

Come scegliere il gruppo dei pari - Decalogo per i figli adolescenti, ma anche per adulti

Guido Contessa / [ARIPS](#) / [Altri contributi di psicopsicologia](#)

L'adolescenza è quella fase dello sviluppo che prevede il distacco (psicologico, se non fisico) dalla famiglia e l'entrata in società. Questo distacco viene supportato dall'appartenenza ad un gruppo di pari: una micro-società che serve da addestramento per l'entrata nella società vera.

In genere, anche famiglie molto attente all'educazione dei figli fanno fatica a controllare che il territorio del gruppo dei pari sia funzionale alla crescita. Col risultato che l'educazione, in una fase decisiva della crescita, è affidata a minorenni sconosciuti.

Un piccolo gruppo è un organismo vivente, che prospera solo a certe condizioni, può essere un potente strumento di educazione e di crescita, ma può anche essere deficitario o pericoloso. Il decalogo che segue può essere d'aiuto al vostro adolescente per scegliere il gruppo nel quale restare, ma potrà anche dare qualche idea per i nostri gruppi di adulti.

1. Se la pensate tutti allo stesso modo su tutto, scappa

Un gruppo sano è un insieme di differenze, e questo insieme deve essere più della somma dei singoli. E' facile cadere nella trappola del "siamo tutti uguali", che è tanto rassicurante quanto dannoso. A nessuno piace un piatto con un solo ingrediente o una canzone con una sola nota. Nessuno farebbe una squadra di calcio con 11 portieri. In un gruppo è normale avere qualcosa in comune; patologico avere tutto in comune.

2. Se non viene accettato che tu abbia una vita esterna al gruppo, scappa

Il pericolo del totalitarismo è insito in ogni aggregato umano. L'insieme tende a fagocitare l'individuo, ponendosi come esperienza che esclude tutte le altre. Un gruppo sano è un gruppo che stimola una forte appartenenza, ma consente ai membri di avere anche zone private esterne ad esso. Quando un gruppo ti isola dal mondo, diventa un grave pericolo.

3. Se il gruppo non ti consente mai un no, scappa

Un gruppo è un luogo di confronto. Se ci sono frequenti sì, è unito. Se i no sono proibiti, è una setta. Un gruppo sano è uno spazio di incontro fra differenze. E' importante che ci sia un accordo su molte cose, ma è altrettanto importante che ci sia qualche disaccordo. Se ogni no che dici è considerato un tradimento, il gruppo è da evitare.

4. Se non avete tutti lo stesso valore e la stessa influenza, scappa

Il gruppo è un insieme di differenze, ma ogni membro deve essere trattato come equivalente. Non come uguale, ma come qualcuno che ha un peso, un valore e un'influenza uguali. Essere diversi deve dare la stessa possibilità a ognuno di prevalere. Tieni sempre il conto delle decisioni che vengono prese col tuo parere. Non devi prevalere sempre, ma se non prevali mai significa che il gruppo non assegna a tutti lo stesso valore.

5. Se nel gruppo tu non fai la differenza, scappa

In un buon gruppo, ogni membro è importante. Una sola assenza, altera la forma del gruppo. Non è un buon segno, se nessuno si accorge che manca qualcuno. La presenza o l'assenza di un membro del gruppo, deve fare la differenza. Se è ininfluente che tu ci sia o non ci sia, significa che il gruppo non va bene per te.

6. Se c'è qualcuno (anche se non sei tu) che è sempre soggetto a scherzi, svalutazioni e umiliazioni, scappa

In un gruppo è possibile che ogni tanto un membro sia oggetto di scherno: è il modo con cui viene scaricata l'aggressività. I problemi cominciano quando l'oggetto di scherzi, svalutazioni, prese in giro o umiliazioni è sempre lo stesso membro del gruppo. Non importa se "il capro espiatorio" non sei tu: un gruppo con tendenze "sadiche" non è mai salutare.

7. Se non riesci a esprimere e non sono valorizzati i tuoi talenti nel gruppo, scappa

Un gruppo ha senso se farvi parte significa arricchirsi, essere di più, crescere. Questo implica che ogni membro del gruppo deve potersi esprimere e che i talenti di ognuno sono valorizzati, sostenuti, premiati dal gruppo. Quello che sai e che sei, deve essere accolto dal gruppo, che ti esprime gratitudine se lo metti in comune. Se il gruppo non è curioso di conoscere i tuoi talenti, non li valorizza e non ti è grato per essi, non è un buon gruppo.

8. Se stai nel gruppo solo per dovere, scappa

La socialità deve essere una libera scelta, altrimenti non vale la pena. Se appartieni a un gruppo solo perchè senti di doverlo fare, e meglio che lo lasci. Ogni gruppo, col consenso di tutti i membri, stabilisce delle regole che devono essere rispettate, ma farne parte non può essere una regola.

9. Se il gruppo è solo "contro" e non "per", scappa

Ogni gruppo è un cerchio che stabilisce chi è dentro e chi è fuori. Chi è fuori è un estraneo. Può capitare che chi sta dentro consideri chi sta fuori non solo un estraneo, ma anche un nemico. Succede spesso che un gruppo stia insieme "contro" un'entità esterna: un altro gruppo, i genitori, gli adulti in genere. Questo essere "contro" però non deve essere il solo motivo per stare insieme. Deve esserci anche uno scopo, un obiettivo, una ragione "per".

10. Se non ti rende felice, scappa

In ultima analisi, ognuno di noi ha diritto di "stare bene", essere felice. Le relazioni sociali, la appartenenza a un gruppo devono essere anche un piacere. Ci sono sempre momenti di "fatica", nei quali il gruppo appare poco gradevole. Ma nella maggior parte dei casi, il gruppo deve essere motivo di gioia. Se i momenti sgradevoli e pesanti sono troppo più numerosi dei momenti di piacere, è tempo di cambiare gruppo.

<http://www.psicopolis.com/ultimss.htm>