delle caratteristiche dei minori e nuovi strumenti di intervento. Strumenti così naturali, che abbiamo davvero solo bisogno di riscoprirli.

Ovunque ci sia una relazione educativa o di cura, può entrare in gioco una modalità nuova: non solo educativa, ma trasformativa, capace di sanare ciò che si è lacerato.

Cambiare il paradigma educativo, può ridurre in modo esponenziale le difficoltà dei minori ed il rischio di patologia.

L'obiettivo è portare il metodo in tutti i luoghi educativi e di cura, informando e formando gli adulti perché, con il loro sguardo rinnovato, possano traghettare gli adolescenti verso un futuro migliore!