Figli adolescenti e madri in menopausa: binomio da paura

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Famiglie sull'orlo di una crisi di nervi, di quelle dirompenti. O famiglie già esplose. Due generazioni in crisi transizionale, in pieno terremoto ormonale, sono un fattore di profonda vulnerabilità per la stabilità e la continuità della famiglia. Continuità sostanziale di affetti, se non logistica, di convivenza felice nella stessa casa.

I figli adolescenti aumentano l'adrenalina familiare perché in esplosione di estrogeni, se femmine, e di testosterone, se maschi, con accelerazione di impulsività e voglia di vivere a mille tutte le emozioni più eccitanti. Gli adolescenti in vertigine ormonale sono oggi più difficili da governare, soprattutto se sono non stati educati fin da piccolissimi a un sano rispetto delle regole e dell'autorevolezza dei genitori, oltre che degli insegnanti. Quando i genitori non sanno essere autorevoli, con fermezza, fin dalla prima infanzia, l'aggressività dei figli adolescenti, non contenuta da sani argini familiari, può diventare seriamente distruttiva per sé e per gli altri. Con una distruttività acuta: basti pensare agli eccessi di alcol, con i rischi alla guida, ma anche nel sesso promiscuo di tante giovani donne, all'uso di droghe, con i danni sul cervello a breve e lungo termine, a comportamenti rischiosi con rischio di incidenti anche seri, soprattutto nei "sensation seekers", nei giovani anche geneticamente più portati a cercare il rischio come via rapida per sentirsi più vivi e potenti. E con una distruttività cronica, strettamente connessa alla prima: il disinvestimento da ogni impegno personale, nello studio, nello sport, nella musica, nel lavoro, che alimenta la inquietante popolazione dei NEET, giovani che non studiano, non lavorano, non sono in formazione, e che si sovrappongono di fatto ai bamboccioni residenti permanenti nella casa dei genitori.

Le madri in terremoto ormonale menopausale sono, dal canto loro, al minimo storico esistenziale dell'autorevolezza biologica: vampate, insonnia severa, tachicardie notturne, depressione, dolori articolari, stanchezza cronica le privano dell'energia vitale necessaria per governare i figli e le loro tempeste ormonali.

Ma la differenza generazionale non c'è sempre stata? diranno i lettori. No. Fate due conti. Cinquant'anni fa l'età media della donna al primo figlio fa era tra i 20 e i 25 anni, a seconda della sua scolarità: i figli entravano in adolescenza con due differenze cardinali rispetto ad oggi. Genitori più giovani e mamme in particolare nel pieno dell'equilibrio ormonale e dell'energia vitale, tra i 35 e i 40 anni, e famiglie che sapevano educare con solido rispetto dei genitori e delle regole familiari e sociali. Capaci quindi di contenere e indirizzare le impennate energetiche e ormonali dei figli, invece che lasciarli in preda a un'impulsività autolesiva fino a perdersi nella palude dell'entropia energetica, motivazionale ed esistenziale.

La cura tempestiva ed appropriata dello "sturm und drang" (furore e impeto) menopausale è indispensabile non solo per la donna, e il suo benessere, ma anche per la serenità e la stabilità della sua famiglia. In tempi non sospetti, mia nonna soleva dire che «una donna fa un uomo, o lo disfa; fa una famiglia, o la disfa», indicando bene la centralità (nei millenni) della donna nel far maturare figli maschi che fossero uomini di qualità, nel valorizzare al meglio il proprio uomo, nell'essere la grande regista della famiglia, su tutti i fronti, oppure, se inadeguata, nel non

riuscire a governare il mare, a volte tempestoso, che è la famiglia con i suoi uomini più o meno adeguati.

E i mariti? Se non già separati, in coincidenza alla menopausa della moglie possono essere travolti da una cinquantennite acuta, con corollario di giovanilismo e avventure. Solo i più solidi riescono a governare il binomio da paura. Autorevoli con i figli, attenti a incoraggiare la moglie a farsi ben seguire, anche dal punto di vista medico, per ritrovare salute e serenità, possono poi assaporare un piacere raro, da riscoprire. Quello di sentirsi ancora "pater familias", quando, acquietato il mare tempestoso dell'adolescenza e della perimenopausa, un uomo osserva soddisfatto figli e figlie che hanno ben trovato la loro strada nel mondo, insieme alla moglie che ha recuperato energia e salute. Per guardare con fiducia il futuro, anche attraverso i loro occhi rasserenati.