

ABITARE LE PAROLE / ADATTAMENTO

### **Per cercare la propria strada**

Dal verbo latino *adaptare* - composto da *ad*, che indica il movimento verso un fine/scopo e *aptare* (accomodare, orientare) - l'adattamento è l'azione non necessariamente fisica con la quale si interviene per adeguare (rendere "atto") qualcosa, qualcuno o se stessi a un determinato scopo o ambiente.

In biologia, l'adattamento si configura come correlazione fra le strutture, le funzioni degli organismi e le condizioni dell'ambiente in cui essi vivono. La concezione finalistica della vita ritiene ogni specie fatta per vivere in un determinato ambiente. La concezione evoluzionistica della vita vede invece nell'adattamento un processo attivo e indispensabile che interviene sugli organismi adattandoli, appunto, alle esigenze determinate dalle variazioni ambientali.

Nella specie umana, l'adattamento è un processo attraverso il quale un individuo si adegua all'ambiente (fisico e/o sociale), modificando i propri schemi di comportamento (adattamento passivo) o operando sull'ambiente stesso per trasformarlo in funzione delle proprie necessità (adattamento attivo). In entrambi i casi l'adattamento richiede partecipazione, responsabilità e disponibilità. Il livello di esse ed un chiaro progetto di vita permettono alla persona di mantenere la propria libertà e di non trasformare l'adattamento in fatalismo rinunciatario. Va quindi ridimensionata, o almeno interpretata, l'affermazione riduttiva di G. B. Shaw per il quale «L'uomo ragionevole si adatta al mondo. L'uomo irragionevole insiste nel cercare di adattare il mondo a sé».

In genere, gli adattamenti più faticosi richiedono impegno serio e passione per il raggiungimento di uno scopo. È così quando ci si deve adattare a una regola, a un nuovo stile di vita o quando si deve adattare un comportamento a modelli socialmente condivisi. L'adattamento riuscito permette di vivere e agire in condizioni favorevoli e permette di essere più adeguati alla storia nella quale si è inseriti.

A questo proposito, lo psicologo americano H. Helson riconosce l'esistenza di livelli diversi di adattamento sociale, a seconda della capacità per un individuo di armonizzare la propria vita con l'ambiente sociale in cui è inserito per affermarsi e/o vedersi riconosciuto il ruolo che gli compete. L'adattamento sociale riuscito è premessa indispensabile per raggiungere un equilibrio esistenziale, per intraprendere e coltivare relazioni sane. L'adattamento sociale non riuscito provoca, al contrario, situazioni di squilibrio e, appunto, di disadattamento che può conoscere vere e proprie forme patologiche.

La ricerca intelligente di adattamento non è debolezza. È piuttosto premessa indispensabile per trovare la propria strada e percorrerla con coraggio.

Mons. Nunzio Galantino