



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

DIPARTIMENTO DI FILOSOFIA, SOCIOLOGIA,
PEDAGOGIA E PSICOLOGIA APPLICATA (FISPPA)

Corso di laurea triennale in Scienze psicologiche sociali e del lavoro

Elaborato finale

*Immagini e parole del benessere: un'indagine
esplorativa all'interno del Centro di Animazione
Territoriale "Jump".*

*Images and words of well-being: an exploratory investigation in
the "Jump" Territorial Animation Center.*

Relatore:

Prof. Adriano Zamperini

Laureanda: Aurora Centomo

Matricola: 2049798

Anno Accademico 2023/2024

Sommario

| | |
|--|----|
| GIOVENTÙ E BENESSERE..... | 1 |
| 1.1 Definizione del concetto di adolescenza | 1 |
| 1.2 Definizione del concetto di benessere | 3 |
| 1.3 “Gioventù sregolata e società del benessere” | 8 |
| STUDIO NEL CONTESTO DEL JUMP | 16 |
| 2.1 Introduzione alla realtà del Jump..... | 16 |
| 2.2 Svolgimento delle attività socioeducative | 19 |
| 2.3 Attività sull’idea di benessere degli adolescenti del Jump: materiali e risultati... | 22 |
| ANALISI CRITICA SUL CONCETTO DI BENESSERE..... | 29 |
| 3.1 Antitesi sulla concezione stereotipata dell’adolescenza..... | 29 |
| 3.2 Antitesi sulla concezione stereotipata del concetto di benessere | 32 |
| BIBLIOGRAFIA | 37 |
| SITOGRAFIA | 39 |

INTRODUZIONE

La presente tesi tratta della visione stereotipata del concetto di benessere, declinato all'interno del contesto adolescenziale. Nel corso del primo capitolo, tramite un excursus storico, verranno esposte le principali teorie riguardanti il concetto di "benessere" e di "adolescenza". La letteratura analizzata all'interno della tesi dimostra come fin dai primi studi effettuati sul periodo adolescenziale sia emersa una definizione negativa dell'adolescenza, vista come età di crisi, conflitti e stress e come tuttora questa tappa dello sviluppo, in relazione al concetto di benessere psicosociale, sia valutata dagli studiosi e dal senso comune in chiave negativa e problematica. Attraverso gli studi presentati nel corso della tesi, emergeranno discrepanze riguardanti il modo in cui gli adolescenti vengono considerati dalla società odierna e come veramente si presentano. Mediante l'analisi degli interventi effettuati all'interno del Centro di Animazione Territoriale "Jump", verranno esposti dei punti di vista sui concetti di benessere e di adolescenza che si discostano da quelli perpetuati dalle società occidentali contemporanee.

CAPITOLO 1

GIOVENTÙ E BENESSERE

1.1 Definizione del concetto di adolescenza

L'adolescenza è generalmente definita come la fase della vita che si estende dall'infanzia all'età adulta. Dare una definizione specifica al concetto di adolescenza, però, pone notevoli difficoltà. Questo perché la fase adolescenziale risente di cambiamenti fisici e cognitivi, nonché di importanti transizioni di ruolo sociale, alle quali non è possibile dare un'accezione universale in quanto determinate dal periodo storico e dalla società di appartenenza. Da più di un secolo chiarire il concetto di adolescenza rappresenta un enigma. Il primo ad interessarsi a questa fase della vita fu G. Stanley Hall, il quale nel 1904 definì l'adolescenza come un periodo cruciale dell'esistenza, che rappresenta una "nuova nascita" ed un rinnovamento totale dell'individuo. Secondo Hall, il passaggio dall'infanzia all'adolescenza avviene in modo drammatico, infatti l'epoca adolescenziale viene considerata dallo studioso come un'epoca di "Storm and Stress", durante la quale emergono sentimenti contraddittori, stati d'animo altalenanti e comportamenti sovversivi e ribelli, biologicamente determinati. Questa accezione negativa dell'adolescenza venne superata dagli studiosi successivi ad Hall, ma l'idea del periodo adolescenziale come complicato ed ingestibile si fece largamente spazio all'interno di quasi tutte le culture, rimanendo fino al giorno d'oggi nel senso comune. Nel 1928 Margaret Mead, antropologa statunitense, effettuò una ricerca sul campo su 68 ragazze adolescenti nelle isole Samoa. I risultati che emersero misero in luce come la conflittualità tipica dell'adolescenza non avesse base biologica, come affermava Hall, ma cambiasse in base al contesto culturale, al periodo storico, alla particolare organizzazione di una società e dei tratti di una civiltà, fattori che ne determinano l'intensità e il modo di manifestarsi. Questa nuova visione dell'adolescenza ispirò diverse discussioni e controversie durante il secolo scorso, influenzando profondamente gli studi riguardanti il periodo adolescenziale (Pipher, 2017). In seguito allo studio di Mead, Kurt Lewin (1939) descrisse l'adolescenza come un "periodo di transizione caratterizzato da proprietà dinamiche e dall'interazione di fattori biologici e socioculturali". Questa teoria enfatizzò l'importanza del contesto

socioculturale nel determinare il comportamento degli adolescenti, ma non completamente svincolato dai fattori biologici. Per questo motivo nella definizione di Lewin l'adolescenza assume un carattere multidimensionale, derivante dalle molteplici tipologie di interazione che portano un individuo a svilupparsi in un modo rispetto ad un altro.

Le descrizioni date finora al concetto di adolescenza presuppongono però che gli individui rimangano passivi ai cambiamenti che li circondano, siano essi dovuti a fattori biologici, socioculturali o ad un insieme dei due. A questo proposito Robert Havinghurst introdusse il concetto di "compito di sviluppo", ossia: "Un compito che si presenta in un determinato periodo del ciclo di vita dell'individuo, la cui buona risoluzione conduce alla felicità e al successo nell'affrontare i compiti successivi, mentre un fallimento o una cattiva risoluzione conduce all'infelicità, alla disapprovazione da parte della società e a difficoltà nella realizzazione dei compiti evolutivi che si presenteranno in seguito." R. Havinghurst (1948). L'autore individuò nove principali compiti di sviluppo, generalizzabili a qualsiasi individuo. Questo rappresentò un limite alla teoria in quanto gli studi di Havinghurst furono effettuati su un campione di popolazione WEIRD (Western, Educated, Industrialized, Rich, Democratic) che non tenne conto dei fattori socioculturali e socioeconomici e della mutabilità dei compiti di sviluppo legata al contesto storicoculturale. Nonostante ciò, l'apporto di questo autore fu funzionale per lo studio dello sviluppo adolescenziale negli ultimi 50 anni, fino al giorno d'oggi, aggiungendo un ulteriore tassello al vasto concetto di adolescenza.

Per spiegare i comportamenti tipici adolescenziali a livello biologico, gli studiosi si sono concentrati sull'analisi del funzionamento del cervello adolescente. Dagli studi effettuati negli anni è emerso che la maturazione cerebrale nell'adolescente non avviene in modo lineare, infatti la corteccia prefrontale dorsolaterale, che guida le funzioni esecutive "fredde", quali il pensiero logico e razionale, il controllo dell'espressione delle emozioni e la presa di decisioni, si sviluppa con più ritardo rispetto alla corteccia prefrontale orbitofrontale, nella quale ha sede il circuito limbico, responsabile delle emozioni. Per questo motivo gli adolescenti tendono a mettere in atto comportamenti in modo impulsivo, reagendo alle situazioni spesso con forte emotività ed instabilità. Inoltre, lo sviluppo della corteccia prefrontale orbitofrontale, implicata nel sistema mesolimbico dopaminergico, aumenta la sensibilità e la reattività alla dopamina, incrementando

nell'adolescente un bisogno di nuove esperienze e di stimoli gratificanti, che lo portano a minimizzarne i possibili rischi (Istituto Europeo Dipendenze "IEUD"). Tutte queste caratteristiche sono fisiologiche ed essenziali per la spinta all'autonomia e l'allontanamento dal "nido familiare" da parte dell'adolescente (Albiero, 2021).

Ripercorrendo gli studi effettuati dall'inizio del XX secolo emerge come il concetto di adolescenza sia stato affrontato da diverse prospettive, includendo studi a livello biologico, antropologico e sociale. Con il passare degli anni, infatti, sempre più settori della ricerca psicologica hanno realizzato la crucialità del periodo adolescenziale nello sviluppo degli individui, durante il quale avvengono la costruzione dell'identità, della sessualità, dell'autonomia e allo stesso tempo la messa in atto di comportamenti a rischio e la comparsa di disturbi e patologie. È la presenza concomitante di tutti questi elementi a rendere l'adolescenza una delle tappe più "sensibili" del ciclo di vita (Albiero, 2021).

Questa consapevolezza ha portato gli studiosi a concentrarsi sui fattori di rischio e di protezione in adolescenza, evidenziando come questa tappa dello sviluppo necessiti di essere gestita nel miglior modo possibile, così da evitare e bloccare sul nascere atteggiamenti e comportamenti che possano portare a ripercussioni negative sul presente e sul futuro degli adolescenti stessi, ma anche sulla società in cui sono inseriti. Per fronteggiare ed arginare i potenziali rischi, la psicologia nel corso degli anni si è adoperata per fornire una classificazione di comportamenti considerati positivi e adattivi o, al contrario, problematici e disadattivi, attraverso un'ottica causale e deterministica, in modo tale da evidenziare tutti quei fattori che possono favorire o compromettere il benessere degli adolescenti. Tale punto di vista ha portato a reificare una visione dell'adolescente come problematico, irresponsabile, in balia degli ormoni e propenso a mettere in atto comportamenti a rischio, diffondendo un'accezione negativa legata al concetto di adolescenza ancora oggi saldamente presente nel senso comune.

1.2 Definizione del concetto di benessere

A partire dai primi studi sull'adolescenza, l'interesse dei ricercatori si è focalizzato sul comprendere come favorire il benessere nei ragazzi che devono attraversare questo complicato periodo di vita. Risulta importante delineare cosa si intenda per "benessere" e su quali presupposti si fonda questo concetto.

Il termine “benessere” (da ben-essere, ossia “stare bene” o “esistere bene”) appare intuitivo nel senso comune, ma contempla un’ampia gamma di fattori che ne rendono difficile la chiarificazione. Storicamente il concetto di benessere veniva associato a quello di salute, il quale ha subito molti cambiamenti nel corso del ventesimo secolo. Inizialmente il concetto di salute era appannaggio del modello medico, che si focalizzava sulla presenza di malattie e infermità, classificate secondo criteri tassonomici che indicavano quali condizioni erano definibili come “patologiche” o “fisiologiche”. Rifacendosi a pratiche di tipo diagnostico, prognostico, di cura e prevenzione, il focus del modello medico era quindi sulla salute intesa come prettamente fisica, da tutelare attraverso modalità operative standard e generalizzabili ad ogni individuo. Questo modello si estese anche alle scienze sociali, ma a metà del secolo scorso non risultò sufficientemente adeguato, in quanto l’approccio era adattabile solo a condizioni correlate ad uno stato di salute fisica, che non ammetteva l’esistenza di ulteriori variabili che potessero concorrere allo “stare bene” dell’individuo, idea che risultò essere limitante (Godoy, 1999). Quest’accezione diversa di salute e benessere fu introdotta per la prima volta in modo formale nella costituzione dell’OMS, secondo la quale l’obiettivo dell’Organizzazione è il “raggiungimento, da parte di tutte le popolazioni, del più alto livello possibile di salute”, definita come “uno stato di totale benessere fisico, mentale e sociale” e non semplicemente “assenza di malattie o infermità”. (OMS, 1948). Per la prima volta venne superata l’idea di un benessere solamente fisico, rendendolo un concetto che raccoglie sotto di sé molteplici aspetti. Come un effetto a catena, negli anni ‘80 del secolo scorso si fece spazio il concetto di “promozione” della salute, che andò oltre l’approccio sanitario. Secondo questo punto di vista, la promozione non si doveva occupare solo di “prevenzione” della malattia, ma dell’incremento della salute e del benessere in generale (Godoy, 1999). Le evoluzioni del concetto di salute avvenute durante il secolo scorso hanno portato ad una scissione dei concetti di salute e benessere, che al giorno d’oggi si differenziano per il fatto che il benessere non si limita all’ambito della salute psico-fisica, ma ingloba lo stare bene della persona a diversi livelli.

Rifacendosi a quest’ottica multidimensionale, risulterebbe quindi complicato definire un ipotetico stato di benessere che sia uguale per tutti, eppure ciò che finora gli studiosi hanno cercato di promuovere è proprio un’idea di benessere univoca e quindi “adattabile”

ad ogni individuo. Nello specifico, si è cercato di definire il concetto di benessere calandolo nel contesto adolescenziale.

Il benessere psicologico in adolescenza è ancora più controverso da esplicitare. Attenendosi alla definizione fornita dall'OMS, risulta difficile parlare di benessere in una tappa dello sviluppo critica quale l'adolescenza, in cui l'incoerenza, l'impulsività e la predominanza delle emozioni rischiano di precludere facilmente lo "stare bene" dell'individuo, se viene inteso come uno stato di "benessere mentale ed umore positivo". Allo stesso tempo la predisposizione a mettere in atto comportamenti a rischio può minare la salute fisica della persona, senza escludere gli effetti negativi che possono ricadere sul suo status sociale.

A tal proposito alcuni studiosi dell'università "La Sapienza" di Roma (Caprara, Delle Fratte, Steca, 2002) hanno effettuato delle ricerche per indagare le determinanti soggettive del benessere nel corso dell'adolescenza, tramite due studi longitudinali su un gruppo di adolescenti, frequentanti le scuole medie superiori. In entrambi gli studi fattori quali l'autostima, la soddisfazione di vita e l'orientamento ottimistico verso la vita sono stati definiti nella premessa come fattori importanti alla base del benessere soggettivo. Nel primo studio sono stati esaminati i nessi tra i tre fattori precedentemente indicati, la percezione di autoefficacia nell'ambito emotivo, interpersonale ed accademico (ossia gestione delle emozioni, relazioni con adulti significativi e pari e apprendimento scolastico) e i cinque tratti di personalità indicati dal modello dei Big Five di Costa e McCrae. Da questa interconnessione, tramite analisi fattoriale, è emerso che l'autostima, la soddisfazione di vita e l'orientamento ottimistico verso la vita si riconducono ad una dimensione comune e che l'autoefficacia e i tratti di personalità hanno un impatto su questa dimensione. Successivamente è stato indagato il potere predittivo dell'efficacia personale e dei Big Five sul benessere soggettivo degli adolescenti. I risultati di questo secondo studio, ottenuti tramite le regressioni standard, hanno messo in luce come le convinzioni di efficacia personale siano maggiormente significative nel determinare il benessere negli adolescenti. Ulteriori analisi furono effettuate sul benessere adolescenziale. Nelle ricerche raccolte da "I quaderni del Corecom" nel 2013, riguardanti il benessere psicosociale in adolescenza, emerge l'idea di benessere come concetto che si declina in diversi aspetti del benessere soggettivo, quali valutazioni positive dell'autostima, delle relazioni interpersonali, del successo scolastico (Brighi, Guarini e

Ferrari, 2013). Inoltre, secondo altri studi, un'immagine positiva e globale del sé rappresenta un predittore importante del benessere psicologico in adolescenza (Nadaraja, McGee e Stanton, 1992).

Da quanto emerge dalle ricerche sopracitate, il benessere negli adolescenti è strettamente correlato ad una visione positiva di sé stessi e della vita, nonché delle proprie capacità di affrontare le situazioni. Questo richiamo all'ottimismo trova molto spazio all'interno della psicologia positiva, che negli ultimi anni ha largamente influenzato l'idea di benessere nelle società occidentali contemporanee.

La psicologia positiva nacque nel 1998, con il discorso inaugurale di Martin Seligman come presidente dell'American Psychological Association (APA) (Seligman, 1999). Prima della Seconda guerra mondiale, la psicologia si propose tre missioni: curare le infermità mentali, aiutare le persone ad avere una vita produttiva e soddisfacente e promuovere il talento delle persone. Dopo la Seconda guerra mondiale, però, con la nascita della "Veterans Administration" nel 1946, la psicologia orientò i propri interventi sullo studio e sulla cura delle diverse malattie mentali, lasciando in disparte le altre due missioni proposte inizialmente (Perugini, Solano, 2010). In parte la nascita della Psicologia Positiva rappresentò un intento di portare avanti queste missioni dimenticate (Seligman e Csikszentmihalyi, 2000).

Questo nuovo approccio della psicologia si focalizza sulla ricerca di emozioni e relazioni positive e di una vita soddisfacente e significativa per le persone (Park, Peterson e Sun, 2013; Vazquez, 2013). Come ha affermato lo stesso Seligman: "La Psicologia non è solo lo studio della debolezza e del danno, è anche lo studio dei punti di forza e della virtù. Il trattamento non è solo riparare ciò che è rotto, è anche coltivare il meglio di noi" (Seligman, 2003).

Intendendo il benessere come risultato di dimensioni riguardanti la visione positiva di sé, relazioni ed emozioni positive e successo accademico e/o lavorativo, emerge come l'adolescenza rappresenti un periodo alquanto critico, poiché caratterizzato da sbalzi d'umore, ricerca di nuove esperienze che possono portare a relazioni poco positive, cambiamenti fisici con delle ricadute dirette sull'autostima e maggior difficoltà a seguire le regole, cosa che può avere delle conseguenze sulla carriera scolastica dell'adolescente e sulla relazione con gli adulti significativi.

Gli psicologi hanno quindi orientato i propri studi sulla prevenzione dei possibili rischi che possono insorgere durante l'adolescenza. Sono state effettuate molte le ricerche riguardanti il disagio adolescenziale e i fattori che concorrono a favorirlo, comuni a tutti gli adolescenti, quali l'isolamento sociale, le dipendenze o l'uso eccessivo dei media. Come affermano gli ultimi articoli pubblicati dall'Istituto Europeo delle Dipendenze (IEUD), recenti studi e ricerche, condotti anche a livello internazionale, hanno puntato l'attenzione sull'aumento di fenomeni di disagio giovanile: episodi di autolesionismo e ritiro sociale, disturbi alimentari e del sonno, alti livelli di ansia e di depressione e disturbi comportamentali. Uno studio effettuato in Italia nel 2023, da parte dell'Istituto Superiore di Sanità, ha messo in luce come quasi due milioni di adolescenti appartenenti alle Generazione Z (nati dal 1997 al 2012) rischiano di sviluppare dipendenze comportamentali, quali alcol, cibo, social media e isolamento sociale (IEUD). Altri autori si sono focalizzati sulle relazioni adolescenziali, le quali hanno un ruolo cruciale nell'individuazione e nella costruzione dell'immagine di sé, che rappresenta uno dei compiti evolutivi più cruciali caratterizzanti il periodo adolescenziale. Il rapporto con i pari, in particolare, risulta essere molto rilevante per il benessere adolescenziale, in quanto permette di creare un terreno di incontro e scontro di opinioni e di condivisione di idee, rappresentando quindi un "laboratorio sociale" nel quale l'adolescente può sperimentarsi e conoscersi (Brighi, Guarini e Ferrari, 2013). Inoltre, in letteratura molti studi condividono la relazione tra isolamento sociale e depressione. In adolescenza, quando i sintomi depressivi aumentano in modo evidente, la qualità delle relazioni con i pari rappresenta un predittore significativo (Birmaher et al. 1996; Hankin et al. 1998; Brighi, 2013), in relazione allo sviluppo di problemi psichiatrici maggiori (Joiner, 1997; Brighi, 2013). Una delle problematiche considerate emergenti nei ragazzi adolescenti riguarda l'uso eccessivo dei social media. Come afferma l'IEUD, il processo di conoscenza e scoperta della propria identità, già difficile di per sé, diventa ancora più complesso con l'intervento del web, in quanto i social media diffondono modelli di riferimento con standard elevati e spesso irraggiungibili, causando senso di insoddisfazione ed inquietezza che possono portare i giovani a sviluppare sintomi depressivi. Perdipiù, la realtà digitale, attraverso stimoli brevi e rapidi, attiva il circuito della dopamina (neurotrasmettitore coinvolto in tutti i fenomeni di dipendenza) che può produrre effetti

simili a quelli di alcune sostanze e portare i giovani a passare sempre più tempo sui social media (IEUD, adolescenza e web).

Le ricerche sopracitate mettono in luce come il modus operandi degli studiosi abbia portato a focalizzarsi principalmente sugli aspetti negativi caratterizzanti il periodo adolescenziale, accomunando tutti i ragazzi adolescenti all'interno di una visione negativa e stereotipata largamente condivisa dal senso comune. Quello che emerge dalla comunicazione offerta dagli studiosi dei diversi ambiti riguardanti il benessere è che “oggi niente si presenta se non come rischio” e che “oggi le scelte in materia di salute e benessere sembrano essere sempre più governate dal principio di precauzione” (Zamperini, 2010).

1.3 “Gioventù sregolata e società del benessere”

Nella società odierna la ricerca del raggiungimento di uno stato di benessere rappresenta l'obiettivo principale della psicologia della salute, la quale nel corso dell'ultimo secolo ha focalizzato la sua attenzione sulla persona nella sua interezza (Zamperini, 2010). Nel libro “Gioventù sregolata e società del benessere” viene analizzato come il concetto di benessere cambi forma attraverso diversi modelli, fino ad arrivare ad una definizione apparentemente ritagliata sui singoli individui, ma in realtà pur sempre determinata dalla cultura di appartenenza che ne detta le leggi. La ricerca del “vivere bene” diventa quindi un fattore normativo nelle società contemporanee e responsabilità esclusiva delle persone, le quali vengono messe in guardia dagli studiosi, nel libro chiamati “rischiologi”, i quali si occupano di fornire alla società politiche socioeducative e modelli di comportamento salutari per prevenire il problema che più caratterizza la società odierna: il rischio. In quanto normativo, chi non si impegna per raggiungere uno stato di benessere e mette in atto comportamenti considerati problematici dalla rischologia viene considerato soggetto deviante e a rischio, etichetta che viene attribuita ai ragazzi delle società occidentali contemporanee, la cosiddetta “Gioventù sregolata”. Nella seguente analisi il focus sarà principalmente sui primi due capitoli del libro, i quali affrontano i modelli di pensiero che costituiscono l'ideologia del benessere e la costruzione culturale dell'adolescenza come periodo della vita spericolato e bisognoso di controllo.

All'interno del primo capitolo viene affrontato un excursus storico sulle modalità operative per favorire uno stato di salute, e sul modo di intendere il concetto stesso di salute. Dalla seconda metà del secolo scorso, per far fronte alle spese sanitarie, la malattia smise di essere vista come un accadimento negativo, ma come un problema a cui dover far fronte, secondo un'ottica di prevenzione (Laplantine, 1986; Zamperini, 2010). L'excursus analizzato dall'autore all'interno del libro permette di comprendere come questo nuovo punto di vista abbia portato ad un maggiore interesse rispetto alle diverse sfere della persona, da quella fisica a quella sociale e psicologica, ponendo maggior enfasi sull'individuo nella sua interezza, soprattutto per il fatto che la malattia smise di essere facilmente circoscrivibile al corpo, ma determinata da cause diverse da quelle prettamente biologiche. Questo scarto di paradigma permise di passare da un approccio biomedico, basato esclusivamente sull'analisi biologica e clinica dello stato di salute, ad un approccio biopsicosociale, ancora attuale, il quale vede fattori biologici, psicologici e sociali nella loro interazione come determinanti lo stato di salute di una persona (Zani, Cicognani, 2003; Zamperini, 2010). La logica dell'approccio biopsicosociale permette di considerare i processi biologici, psicologici e sociali come fattori intercorrelati che, secondo il modello del Developmental Behavioural Science di Jessor, congiuntamente, possono determinare e sono alla base di qualsiasi comportamento delle persone (Jessor, 1993). Questo approccio multidisciplinare offre maggior solidità alla definizione di salute fornita dall'OMS nel 1948 (Guerra, 2006). La salute viene quindi rappresentata come uno stato di "equilibrio" tra la persona e l'ambiente fisico, sociale e culturale circostante nonché, grazie all'apporto dell'OMS, un diritto. Il modello biopsicosociale opera quindi secondo una concezione di salute globale, ponendo maggior attenzione alla promozione della stessa. Nel 1986 la Carta di Ottawa affermò che: "Per promuovere la salute è importante che gli individui abbiano la possibilità di sviluppare e sfruttare le proprie potenzialità, al fine di raggiungere i propri obiettivi personali e sociali" (Zamperini, 2010). I concetti di salute e malattia smettono di essere visti come opposti, ma rappresentano gli estremi di un continuum nel quale l'individuo compie il suo percorso verso uno stato di salute (Cicognani, 2006, Zamperini, 2010). Ciononostante, l'ottica della promozione non scardina totalmente quella della prevenzione, la quale guarda alla salute sempre nel confronto con la malattia, minacciata dall'ombra di quest'ultima, impedendo quindi una visione della salute come totalmente svincolata dall'assenza di malattia (Guerra, 2006).

A prescindere da quest'ultima considerazione, l'evoluzione del concetto di salute ha messo in luce il ruolo centrale del singolo, ponendo in secondo piano quello degli esperti dell'ambito (medici, psicologi ecc). Il singolo individuo deve quindi impegnarsi a raggiungere lo stato di salute, mediante atteggiamenti e comportamenti che rispecchino abitudini e stili di vita considerati positivi. Il presente capitolo evidenzia il fatto che la psicologia della salute si rappresenta quindi come pratica sociale. Molto spesso, però, non è stato riscontrato abbastanza impegno da parte degli individui. Per questo motivo gli psicologi hanno iniziato a rivolgere lo sguardo maggiormente alla promozione, in particolare alla promozione di aspetti che favoriscono un vivere "più a lungo" e, soprattutto, un "vivere bene". Questa prospettiva, che ben si riflette nelle società occidentali, ha reso la concezione di benessere la traduzione psicologica del "vivere bene" (Zamperini, 2010). A partire da questo punto di svolta, che ha allontanato ulteriormente la concezione di benessere dall'approccio clinico-sanitario, la psicologia si è adoperata per fornire le coordinate per vivere il "meglio possibile", rifacendosi però a delle visioni normative del benessere che si sono susseguite nel corso della storia. Negli ultimi anni, finalmente, ha iniziato a crescere la consapevolezza che il benessere non sia determinato solamente da fattori oggettivi, ma dall'interazione tra questi fattori ed il percepito soggettivo delle persone, il che ha portato gli esperti ad indagare cosa sia il benessere dal punto di vista dei singoli, rivolgendosi quindi ai diretti interessati (Zamperini, 2010). Questo nuovo modo di indagare lo "stare bene" delle persone risulta in linea con la concezione contemporanea di benessere, inteso come la ricerca di utilizzare al meglio e in modo più adeguato le proprie potenzialità. Appare quindi fondamentale che per promuovere la salute non ci si possa appellare alla prescrizione di norme ideali, ma all'esplorazione dei propri vincoli, possibilità ed occasioni (Guerra, 2006). Il primo approccio a mettere in atto un tentativo di "personalizzazione" della visione di benessere ha introdotto il concetto di "benessere soggettivo", il quale è costituito da due dimensioni: l'esperienza emozionale, ossia una preponderanza di emozioni positive rispetto a quelle negative; l'atteggiamento verso la vita, inteso come la valutazione personale della soddisfazione per la propria vita (Diener, 1984; Zamperini, 2010). Nonostante l'apparente neutralità scientifica, gli studi mostrano come la definizione del livello di soddisfazione per la propria esistenza sia correlato positivamente con l'appartenenza a culture individualistiche, nelle quali l'auto-promozione e il valutarsi sopra alla media

rappresentano tratti tipici delle culture occidentali, considerati invece caratteristiche negative nelle culture orientali. Allo stesso modo, la dimensione dell'esperienza emozionale risente degli imperativi dettati dalla cultura di appartenenza, in quanto studenti occidentali tendono ad evidenziare termini riguardanti emozioni positive piuttosto che negative, al contrario degli studenti orientali (Christopher, 1999; Zamperini, 2010). Il secondo approccio, introdotto da Carol Ryff nel 1989, prende il nome di "benessere psicologico". Secondo questa teoria, che unisce i punti di vista di diversi autori occidentali quali Maslow, Rogers, Jung e altri, il benessere psicologico è determinato da sei dimensioni: autoaccettazione, relazioni interpersonali positive, controllo ambientale, crescita personale, autonomia e scopo nella vita (Ryff, 1989; Zamperini, 2010). Nonostante il tentativo di integrare diversi pensieri e correnti teoriche, ogni dimensione costituente questo strumento risulta essere influenzata da principi normativi delle culture occidentali. Attualmente, l'idea di benessere maggiormente condivisa dal senso comune, nella cultura occidentale, tende a rispecchiare la seguente definizione: "Il termine "benessere" indica "uno stato di buona salute che caratterizza in senso positivo la vita di un individuo, o una gradevole sensazione di soddisfazione ed appagamento psicofisico. Il termine può indicare anche una condizione economica fortunata e agiata" (Treccani, 2003). Secondo quest'ottica lo "stare bene" delle persone riguarda la loro sfera fisica, mentale ed economica, ossia è circoscritto agli ambiti che più caratterizzano lo stile di vita individualistico della cultura occidentale. Calando queste riflessioni nel contesto adolescenziale, al giorno d'oggi lo stereotipo dell'adolescente come scontroso ed incurante delle regole permane proprio perché l'idea di benessere rimane ancorata a dimensioni normative tipiche della cultura occidentale. Nelle società contemporanee, il focus degli studiosi è sui fattori di rischio nei quali possono incorrere gli adolescenti, in quanto considerati ribelli e inconsapevoli delle proprie azioni. È necessario iniziare a valutare l'adolescenza attraverso una prospettiva multidimensionale e multilivello, passando da una psicologia sull'adolescenza, che analizza gli aspetti evolutivi generali dello sviluppo adolescenziale, ad una psicologia sull'adolescente, in modo da poter prendere in considerazione le differenze individuali del singolo, in rapporto al contesto socioeconomico e alla cultura di appartenenza, con la consapevolezza che esistono tante adolescenze (Jessor, 1993; Albiero, 2021). Il diffuso stereotipo degli adolescenti come soggetti a rischio e la divulgazione di spiegazioni riduzioniste a riguardo è una questione

attuale, che può essere risolta da studi e ricerche che assumano un carattere più transdisciplinare (Jessor, 2018). Gli approcci sopra descritti, con i propri limiti, hanno promulgato l'idea che ogni soggetto ha la possibilità di valutare e definire il proprio stato di benessere e di agire per promuoverlo. Gli individui però, come emerge dalle considerazioni precedenti, non sono impermeabili all'influenza della cultura di appartenenza che, con l'avvento della psicologia positiva nelle società occidentali contemporanee, promuove un concetto di benessere fondato sulla chiave dell'ottimismo. Secondo quest'ottica risulta quindi fondamentale "apprendere" come essere ottimisti e coltivare i pensieri positivi per vivere bene (Seligman 1991; Zamperini, 2010). Di conseguenza, molti studi si sono soffermati sugli effetti positivi dell'ottimismo, contrapposti a quelli nocivi del pessimismo e delle emozioni negative, portando alla nascita di piattaforme, trasmissioni e addirittura figure professionali, ad esempio i life coach, che si occupano di promuovere atteggiamenti e stili di vita positivi. Il risultato di queste dinamiche ha portato a rendere il concetto di positività un valore normativo e costitutivo del benessere nelle società occidentali odierne, trasferendo gran parte della responsabilità della salute nelle mani delle singole persone.

Le considerazioni fatte finora portano l'autore a focalizzarsi sull'elemento predominante all'interno degli studi sul benessere, in particolare sul benessere adolescenziale, ossia il rischio. In una società nella quale il raggiungimento del benessere è responsabilità dei singoli e in cui l'ottimismo è la chiave per ottenerlo e mantenerlo, tutti gli atteggiamenti e comportamenti che potrebbero minare il "vivere bene" rappresentano un rischio. Gli studiosi, che all'interno del secondo capitolo prendono il nome di "rischiologi", si adoperano per mettere in guardia le persone, fornendo loro informazioni e classificazioni dei comportamenti considerati rischiosi, evidenziando poi una vasta gamma di possibili azioni ed atteggiamenti per evitarli. Al giorno d'oggi, quindi, il "vivere bene" è diventato normativo. (Zamperini, 2010). L'obiettivo dei rischiologi è quello di dirigere l'interesse delle persone sulle situazioni complicate in cui i giovani possono incappare. Per mantenere alta l'attenzione su questa tematica, la rischiologia fa uso di siti, social media e mass media per divulgare informazioni, dati e statistiche che puntano ad evidenziare le abitudini ed i comportamenti pericolosi messi in atto dai giovani. Di seguito riporto alcuni esempi.

Secondo il notiziario dell'ULSS8 della regione del Veneto, pubblicato il 13 marzo 2024 in occasione della Giornata Nazionale del Fiocchetto Lilla, che si celebra il 15 marzo, ad oggi sono più di tre milioni le persone vittime di DCA e la maggior parte di queste risulta essere adolescente. Il 4 aprile 2023 il Sole24ore ha pubblicato una survey nazionale effettuata dal Ministero della Salute, nella quale emerge che i disturbi del comportamento alimentare rappresentano la prima causa di morte nei giovani ragazzi, superando addirittura i decessi per incidenti stradali. Nel 2023 il centro DCA di Vicenza ha accolto 450 casi di DCA, di cui la metà dei 220 nuovi casi era sotto i 18 anni. Inoltre, dei 48 utenti ricoverati in Day Hospital, l'80% riguarda minori di 18 anni. Come afferma la dottoressa Alessandra Sala, responsabile del Centro di Riferimento Provinciale per i Disturbi del Comportamento Alimentare e del Peso, spesso i DCA si associano a sintomi ansioso-depressivi, episodi di autolesionismo e altre manifestazioni cliniche. Possono però manifestarsi anche tramite comportamenti continuativi e pervasivi, quali insonnia, fatica a svolgere gli impegni quotidiani e ampio uso dei social.

Il 25 marzo il podcast "Morning", appartenente alla testata giornalistica "Il Post" diretto da Francesco Costa, ha esaurientemente affrontato la tematica dell'utilizzo eccessivo dei social media da parte degli adolescenti. Riprendendo un articolo scritto dallo psicologo e divulgatore statunitense Jonathan Haidt "End the phone-based childhood now", uscito sulla rivista statunitense "Atlantic", ma considerato attuale anche in Italia, il podcast espone contenuti e dati riguardanti "come stanno le persone adolescenti". Negli USA negli ultimi anni il tasso di suicidi è aumentato del 50%, fra le ragazze tra i 10 e i 14 è più che raddoppiato. Un adolescente su 5 dice di aver preso seriamente in considerazione l'idea di farsi del male, per le ragazze 1 su 3. I dati italiani sono meno catastrofici, ma comunque allarmanti. La situazione è complicata da ben prima dalla pandemia, ma gli avvenimenti del 2020 hanno portato ad un incremento dei dati rendendola drammatica. La diffusione di questo fenomeno risale agli anni tra il 2010 ed il 2012, al che, secondo diversi studi correlazionali di Haidt, la problematica è riconducibile alla diffusione degli smartphone e dei social media tra i giovani. Sono molti gli studi che ne descrivono la correlazione mediante meccanismi di causa effetto (Haidt, 2024; Costa, 2024). Il meccanismo di dipendenza innescato dai social ha effetti gravi sul cervello in via di sviluppo degli adolescenti, in quanto ne altera le esperienze quotidiane, condizionandone i processi cognitivi ma anche le esperienze sociali (Costa, 2024). Sulla base di molti studi

scientifici, Haidt afferma che gli smartphone non rappresentino l'unica causa. Dagli anni '80 è emerso un modo diverso di interpretare il ruolo dei genitori che, diventando più controllante, tende a limitare i momenti di gioco libero ed esplorazione dei figli, ossia momenti che permettono loro di responsabilizzarsi ed acquisire autonomia, anche attraverso i rischi in cui possono incorrere. Le soluzioni proposte dallo psicologo si riferiscono ai genitori dei ragazzi e agli adulti significativi che li accompagnano nelle diverse fasi dello sviluppo: più gioco senza supervisione e maggior indipendenza durante l'infanzia; non concedere lo smartphone ai propri figli prima dell'inizio del liceo; vietare l'utilizzo dei social prima dei 16 anni; divieto di utilizzare il telefono a scuola (Haidt, 2024; Costa, 2024).

Le informazioni come quelle offerte dagli articoli sopracitati esercitano una forte influenza nel senso comune. Le persone che si rapportano con i giovani al giorno d'oggi, ossia genitori, educatori, adulti significativi, vengono assalite da norme e consigli da seguire per poter "gestire" un'età difficile come l'adolescenza. I rischi vengono considerati come prodotti oggettivi e misurabili, quindi risolvibili tramite attività e servizi socioeducativi standard e generalizzabili. I ragazzi vengono visti come spericolati, inconsapevoli delle proprie azioni e quindi da controllare (Zamperini, 2010). Emergono a questo punto delle discrepanze: gli studi sull'adolescenza affermano che gli adolescenti sono biologicamente e socialmente predisposti a mettere in atto comportamenti a rischio, ignorandone consapevolmente le conseguenze negative, in quanto devono assolvere il compito di sviluppo del raggiungimento dell'autonomia e della responsabilizzazione. Allo stesso modo i consigli offerti dagli studiosi sono di evitare l'atteggiamento controllante da parte dei genitori per favorire l'indipendenza dei figli. Ciononostante, il continuo allarmismo offerto dai rischiologi pone l'accento su come la mancanza di controllo "getti i ragazzi nelle braccia del pericolo" (Zamperini, 2010). L'autore richiama l'attenzione su come la rischiologia punti ad offrire alla società una propria costruzione dell'immagine della gioventù, secondo degli ideali di persone creati attraverso la normatività del benessere e il controllo e la gestibilità del rischio. La costante accezione negativa riguardante la gioventù porta gli adolescenti ad interiorizzare l'etichetta di "persone spericolate e a rischio", accentuando di conseguenza la messa in atto di comportamenti considerati non normativi, secondo il meccanismo della profezia che si autoavvera (Albiero, 2021). Inoltre, la promulgazione del concetto di responsabilità

individuale da parte della psicologia positiva e dell'ottica della precauzione, secondo la quale ogni persona è responsabile del proprio benessere e deve saper prevenire situazioni e comportamenti dannosi, porta ad uno stato di ansia ed incertezza sia gli adulti significativi, che cercano appoggio nei consigli degli studiosi, che negli adolescenti stessi, che trovano certezza nella definizione di sé che offre loro la società odierna, ossia "esseri razionali", in grado di pianificare il proprio futuro, o "giovani devianti" (Zamperini, 2010). Nell'opera "Gioventù sregolata e società del benessere" viene evidenziato il fatto che per decostruire l'immagine culturale offerta dalla società odierna, è necessario andare oltre la definizione offerta dai rischilogi, attingendo anche a diverse prospettive teoriche, che vengono citate all'interno del libro. Dando uno sguardo alla società in cui viviamo, attraverso le lenti teoriche del costruzionismo sociale, il sé risulta essere frammentato dai cambiamenti tecnologici degli ultimi anni, che moltiplicano le interazioni, i ruoli e le aspettative delle persone ed è circondato da una mole di informazioni che diventa difficile discriminare come vere o false (Gergen, 1991). Inoltre, il sé risente dei cambiamenti storici e socioculturali, che con l'avvento dei mass media l'hanno reso più dinamico e "versatile" (Lifton, 1993). L'idea di un sé meno unitario e più multidimensionale spiega come la soluzione normativa e standard offerta dai rischilogi sia di fatto una risposta difensiva alla paura del caos e dell'incertezza, e come la rischilogia si sia appoggiata alla "cultura del controllo" presente nella società contemporanea (Zamperini, 2010).

Un modo per decostruire l'idea di "gioventù sregolata" e di un benessere generalizzabile ad ogni individuo potrebbe essere quello di promuovere programmi socioeducativi che non siano standardizzati, ma che prendano in considerazione la persona nella sua individualità. È importante tenere conto della soggettività come caratteristica alla base del concetto di benessere, al di fuori dei dettami della società.

CAPITOLO 2

STUDIO NEL CONTESTO DEL JUMP

2.1 Introduzione alla realtà del Jump

Il comune di Padova, rifacendosi alla L. n. 285/97 “Disposizioni per la promozione di diritti e di opportunità per l’infanzia e l’adolescenza”, ha proposto degli interventi con il fine di promuovere il benessere di minori e famiglie, in situazioni di normalità o disagio, attraverso l’istituzione di alcuni Tavoli di coordinamento sparsi nei sei quartieri della città di Padova. I Tavoli hanno la funzione di monitorare le esigenze del territorio e della comunità, tramite il contributo sia del pubblico che del privato sociale e la collaborazione di diverse figure (animatori, educatori, psicologi, etc.). L’integrazione del punto di vista della comunità con quello dei professionisti ha posto le basi di un concetto definito “democrazia partecipativa”, passando quindi da una logica basata sul singolo ed autoriferita ad una maggiormente condivisa (Gelli, 2009; Griggio, 2012). Partendo da quest’ottica l’Ufficio Infanzia Adolescenza e Famiglia, attraverso la collaborazione con parrocchie, scuole ed associazioni, ha dato vita in alcuni quartieri della città ai Centri di Animazione Territoriale “CAT” (Griggio, 2012).

Nella città di Padova sono presenti varie realtà che hanno contribuito alla nascita dei CAT e che si occupano di programmi rivolti a ragazzi adolescenti, una di queste è la cooperativa sociale onlus “La Bottega dei Ragazzi”, gestita da Luca Silvestri. Questa cooperativa opera nella città dal 2004, attraverso servizi indirizzati direttamente al singolo e alle sue esigenze, al fine di valorizzarne le risorse e la crescita. Gli interventi sono rivolti non solo alla singola persona, ma lavorano a diversi livelli, includendo servizi alla famiglia e alla comunità di appartenenza. All’interno della cooperativa sono presenti diverse figure professionali quali educatori, psicologi, psicoterapeuti, psicomotricisti, assistenti sociali, animatori ed artisti. Questa multidimensionalità del servizio permette di rispondere a molteplici esigenze e situazioni, senza proporre interventi standardizzati, ma ritagliati sulla persona. La Bottega dei Ragazzi offre spazi di ascolto, sostegno psicoterapeutico, consulenze familiari, ma anche centri di aggregazione, servizi

domiciliari, doposcuola e centri estivi. I servizi sono rivolti a gruppi di persone di tutte le età e tra questi trovano spazio i Centri di Animazione Territoriale (CAT).

Il Jump, nello specifico, è uno dei sette Centri di Animazione Territoriale che sono sparsi nella città di Padova e ha sede nel quartiere Arcella. Fino a qualche anno fa all'interno di questo CAT operavano psicologi e educatori, ora per questioni burocratiche sono presenti solamente educatori. Questi spazi rivolgono gratuitamente i propri servizi a bambini e ragazzi dai 6 ai 18 anni e alle loro famiglie, mediante la collaborazione con enti territoriali e servizi sociali. Il Jump accoglie circa quaranta bambini e ragazzi, venti della scuola primaria e venti della scuola secondaria di primo grado, ognuno dei quali con background culturali e socioeconomici differenti tra loro. Il centro include non solo ragazzi in condizioni di disagio, ma anche ragazzi che trovano nel centro opportunità relazionali e nuovi stimoli (Griggio, 2012). Il servizio è attivo per tutto l'anno scolastico e per buona parte del periodo estivo, offrendo attività pomeridiane due giorni alla settimana per ogni gruppo di ragazzi, a volte includendo uscite durante periodi di vacanza o durante i weekend. Il nome "Jump" nasce con l'intento di voler "saltare" oltre lo stereotipo attribuito ai giovani al giorno d'oggi, spesso ulteriormente enfatizzato dai pregiudizi rivolti alle persone con culture diverse da quella del paese ospitante.

La realtà dei CAT viene spesso associata a quella di un doposcuola, in quanto nel corso delle ore in cui sono presenti i ragazzi viene dedicato loro il tempo necessario per svolgere compiti ed attività didattiche, così da permettere ai ragazzi di rimanere al pari con lo studio e poter avere un confronto con i compagni o con gli educatori. Il focus principale dei CAT, però, si distanzia da quello dei doposcuola, in quanto si concentra sulla creazione di un contesto in cui i ragazzi possano sviluppare le relazioni tra loro, attraverso uno spazio in cui si sentano liberi di aprirsi e confidarsi, sia tra di loro che con gli educatori presenti.

Il tipo di educazione a cui si rifà il Jump è la teoria dell'educazione pedagogica di Maria Montessori, secondo la quale il bambino viene visto come soggetto attivo e capace di indagare la realtà che lo circonda e deve quindi essere libero di scegliere le attività da svolgere, senza essere sottoposto a norme rigide promosse dai sistemi educativi tradizionali (Montessori, 1949; Ianni, 2021). L'educazione dei bambini deve focalizzarsi sullo sviluppo dell'identità, dell'autonomia, della competenza e della cittadinanza,

mediante un'ottica di "autoeducazione". Declinato nella prospettiva montessoriana, lo sviluppo dell'identità riguarda la sicurezza nell'affrontare situazioni nuove, unito allo sviluppo dell'autonomia che permette di avere fiducia in sé e negli altri; l'accrescimento della competenza avviene attraverso la riflessione sulle proprie esperienze e sul confronto con gli altri; infine lo sviluppo della cittadinanza implica la scoperta degli altri e di punti di vista diversi dai propri, attraverso la formazione di regole condivise, il dialogo e l'espressione del proprio pensiero (Ianni, Nuti; 2021). Il Jump trasferisce questi aspetti nell'ottica adolescenziale, rivolgendo i punti chiave della teoria montessoriana alle modalità educative del centro, il quale offre un contesto in cui i ragazzi possono esprimersi liberamente ed interagire tra loro nel modo che più preferiscono. Le attività svolte non sono obbligatorie, quindi chi in un determinato giorno non se la sente o non ha voglia di stare in gruppo può benissimo astenersi dalle attività. Le uniche regole condivise dai ragazzi e alla base del CAT sono tre: non si insultano gli altri, non si usano le mani per fare del male, rivolgersi agli educatori in caso di bisogno. Di grande importanza è anche il coinvolgimento della famiglia, alla quale vengono proposti momenti di partecipazione attiva e di condivisione di obiettivi comuni. Il centro deve rappresentare un luogo di dialogo, pronto a valorizzare e condividere le risorse offerte anche dalle diversità delle varie famiglie, per quanto riguarda i molteplici ambienti di vita o diversità religiose, etiche e comportamentali (Ianni, Nuti; 2021). L'obiettivo del Jump concorda con quello di Maria Montessori, ossia mira alla creazione di percorsi individualizzati, che possano prendere in considerazione i bambini e, nel caso del Jump, i ragazzi come persone con una propria identità, svincolate dall'immagine dell'adulto in miniatura (Baldacci, 2019; Crescenza, 2023). Come afferma Montessori, esiste un conflitto tra adulti e bambini, in quanto quest'ultimi vengono considerati come il riflesso degli adulti, ignorando quindi le fasi dello sviluppo e giudicando negativamente le diversità presenti tra adulti e bambini (Montessori, 1949/2004; Crescenza, 2023). Soprattutto nell'età dell'adolescenza, i giovani vengono rappresentati come delle "brutte copie" degli adulti, per questo le differenze tra i caratteri dei ragazzi e degli adulti vengono ritenute errori da correggere e conformare ai dettami della società. Lo sviluppo psicosociale non viene ritenuto fisiologico ma patologico (Crescenza, 2023). Per questo motivo Maria Montessori ha affermato l'importanza di "mobilitare l'asse educativo", denunciando il carattere obsoleto dei modelli educativi maggiormente presenti nella

società, i quali si presentano in modo contraddittorio alle ricerche scientifiche in campo biomedico e psicologico riguardanti lo sviluppo dei bambini e degli adolescenti.

2.2 Svolgimento delle attività socioeducative

Ho svolto attività di tirocinio al Jump da settembre 2023 a gennaio 2024, collaborando con tre educatrici: una di loro si occupa di bambini frequentanti la scuola primaria; le altre due educatrici si occupano di ragazzi della scuola secondaria di primo grado, sui quali si concentrerà il presente capitolo. Le attività pomeridiane includono una prima parte della giornata, solitamente mezz'ora, dedicata ai compiti, durante la quale i ragazzi possono confrontarsi con i compagni o chiedere aiuto alle educatrici per lo studio. In seguito, vengono effettuate delle attività concordate con i ragazzi la settimana precedente. Spesso si affrontano diverse tematiche, sulla base delle quali vengono proposti giochi o progetti con esperti esterni. Un giorno alla settimana viene invece dedicato al gioco libero. Una delle tematiche affrontate nei mesi scorsi riguardava il concetto di multiculturalità e di pregiudizio, la quale è stata discussa attraverso la visita alla mostra sul pregiudizio "Gli altri siamo noi", organizzata dall'associazione Amici dei Popoli presso la parrocchia di San Carlo Borromeo, Padova. Altre attività si sono concentrate invece sull'utilizzo dei social per comunicare, collegato agli episodi di cyberbullismo. Infine, un ulteriore esempio di attività ha preso in esame l'influenza del gruppo nelle decisioni individuali: attraverso la presentazione di situazioni tipo, i ragazzi dovevano alzarsi e schierarsi dalla parte dell'accordo o del disaccordo, motivando la propria scelta e non badando alle decisioni degli altri. Nonostante gli esempi riportati e le molte altre attività effettuate siano stati molto utili, in quanto ponevano l'attenzione su argomenti mirati, i pomeriggi dedicati al tempo libero si dimostravano ancora più arricchenti, in quanto emergevano gli hobby dei ragazzi: chi preferiva giocare a calcio, chi alla playstation e chi invece preferiva rimanere per conto suo a leggere un libro. I momenti di condivisione erano più liberi e meno strutturati, il che permetteva l'affiorare di tematiche e riflessioni profonde in modo spontaneo, a volte fatte in piccoli gruppi o a uno a uno con l'educatrice. All'interno del centro si valorizzano molto le confidenze dei ragazzi e spesso proprio da queste emergono idee per progetti e attività da condividere insieme. Quello che caratterizza maggiormente il contesto del Jump è il rapporto che intercorre tra i ragazzi e le educatrici e la fiducia che i ragazzi ripongono in quest'ultime, in quanto si confidano su argomenti dei quali non

riescono a parlare con gli altri, nemmeno con i propri genitori. Le educatrici hanno la capacità di mostrarsi non giudicanti nei loro confronti, ma allo stesso tempo di apparire ferme nell'offrire consigli e pareri che spesso vanno in contrasto con i pensieri dei ragazzi.

Il Jump spesso si pone come intermediario tra i ragazzi ed il contesto familiare e scolastico, anche attraverso la collaborazione con altre associazioni, per questo motivo ho avuto occasione di conoscere diverse realtà operanti nel territorio di Padova. Le collaborazioni con enti esterni vengono decise in base alle esigenze che emergono dai ragazzi e le attività vengono quindi concordate con loro. Di seguito sono riportati alcuni esempi di interventi di questo tipo.

Nel mese di gennaio molti dei ragazzi si sono iscritti o hanno mostrato curiosità per la boxe. Per questo motivo, durante le ore pomeridiane, è stato accolto un insegnante di boxe per mostrare loro come funziona la disciplina sportiva, includendo nelle dimostrazioni coloro che avevano iniziato a praticarla. In seguito, i ragazzi furono invitati per un pomeriggio nella palestra di boxe dove alcuni di loro si allenavano, per svolgere una lezione di prova. Alcune ragazze mostrarono interesse per lo sport, affermando che sentivano il bisogno di fare un'attività che permettesse loro di sfogarsi e liberare la mente, ma non avevano il coraggio di parlarne con i propri genitori, in quanto poco inclini ad accondiscendere alla richiesta. Mediante dei colloqui con le famiglie e l'incoraggiamento degli allenatori, i genitori si sono convinti e le ragazze hanno poi iniziato ad allenarsi alla palestra. Un altro esempio in cui il centro si è posto come intermediario riguarda la scelta della scuola superiore. Alcuni dei ragazzi erano indecisi sulla scuola che avrebbero voluto frequentare, ed il centro ha messo a disposizione lo spazio ed il tempo per potersi informare sulle varie scuole. Il Jump ha accompagnato i ragazzi di terza media all'Exposcuola, uno dei progetti dedicati all'orientamento alla scelta del percorso scolastico e formativo presenti nella città di Padova.

In alcune situazioni particolari, il centro ha organizzato degli incontri con alcuni genitori, in quanto le figlie di quest'ultimi più di una volta sono state coinvolte in risse e litigate pesanti. Grazie al dialogo con le famiglie e tra le due ragazze la situazione si è risolta, portando nuovamente ad un ambiente pacifico a scuola e all'interno del centro.

Il servizio del Jump non svolge ruolo di mediatore solamente con le famiglie, ma anche con le scuole che frequentano i ragazzi. Le educatrici in alcuni periodi dell'anno, in base

alle esigenze, svolgono degli incontri nelle scuole e nelle classi in cui sono presenti i ragazzi del Jump. Ci sono dei casi specifici in cui il Jump parte dalle esigenze del singolo ragazzo e organizza dei colloqui con gli insegnanti, in modo da accordare delle modalità di gestione dei compiti e delle attività didattiche per far fronte a difficoltà di studio di alcuni ragazzi, così da permettere loro di non saltare l'anno scolastico e di recuperare i vari debiti. Un esempio di questi interventi riguarda una ragazza, la quale non aveva un buon rapporto con un nuovo insegnante. Affermava di essere presa di mira per il suo carattere poco obbediente e quindi di venire spesso incolpata di alcune cose che in realtà facevano i suoi compagni. L'accumulo delle note rendeva difficile per la ragazza avere un buon rendimento scolastico, che infatti decrebbe con l'arrivo del nuovo insegnante. Dato che gli insegnanti di riferimento e la famiglia non assecondavano questa sua critica al professore, le educatrici del centro hanno organizzato un incontro con l'insegnante per andare a fondo della questione e trovare un compromesso: la ragazza in questione si sarebbe impegnata a fare meno confusione in classe, in cambio le sarebbe stata concessa un'altra opportunità per poter recuperare i voti bassi. Nei mesi seguenti il suo rendimento scolastico migliorò e il clima a scuola risultò per lei più tranquillo.

Passando a questioni più delicate, il centro si pone l'obiettivo di promuovere un clima favorevole allo sviluppo dei ragazzi, prestando attenzione a diverse dinamiche che possono avvenire all'esterno delle mura del centro. Gli interventi del Jump riguardano anche le relazioni che hanno i ragazzi con i pari fuori dalla scuola, che in alcuni casi hanno causato delle problematiche quali risse, scambio di sigarette e altri avvenimenti di cui non erano a conoscenza le famiglie dei ragazzi implicati. La capacità delle educatrici di porsi in modo aperto e non giudicante nei confronti dei ragazzi permette a quest'ultimi di confidarsi su questioni delicate, come possono essere le situazioni precedentemente citate. Le educatrici si pongono come adulti significativi, evitando di stabilire delle regole fisse e rigide, ma cercando di ascoltare e assecondare le esigenze di ogni ragazzo. Una situazione complicata ha coinvolto un ragazzo di dodici anni frequentante il centro, al quale è stato chiesto da un compagno di scuola di consegnare una sigaretta elettronica ad un altro ragazzo ed in seguito di farsi consegnare i soldi per poterli portare al compagno di scuola. Il ragazzo a cui è stata data la sigaretta, però, non gli consegnò i soldi, che però vennero richiesti al dodicenne dopo alcuni giorni. Nel panico, non potendone parlare con i genitori, il ragazzo in questione si rivolse ad una delle due educatrici, la quale gli disse

che non poteva prestargli i soldi ma, con il suo consenso, avrebbe parlato con un genitore in modo da risolvere la situazione. Nonostante l'iniziale dissenso, il ragazzo accettò il consiglio e non fu più coinvolto in contesti simili.

A differenza degli esempi di interventi finora citati, alcuni progetti prendono in considerazione non solo i ragazzi come singoli, ma l'ambiente ed il contesto attorno ad essi. Uno di questi progetti è stato effettuato collaborando con l'associazione della Murga, durante il periodo di carnevale, con l'obiettivo di vivacizzare il quartiere dell'Arcella, attraverso una sfilata includente molte altre associazioni, per abbatterne lo stereotipo negativo. Durante il periodo natalizio, il Jump insieme ad altre associazioni, tra cui il CEOD Santa Rosa di Padova, decorò una piazza nella zona di San Carlo, in Arcella, condividendo una giornata ricca di canti, regali, esposizioni di oggetti di artigianato e lavoretti. Lavorare sul contesto permette ai ragazzi di legarsi ed essere più consapevoli della realtà attorno a loro, mostrandone lati diversi rispetto a quelli legati al contesto scolastico e familiare.

Tutte le attività offerte dal Jump sono ritagliate sui ragazzi, per questo motivo i progetti sono di vario tipo e riguardanti tematiche anche molto diverse tra loro. L'importanza di non standardizzare i programmi educativi nasce dall'idea che ciò che fa stare bene i ragazzi va oltre la concezione generalizzata di benessere offerta dalla società. Di conseguenza, una delle attività proposte dal centro si è occupata di indagare cosa fosse il benessere per i ragazzi del Jump, al di fuori di quello dettato dalla società odierna.

2.3 Attività sull'idea di benessere degli adolescenti del Jump: materiali e risultati

Con l'intento di indagare cosa significasse il concetto di benessere per gli adolescenti del Jump, si è pensato di lasciare scorrere liberamente i pensieri dei ragazzi riguardo questa tematica. A tal fine è stata proposta un'attività di brainstorming. Senza quindi offrire alcun tipo di traccia, è stato dato loro un cartellone bianco con al centro la parola "benessere". Senza limiti di tempo, i ragazzi hanno iniziato ad inserire nel cartellone varie parole che per loro significavano "stare bene" e, a mano a mano che le parole venivano inserite, si discuteva del motivo per il quale erano state scelte.



Ciò che si può notare da questo brainstorming è il fatto che per i ragazzi il concetto di benessere assume forme diverse. Per alcuni di loro lo “stare bene” dipende dalle relazioni con le persone che li circondano. Molti dei termini citati riguardano l’amicizia, soprattutto il desiderio di un’”amicizia vera”. Discutendone con i ragazzi, è emerso come per la maggior parte di loro sia importante trovare una persona con cui potersi confidare, al di fuori della famiglia. Il rapporto con i pari è stato molto indagato nella letteratura sul benessere psicosociale degli adolescenti. Il modo in cui è stata affrontata questa tematica negli studi, però, evidenzia aspetti quali la possibilità di apprendere come relazionarsi con altre persone, attraverso il confronto e la condivisione di idee, creando così un terreno fertile per il benessere presente e futuro dei giovani (Brighi, Guarini e Ferrari, 2013). In questo caso, però, il punto cruciale messo in luce dai ragazzi non riguarda la possibilità di condividere il proprio pensiero con i pari, ma allude soprattutto ad un bisogno di presenza e fiducia nei confronti degli altri. Il confronto di idee che possono trarre dalla relazione con i pari è indubbiamente utile ai fini dello sviluppo psicosociale dei ragazzi, ma non è percepito da quest’ultimi come l’aspetto più importante. La consapevolezza che un’altra persona capisca e non sia giudicante permette ai ragazzi di aprirsi maggiormente sui propri sentimenti ed emozioni, a prescindere dal confronto di idee che ne possono derivare.

In relazione a questo punto, alcuni dei ragazzi hanno indicato l’importanza di conoscere nuove persone e fare nuove amicizie. La motivazione di questa scelta, secondo quanto hanno affermato, deriva dal fatto che spesso non si sentono soddisfatti delle amicizie che li circondano e di conseguenza non si percepiscono a loro agio nel confidarsi e nell’esprimere sé stessi, in quanto non le ritengono “vere ed autentiche”. Per questo

motivo altri concetti come “parlarsi faccia a faccia”, evitando quindi la comunicazione alle spalle e “stare con persone che ti vogliono bene” risultano essere dei punti chiave nelle loro esperienze quotidiane e vengono quindi considerati come valori fondamentali dello “stare bene”.

Non solo le amicizie, ma anche la famiglia rappresenta un valore importante per i ragazzi del Jump. Anche se le parole “famiglia” e “madre” sono emerse poche volte, rappresentano un contesto in cui alcuni dei ragazzi sentono di potersi appoggiare, a volte maggiormente rispetto al contesto amicale. Per alcuni le figure degli adulti significativi rappresentano un porto sicuro a cui tornare nei momenti di difficoltà. Come affermano molti studi, in adolescenza la predilezione verso i pari rappresenta un aspetto comune e fondamentale per lo sviluppo psicosociale dei giovani, in quanto permette una spinta all’autonomia (Albiero, 2021). Nonostante ciò, questa propensione al mondo dei pari non è presente in modo così forte in tutti i ragazzi. Da quello che è risultato, infatti, certi giovani si sentono più a loro agio ad esprimersi nell’ambiente familiare, nel quale trovano maggior supporto. In special modo è stato messo in luce come il rapporto con la madre sia particolarmente significativo per promuovere uno stato di benessere per alcuni di questi ragazzi.

Altri punti di vista hanno messo in relazione il concetto di benessere con i rapporti sociali, ma secondo un’ottica diversa. Non viene più evidenziata dai ragazzi la qualità del rapporto di amicizia, quanto invece il modo in cui le altre persone si rapportano ad essi. Appaiono concetti quali “rispetto” e “non paragonare gli altri”. Discutendone in gruppo, coloro che hanno indicato questi termini sostengono che per loro è importante il modo in cui vengono trattati dagli altri. Il ragazzo che ha evidenziato la parola “rispetto”, ha affermato che in un gruppo ampio di persone è fondamentale l’immagine che gli altri hanno di lui e che l’esigenza di essere rispettato dagli altri si riflette molto sui comportamenti che mette in atto quando si relaziona con un gruppo.

Al contrario delle declinazioni di benessere emerse finora, altri ragazzi hanno relazionato la propria idea di “stare bene” alla solitudine. I termini evidenziati durante il brainstorming sono stati “leggere”, “giocare alla play”, “guardare serie tv”, “ascoltare la musica”. Questa diversa declinazione del concetto di benessere mette in luce come il rapporto con i pari non rappresenti per tutti un indice di benessere ma, al contrario, alcuni

ragazzi preferiscono dedicare del tempo a sé stessi. Secondo quanto affermato durante l'attività, questi ragazzi ricercano molto dei momenti di tranquillità durante le giornate, le quali sono spesso ricche di rapporti sociali tramite la scuola, la famiglia e le attività extrascolastiche, di conseguenza preferiscono limitare le uscite pomeridiane o serali. Nella letteratura il bisogno di stare per conto proprio spesso è indice di malessere o sviluppo patologico (Birmaher et al. 1996; Hankin et al. 1998; Brighi, 2013). In realtà è importante rendersi conto che, come gli adulti, anche i giovani hanno l'esigenza di dedicare del tempo a sé stessi, in quanto i contesti quotidiani in cui sono inseriti spesso non glielo permettono, poiché pullulano di rapporti sociali e di momenti in cui devono condividere il proprio spazio con altri.

Ulteriori punti di vista hanno svincolato il concetto di benessere dal rapporto con le altre persone. Un esempio riguarda il benessere visto come prettamente economico e legato al confort, che si rispecchia nelle parole: "soldi", citato tre volte, "telefono". Allo stesso modo il benessere prende il significato di "benessere fisico", definito da termini quali "mangiare e dormire". Queste declinazioni del concetto di benessere emergeranno anche nell'attività successiva.

Infine, è stato delineato un significato di benessere legato alla spensieratezza, derivante dalla possibilità di svolgere determinate attività o comportamenti. Sono stati indicati contesti che favoriscono questo stato d'animo, come "viaggiare" e "fare sport", che sono stati sottolineati più volte, o anche "scherzare" e "ballare con gli amici". Questi concetti sono stati definiti dai ragazzi come promotori di uno stato di umore leggero e positivo, contrapposti alla rigidità dei contesti quotidiani in cui si ritrovano la maggior parte del tempo.

Anche la parola "Jump" è stata evidenziata nel cartellone, descritto dai ragazzi come un luogo in cui convivono le diverse concezioni di benessere espresse dai ragazzi.

In seguito, è stata loro proposta una seconda attività, questa volta leggermente più strutturata. Ai ragazzi sono state mostrate delle foto includenti vari contesti diversi tra loro, alquanto generali. Ogni ragazzo aveva il compito di scegliere l'immagine che maggiormente rispecchiasse il significato di benessere e, se voleva, spiegare il motivo della scelta. Le immagini scelte erano le seguenti:



Come si nota dalle fotografie riportate nell'attività, molte si rifanno ai significati di benessere attribuiti dai ragazzi durante il brainstorming. Uno di loro ha scelto la macchina ed il telefono come indici di un benessere economico e della possibilità di condurre una vita agiata.



Riappare il tema dell'attività sportiva come indice di benessere, in quanto offre uno spazio che sia fonte di sfogo e di soddisfazione. Di grande rilevanza, secondo quanto affermato da chi ha scelto quest'immagine, è il senso di unione e cooperazione con gli altri presente negli sport di squadra.



In quest'immagine emergono due temi dalla persona che l'ha scelta. Il primo si rifà al bisogno di qualcuno di presente e fidato, come può essere l'animale domestico. L'altro invece riguarda la paura della solitudine, che viene colmata dall'animale. La ragazza che ha scelto quest'immagine ha affermato che, nonostante la sua socialità ed estroversione, ha il timore di ritrovarsi senza delle amicizie che siano vere ed autentiche.



Riemerge il concetto di benessere relazionale alle altre persone. In questa foto i ragazzi si sono rivisti in un contesto amicale e di supporto reciproco. Condividendo il proprio pensiero, le persone che hanno scelto l'immagine hanno ripreso le tematiche di cui si è discusso nel brainstorming riguardanti l'amicizia ed il rapporto con i pari. Inoltre, riaffiora l'importanza del rapporto con la propria famiglia come fonte di guida e supporto.



La possibilità di viaggiare appare nuovamente come indicatore di benessere. Avere quindi la libertà di spostarsi e di avere nuovi stimoli rappresenta, per chi ha scelto l'immagine, un modo per stare bene, conoscendo cose nuove.



Le ultime immagini scelte rispecchiano invece il bisogno di solitudine. Nel primo caso tramite la lettura, definita da chi l'ha scelta come la possibilità di svincolarsi per un po' dalle pressioni del mondo reale. Nell'altro caso emerge la volontà di isolarsi in un ambiente pacifico e confortevole, che può essere un luogo esterno o la propria camera, per poter passare del tempo da soli con sé stessi.

Secondo quanto emerso dalle attività, l'idea di benessere o, meglio, le idee di benessere fornite dai ragazzi riprendono solo in parte quelle relative alla percezione di autoefficacia,

di successo accademico e di “soddisfazione di vita”, perpetuate dalle teorie più in voga nella società occidentale contemporanea (Caprara, Delle Fratte, Steca, 2002). Si discostano anche dalla psicologia positiva, in quanto nessuno degli aspetti citati dai ragazzi ha ripreso l’idea di una visione ottimistica della realtà o di sé stessi, quanto piuttosto la ricerca di relazioni autentiche e di stati d’animo di leggerezza e spensieratezza, talvolta legati a diversi aspetti quali i rapporti con gli altri, la sicurezza fisica ed economica o i momenti di solitudine. La carriera accademica, il rapporto con i pari, l’autostima e la fiducia di sé sono sicuramente dei fattori importanti per i ragazzi, ma non gli unici, a differenza di quanto afferma l’idea di benessere diffusa nel senso comune e ormai cristallizzata nella nostra società.

CAPITOLO 3

ANALISI CRITICA SUL CONCETTO DI BENESSERE

3.1 Antitesi sulla concezione stereotipata dell'adolescenza

Alla luce di quanto emerso all'interno del contesto del Centro di Animazione Territoriale "Jump", l'adolescenza si presenta in modo più diversificato e meno generalizzabile rispetto all'idea diffusa nella società odierna.

Effettuando un excursus sulle principali teorie che si sono susseguite nello studio dell'adolescenza e declinandole nel contesto del Jump, nel quale avviene un'interazione diretta con i giovani, è possibile decostruire l'immagine dell'adolescente a rischio.

Un importante contributo all'analisi del periodo adolescenziale deriva dalle considerazioni proposte dall'antropologa Margaret Mead (1928), le quali affermano la predominanza dei fattori culturali nel determinare il processo di sviluppo adolescenziale dei giovani. Alcune critiche agli studi dell'antropologa furono avanzate precedentemente da Kurt Lewin, che introdusse il concetto di multidimensionalità, tipica del periodo adolescenziale. Inoltre, l'indagine svolta all'interno del Centro ha permesso l'emergere di ulteriori discrepanze tra la teoria di Mead e ciò che caratterizza i giovani d'oggi. La multiculturalità rappresentativa del Jump permette di prestare attenzione all'influenza degli aspetti culturali sui comportamenti dei ragazzi. È necessario specificare che le differenze culturali presenti tra i ragazzi non si riferiscono solo alla cultura di origine delle famiglie o dei ragazzi stessi, ma anche al grado con cui quest'ultimi sono immersi in quella cultura e si riconoscono in essa. Quest'ultimo aspetto è stato valutato in base a quanto i ragazzi affermano di aderire alle norme culturali e religiose, al rispetto dell'etica e alle abitudini quotidiane condivise in famiglia. Sia nelle attività strutturate, compresa l'attività sul benessere, sia nei momenti liberi, i ragazzi appartenenti alla stessa cultura e con lo stesso grado di identificazione in essa, attuavano comportamenti anche molto differenti tra loro. Sono stati presi in esempio tre ragazzi, un maschio e due femmine, rispecchianti le condizioni appena descritte.

Nell'attività svolta sull'influenza degli altri nei processi decisionali, le due ragazze prendevano decisioni in autonomia, il ragazzo invece tendeva a farsi influenzare più volte dalla maggioranza. Durante il progetto in cui i ragazzi hanno praticato la boxe, il ragazzo ed una delle due ragazze hanno dimostrato molto interesse ed intraprendenza, mentre l'altra ragazza ha espresso più timidezza a riguardo e poco desiderio ad esporsi.

Infine, nell'attività riguardante il concetto di benessere sono stati evidenziati tre aspetti molto diversi: una ragazza ha favorito concetti economici quali i soldi, oggetti all'ultima moda e la possibilità di condurre una vita agiata; l'altra ragazza ha indicato termini ed immagini che rispecchiavano momenti di tranquillità e riflessione; il terzo ha dato più valore alle relazioni con i pari e ai momenti in compagnia. Dalle motivazioni espresse da questi ragazzi è possibile presumere che le aspirazioni e gli ideali di benessere si discostino dall'influenza di quelli promossi all'interno della famiglia, in quanto molto differenziati tra loro. Le attività strutturate mettono quindi in luce le prime criticità riguardanti la teoria proposta da Margaret Mead.

Inoltre, nei momenti in cui non erano previste attività, il ragazzo ha spesso espresso un atteggiamento più riservato e più propenso a comportarsi come un "leader" nel proprio gruppo di amici, al contrario una delle due ragazze dimostrava desiderio di stare per conto proprio o di chiacchierare in gruppi di pochi ragazzi, spesso e volentieri composti dalla cerchia di amici più stretti. L'altra ragazza, facente parte degli amici più intimi della prima, tendeva a relazionarsi in egual modo con tutti, dimostrando molta socialità ed estroversione.

Nonostante l'apporto significativo alla letteratura offerto dagli studi sull'adolescenza in Samoa e l'impossibilità di negare l'influenza della cultura nello sviluppo psicosociale dei giovani, emerge comunque l'importanza di indagare in modo ravvicinato le differenze individuali dei ragazzi, per evitare di cadere vittima di stereotipi e generalizzazioni.

Proseguendo con l'exkursus storico della letteratura adolescenziale, appaiono ulteriori limiti in riferimento alla teoria di Havinghurst (1948). Oltre all'eccessiva generalizzazione dei compiti di sviluppo, già presa in considerazione nei precedenti capitoli, gioca un ruolo importante lo sviluppo della società avvenuto negli ultimi anni. I confini del periodo adolescenziale sono sempre meno definiti, ciò è dovuto sia all'anticipo puberale, causato da aspetti genetici ed ambientali, sia alla dilazione del raggiungimento

delle tappe adulte (Albiero, 2021). A causa di questo fenomeno diversi compiti di sviluppo proposti da Havinghurst, ad esempio l'indipendenza economica, l'orientamento al matrimonio e alla vita familiare, risultano difficilmente raggiungibili dagli adolescenti al giorno d'oggi (Crocetti et al. 2012; Dogana, 2002). Inoltre, la società odierna pone l'accento su valori narcisisti quali il denaro, il riconoscimento sociale e la visibilità, promulgando prototipi ideali di persone in grado di affrontare ogni tipo di situazione. I modelli educativi attuali attribuiscono grande importanza alla competenza e alla professionalità riconosciute dagli altri, tanto da portare gli adolescenti a modificare il proprio modo di essere in linea con le aspettative altrui e con gli ideali della società (Pietropolli, Charmet, Piotti, 2009). L'indagine sul benessere svolta all'interno del Jump ha ulteriormente messo in luce come le priorità per i ragazzi di oggi non riguardino prospettive future, come affermava Havinghurst, quanto piuttosto il tempo presente. Questo perché l'allungamento del periodo adolescenziale, in concomitanza con gli ideali di sviluppo positivo promulgati nella società nei confronti dei giovani, portano quest'ultimi ad allontanarsi dalle pressioni sociali e a focalizzarsi su ciò che li circonda al momento, ossia amici, famiglia, sport e tempo per sé stessi (Crocetti et al. 2012; Dogana, 2002). Quest'ultimi elementi, infatti, sono stati quelli maggiormente espressi dai ragazzi del Jump nell'attività di brainstorming sul concetto di benessere.

Nonostante tutte le teorie abbiano contribuito a consolidare l'idea di adolescenza diffusa nella società odierna, quella che tutt'ora ne legittima maggiormente lo stereotipo è la prima teoria ad aver preso in considerazione la tappa dell'adolescenza, risalente ai primi anni del secolo scorso, formulata da Stanley Hall. Secondo le considerazioni di Hall, l'adolescenza rappresenta un periodo di "Storm and Stress", legato ad umore altalenante, distacco dalle regole imposte dalla famiglia e dalla società e propensione al rischio. Questa visione negativa del periodo adolescenziale permane nel senso comune e viene perpetuata dai modelli educativi che si focalizzano sulla prevenzione del rischio in adolescenza, alimentandone lo stereotipo negativo. Anche il lavoro dei media contribuisce ad implementare quest'idea di adolescente, innescando nei giovani il processo della profezia che si autoavvera. I giovani, infatti, consapevoli dell'etichetta a loro affibbiata, implicitamente tendono ad introiettarla, mettendo in atto atteggiamenti e comportamenti che rispecchiano l'immagine che la società ha di essi (Albiero, 2021). All'interno del contesto del Jump il focus non è mai stato sulla prevenzione del rischio,

quanto sullo stare bene dei ragazzi, differenziato per ognuno di loro. Gli interventi promossi all'interno del Centro si rifanno a tematiche che partono principalmente dai ragazzi stessi, senza quindi imporre consigli e codici di buona condotta non richiesti. Il clima aperto del Jump permette di trattare temi che spesso vengono affrontati dai media o dai diversi contesti educativi per prevenire il rischio nei giovani, ad esempio abuso di alcol e sostanze, relazioni amorose tramite social media ed altri simili, ma senza utilizzare la stessa vena paternalistica e giudicante. Questo contesto permette ai ragazzi di aprirsi ed essere propositivi, facendo emergere quindi queste tematiche senza imporle dall'alto. Inoltre, la maggior parte delle volte gli argomenti non vengono affrontati in modo strutturato tramite attività pianificate, ma vengono introdotti spontaneamente durante i momenti liberi. Tra le mura del Centro l'accezione negativa dell'adolescenza non viene trasmessa, ciò fa in modo che in questo spazio i ragazzi non si identifichino come "sbagliati" come avviene invece in altri contesti, ad esempio quello scolastico. Nonostante i comportamenti tendenzialmente altalenanti ed impulsivi siano fisiologici durante il periodo adolescenziale, in quanto fanno parte dello sviluppo biologico e sociale delle persone, gli atteggiamenti dei ragazzi nel contesto del Jump non rispecchiano eccessiva irritabilità e tempestività, discostandosi così dalla considerazione dell'adolescenza come un periodo di "Storm and Stress". L'obiettivo del Jump, tramite il suo ruolo di mediatore, è di diffondere questa diversa idea dell'adolescenza "saltando oltre" lo stereotipo messo a disposizione dalla società.

3.2 Antitesi sulla concezione stereotipata del concetto di benessere

Mediante l'evoluzione del concetto di benessere è stato appurato il fatto che il benessere psicosociale è un costrutto multidimensionale, riguardante non solo la salute psico-fisica delle persone, quanto piuttosto lo stare bene della persona a più livelli. Nonostante ciò, prendendo in considerazione il contesto adolescenziale, il benessere viene privato delle varie sfaccettature che lo compongono e viene delineato secondo concetti che convergono verso un'unica definizione di benessere, in particolar modo focalizzandosi sui fattori di rischio che potrebbero minarne lo sviluppo. L'obiettivo del Jump è quello di offrire una luce diversa ai ragazzi del giorno d'oggi, partendo dalla realtà del contesto padovano. Per questo motivo le attività riguardanti il concetto di benessere sono risultate molto utili al fine sia di comprendere cosa volesse dire per i ragazzi "stare bene", sia per capire come

effettivamente i ragazzi si sentissero all'interno del centro e se quest'ultimo soddisfacesse le loro esigenze. Analizzando più approfonditamente le attività svolte risulta chiaro come la realtà adolescenziale promossa dalla letteratura psicologica sia differente rispetto a quella descritta dagli occhi degli adolescenti stessi.

Durante il momento di brainstorming, le parole poste sul foglio hanno permesso di sviluppare molte riflessioni. Le motivazioni per le quali sono stati scritti determinati termini fanno intendere come le informazioni promulgate dagli esperti "rischiologi" fossero di fatto standardizzate ed allarmiste e non prendessero in considerazione le individualità dei singoli ragazzi e dei contesti prossimi ad essi. Dal punto di vista relazionale sono emerse varie declinazioni riguardanti la "propensione verso i pari", definita dagli studiosi come un compito evolutivo che permette ai ragazzi di crescere e diventare autonomi al di fuori del "nido familiare". Allo stesso tempo, però, l'incremento delle relazioni con i coetanei viene considerato un fattore di rischio, in quanto porta ad un allontanamento dei giovani dalle norme dettate dalla famiglia o dal contesto scolastico e, quindi, dal controllo (Birmaher et al. 1996; Hankin et al. 1998; Brighi, 2013). Dal punto di vista degli adolescenti del Jump, il rapporto con i pari rappresenta qualcosa di più della spinta all'autonomia. Per quanto la volontà di discostarsi dal contesto e dalle norme familiari e scolastiche sia un fattore determinante nell'avvicinamento ai pari, anche l'opportunità di trovare comprensione e spazio di ascolto è risultato essere un bisogno per molti dei ragazzi, in particolare il desiderio di trovare delle amicizie autentiche su cui poter contare. Al contrario, alcuni ragazzi hanno indicato i momenti di solitudine come una necessità per stare bene, poiché rappresentano un modo per rimanere con i propri pensieri e riflessioni e coltivare i propri hobby personali, ad esempio la lettura, la musica o i videogiochi. Gli studi che si ritrovano nella letteratura, promossi dai mass media e diffusi nel senso comune, sono fautori dell'idea che il desiderio dei giovani di stare da soli rappresenti un rischio per lo sviluppo psicosociale di quest'ultimi e che l'"isolamento sociale" sia un predittore significativo dell'insorgere di fenomeni patologici, ad esempio la depressione, o disturbi psichiatrici maggiori (Joiner, 1997; Brighi, 2013). Inoltre, il distacco dai pari, secondo altri articoli, porterebbe i giovani a passare maggior tempo sulle piattaforme digitali, il che causerebbe fenomeni quali dipendenza dai social e sintomi depressivi, legati al senso di insoddisfazione derivante dagli standard promossi dai social media (IEUD, adolescenza

e web). È invece necessario prendere atto del fatto che la presenza di prototipi ideali nella società odierna è un fenomeno presente sia nei social media che nei mass media e rappresenta un problema per tutte le persone, che avvertono il bisogno di conformarsi a determinati ideali. Senza dubbio il periodo adolescenziale ne risente maggiormente, in quanto rappresenta una tappa della crescita nella quale si conoscono nuove parti di sé (Haidt, 2024; Costa, 2024). Gli studi precedentemente citati mettono in luce come la “rischiologia” consideri ogni alternativa e ogni comportamento messi in atto dai giovani come un problema. Infatti, nel contesto relazionale sono considerati predittori di rischio sia l’allontanamento dalla famiglia che l’isolamento dal mondo dei pari. Inoltre, le diverse ricerche indicano i social media come causa del confronto sociale e del conformismo, senza tenere in considerazione il fatto che, puntando l’attenzione sui fattori di rischio in adolescenza, i giovani risentono dell’idea di sentirsi perennemente sbagliati e avvertono il bisogno di conformarsi ai dettami e agli ideali promossi dalla società, il che può portare a sua volta senso di insoddisfazione nei ragazzi, etichettati come “devianti” e “spericolati” solo per il fatto di essere adolescenti.

Il Jump tenta di superare la visione reificata all’interno della società contemporanea e, per capire l’efficacia del suo apporto, ha deciso di indagare effettivamente come si sentono i ragazzi quando trascorrono il loro tempo nel CAT. La volontà di raccogliere i punti di vista dei ragazzi riguardo al Centro è nata come conseguenza all’attività di brainstorming, in quanto i ragazzi hanno espresso la parola “Jump” come uno dei concetti che per loro è indicatore di benessere. Sono stati presi in esame i fattori che influenzano il benessere o il malessere dei ragazzi tra le mura del Centro, commentandoli nel momento in cui è stato indicato il termine “Jump”. Come affermato nel precedente capitolo, i ragazzi hanno definito il Centro come uno spazio in cui le varie declinazioni di benessere espresse nel brainstorming trovano un punto d’incontro. Prendendo in esame in modo più approfondito le motivazioni dei ragazzi emerge il fatto che per alcuni di loro il Jump offre la possibilità di aprirsi e confidarsi liberamente, sentendosi accolti ed ascoltati. Inoltre, l’assenza di regole rigide ed impostate trasmette ai ragazzi un clima di naturalezza e spontaneità, grazie al quale si sentono liberi di esprimersi come meglio preferiscono, sia rimanendo insieme agli altri che riservandosi del tempo e dello spazio in solitudine. Con l’occasione alcuni ragazzi si sono sentiti liberi di farsi avanti individualmente e successivamente all’attività, per comunicare dei disagi che avvertivano nell’ultimo

periodo all'interno del Jump, nei confronti di alcuni compagni. Come in casi simili avvenuti in passato, le educatrici hanno ascoltato attentamente le difficoltà comunicate dai ragazzi e hanno provveduto ad organizzare un momento di confronto assieme ai compagni coinvolti. In questo modo le difficoltà si sono appianate, ed è stato reso in modo ancora più chiaro il fatto che ognuno di loro può sentirsi libero di esprimere i propri disagi, senza timore di giudizio o conseguenze negative, in quanto è importante che all'interno del Centro sia presente un clima accogliente e positivo secondo le esigenze di tutti.

La seconda parte dell'attività ha permesso di comprendere quanto le diverse accezioni di benessere indicate dai ragazzi nel momento del brainstorming fossero importanti per quest'ultimi e quanto trovassero spazio nello stile di vita di ognuno di loro. Le varie declinazioni di "benessere", che sono state esposte ai ragazzi sotto forma di immagini, hanno ulteriormente evidenziato la discrepanza tra ciò che viene definito come "fattore di rischio" dagli esperti e ciò che effettivamente coinvolge gli adolescenti nella loro quotidianità. Le immagini proposte riguardavano situazioni vissute normalmente dai ragazzi ma, in alcuni casi, definite dal senso comune come situazioni disfunzionali. Ad esempio, l'immagine raffigurante la ragazza che ammira il paesaggio potrebbe essere valutata come rappresentativa di uno stato d'animo negativo. Questo perché i dettami della società promulgano l'idea che preferire del tempo in solitudine rispecchi una forma di "ritiro sociale" e sia quindi un comportamento disfunzionale allo sviluppo psicosociale. Ciononostante, l'immagine è stata scelta durante l'attività come indicativa di benessere. Allo stesso modo, la fotografia del gruppo di ragazzi potrebbe venire associata dalle persone al rischio di delinquenza tipico delle "baby gang" del giorno d'oggi, anche se per i ragazzi che l'hanno scelta stava a significare il già discusso desiderio di compagnia e di supporto da parte degli altri. Tutto questo deriva dal bombardamento di informazioni, articoli e notizie riguardanti un'idea di giovani sempre più propensi a ritrovarsi in situazioni di pericolo (Zamperini, 2010).

L'immagine dell'adolescenza perpetuata dalla società è il risultato di un processo di categorizzazione, ossia una modalità di elaborazione delle informazioni che mira a semplificare la realtà per poterla meglio comprendere. Al fine di ridurre l'incertezza tipica di situazioni e contesti instabili e difficili da comprendere, come può essere il periodo adolescenziale, le persone mettono in atto una modalità di pensiero che tende ad enfatizzare le caratteristiche di membri appartenenti ad un gruppo, mettendo in secondo

piano le caratteristiche individuali che differenziano una persona dall'altra (Tajfel, 1981). Come in molteplici situazioni sociali, il processo di categorizzazione viene applicato anche al contesto adolescenziale, attraverso l'enfatizzazione dell'idea di "giovane spericolato" generalizzata a tutti i ragazzi che attraversano questo periodo dello sviluppo. Questa modalità di pensiero è alla base di pregiudizi e stereotipi che vengono innescati, in questo caso, nei confronti degli adolescenti. Il processo di categorizzazione viene alimentato dalla mancanza di confronto diretto con i giovani, che risulta invece mediato da modelli educativi rigidi e standardizzati e dai contenuti comunicativi offerti dalla rischologia.

Approcciandosi ai ragazzi da una prospettiva più ravvicinata, è possibile notare come le informazioni divulgate dai mass media, social media e nel senso comune si rifacciano ad una visione catastrofista dell'adolescenza, non in linea con la realtà. Il Jump si offre di rivalutare la definizione data agli adolescenti dalla società odierna, mediante interventi ed attività che permettono di stare a stretto contatto con i ragazzi, indagando la realtà vista dagli occhi di quest'ultimi.

BIBLIOGRAFIA

Albiero, P. (2021). *Il benessere psicosociale in adolescenza*. Roma: Carocci Editore.

Brighi, A., Guarini, A., e Ferrari, E. (2013). *Il benessere psicosociale in adolescenza*. Corecom Emilia-Romagna.

https://bia.unibz.it/esploro/outputs/991005772683701241?institution=39UBZ_INST&skipUsageReporting=true&recordUsage=false

Centroscp. (2015). *Eterni adolescenti e giovani adulti: la sfida dei compiti evolutivi nella società odierna*.

<https://www.centroscp.com/tag/cscp2015/>

Crescenza, G., Leggieri, M., (2023). *The non-violence school. Suggestion and perspectives starting from Maria Montessori's thought*.

[file:///C:/Users/Utente/Downloads/034-046+3+Crescenza,+Leggieri%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Utente/Downloads/034-046+3+Crescenza,+Leggieri%20(2).pdf)

Gian Vittorio Caprara, Alessandra Delle Fratte, Patrizia Steca. (2002). *Determinanti personali del benessere nell'adolescenza: indicazioni e predittori*, in "Psicologia clinica dello sviluppo, Rivista quadrimestrale" 2/2002, pp. 203-234.

<https://www.rivisteweb.it/doi/10.1449/1189>

Griggio, G. (2012). *Tesi di Laurea "L'idraulico delle relazioni: i centri di animazione territoriale a Padova: tra servizi sociali e cooperative per i minori"*. Università Ca'Foscari, Venezia.

<http://dspace.unive.it/bitstream/handle/10579/2641/834295-1162735.pdf?sequence=2>

Guerra, G. (2006). *Psicologia della salute*. Flore.unifi.it

<https://flore.unifi.it/bitstream/2158/229174/1/Guerra-CONTESTI%20DI%20VITA%20E%20SALUTE.pdf>

Haidt, J. (2024). *End the phone-based childhood now*. The Atlantic.

<https://www.theatlantic.com/technology/archive/2024/03/teen-childhood-smartphone-use-mental-health-effects/677722/>

<https://ojs.pensamultimedia.it/index.php/aspei/article/view/6576/5422>

Ianni, G., Nuti, L. (2021). *Maria Montessori, appunti sulla storia e sul pensiero*.
<https://www.foreda.it/site/wp-content/uploads/2021/02/Dossier-B.E.L.L.-20-11-2009.pdf>

Jessor, R. (2018). *Reflections on Six Decades of Research on Adolescent Behavior and Development*. *J Youth Adolescence* 47, 473–476.
<https://link.springer.com/article/10.1007/s10964-018-0811-z>

Lupano Perugini, María Laura, & Castro Solano, Alejandro. (2010). *PSICOLOGÍA POSITIVA: ANÁLISIS DESDE SU SURGIMIENTO*. *Ciencias Psicológicas*, 4(1), 43-56.
Recuperado en 19 de marzo de 2024.
http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212010000100005

Mead, M. (2021). *L'adolescenza in Samoa*. Firenze: Giunti Editore

Vazquez, Carmelo. (2013). *Positive Psychology: Introduction to the Special Issue (In memoriam: Chris Peterson)*. *Terapia psicológica*, 31(1), 5-9.
<https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082013000100001>

Zamperini, A. (2010). *Gioventù sregolata e società del benessere. Per una psicologia della salute critica*. Napoli: Liguori Editore.

SITOGRAFIA

Centri di Animazione Territoriale, Padova

<https://www.facebook.com/CATPadova/>

Cooperativa La Bottega Dei Ragazzi, Padova

<https://www.confcooperativepd.coop/cooperative/la-bottega-dei-ragazzi/>

Il Post, podcast “Morning” di Francesco Costa:

<https://www.ilpost.it/episodes/podcasts/morning/>

Istituto Europeo della Psicologia Positiva (IEPP):

<https://www.iepp.es/it/cos-e-la-psicologia-positiva/>

Istituto Europeo delle Dipendenze (IEUD):

<https://magazine.istitutoeuropeodipendenze.it/adolescenza-e-addiction/>

<https://magazine.istitutoeuropeodipendenze.it/adolescenza-e-web-2/>

Organizzazione Mondiale della Sanità:

<https://www.who.int/>

Regione del Veneto, ULSS8 Berica (13 marzo 2024):

<https://www.aulss8.veneto.it/disturbi-del-comportamento-alimentare-aumentano-le-richieste-e-gli-utenti-sono-sempre-piu-giovani/>

Treccani, “Adolescenza in “Enciclopedia delle scienze sociali””, definizione concetto di “adolescenza” di Stanley Hall, 1991:

[https://www.treccani.it/enciclopedia/adolescenza_\(Enciclopedia-delle-scienze-sociali\)/](https://www.treccani.it/enciclopedia/adolescenza_(Enciclopedia-delle-scienze-sociali)/)

Treccani, “Benessere in “Sinonimi e contrari””, 2003:

[https://www.treccani.it/vocabolario/benessere_\(Sinonimi-e-Contrari\)/](https://www.treccani.it/vocabolario/benessere_(Sinonimi-e-Contrari)/)