



Università degli Studi di Padova

**DIPARTIMENTO DI FILOSOFIA, SOCIOLOGIA
PEDAGOGIA E PSICOLOGIA APPLICATA – FISPPA
DIPARTIMENTO DI STUDI LINGUISTICI E LETTERARI**

**CORSO DI STUDIO
IN SCIENZE DELL'EDUCAZIONE E DELLA FORMAZIONE
CURRICULUM EAS**

Elaborato finale

LE DIFFICOLTÀ DEI GIOVANI ADULTI NEI COMPITI EVOLUTIVI E NELL'ALFABETIZZAZIONE EMOTIVA

RELATRICE

Prof. ssa Paola Degli Esposti

LAUREANDA: Elena Cappellari

Matricola n. 2046579

Anno Accademico 2023- 2024

*Il tuo sorriso Nonno
Sempre con me.*

INDICE

INTRODUZIONE.....	4
CAPITOLO I. IL GIOVANE ADULTO NEL CONTESTO FAMILIARE.....	6
I cambiamenti di società e famiglia dai primi del Novecento ad Oggi.....	7
Il mutamento del ruolo genitoriale.....	11
L'evoluzione delle problematiche giovanili.....	13
CAPITOLO II. COMPITI EVOLUTIVI ED ALFABETIZZAZIONE EMOTIVA.....	16
La mentalizzazione del corpo e lo sviluppo cognitivo morale.....	17
Lo sviluppo della dimensione relazionale.....	21
Sviluppo emotivo-affettivo e alfabetizzazione emotiva.....	29
CAPITOLO III. PROBLEMATICHE EVOLUTIVE E AFFETTIVE NELLE GIOVANI CON DISTURBI ALIMENTARI.....	33
Il controllo nei soggetti anoressici.....	35
Relazione tra pazienti anoressiche e genitori.....	38
Il valore della fragilità.....	42
BIBLIOGRAFIA.....	47
RINGRAZIAMENTI.....	50

INTRODUZIONE

Obiettivo dell'elaborato è quello di analizzare la complessità nello sviluppo adolescenziale a partire dalla prima infanzia, prendendo in esame le figure ed il contesto con cui interagisce sin dai primi anni di vita, con il fine di comprendere le difficoltà che si riscontrano durante l'adolescenza e la giovane adultità nell'adempimento ai compiti evolutivi e all'alfabetizzazione emotiva, prendendo in considerazione i fenomeni che scatenano tali difficoltà e le problematiche stesse.

Si inizia esaminando i cambiamenti sociali e familiari che si delineano nel corso del tempo, suddivisibili in tre modelli: normativo–autoritario, narcisistico e postnarcisistico. Ad ogni modello corrisponde un mutamento del contesto sociale, del ruolo delle figure genitoriali e ad un cambiamento del modo di affrontare la crescita da parte dei più giovani che fa evolvere le problematiche di questi nei diversi contesti .

Successivamente ci si sofferma sui compiti evolutivi che gli adolescenti dovrebbero portare a termine per arrivare alla costruzione di un “nuovo sé”, come la mentalizzazione del corpo, processo che una volta superato, porta l'adolescente ad accettare il proprio nuovo essere. Lo sviluppo cognitivo e morale che coinvolge il giovane in un percorso che lo condurrà alla creazione di un personale pensiero etico e di una propria immagine futura. La competenza relazionale che vede la modificazione di tre dimensioni: quella familiare da cui l'adolescente si allontana, quella amicale in cui cerca nuovo sostegno e quella scolastica che non dovrebbe solo concentrarsi sull'apprendimento, ma essere maggiormente presente nei momenti critici. Sviluppo emotivo–affettivo e alfabetizzazione emotiva sono altre due competenze evolutive su cui è importante soffermarsi perché la mancata mentalizzazione delle proprie e altrui emozioni , che in questa fase di vita sono molto intense , e quindi difficili da governare, può portare alla comparsa di disturbi in ambito comportamentale, sociale e psicologico.

I disturbi alimentari sono una patologia sempre più presente nell'attuale contesto, tanto da diventare la seconda cause di morte negli adolescenti, in questa malattia si presentano una comorbilità di patologie tipiche dell'adolescenza e della giovane adultità : depressione, ansia, controllo alimentare e fisico, disturbi dell'umore e di personalità,

isolamento, aggressività, noia. Proprio per la particolarità di tale disturbo e dato il tirocinio svolto nel Day Hospital per i Disturbi Alimentari e del Peso presso l'azienda ospedaliera Ulss 8 Berica di Vicenza, nell'ultima parte dell'elaborato ci si sofferma su tale tematica esaminando il peso che i contesti sociale, mediatico e familiare esercitano nella comparsa di tale malattia.

CAPITOLO I

IL GIOVANE ADULTO NEL CONTESTO FAMILIARE

Per comprendere al meglio il giovane adulto, e nello specifico le sue problematiche, titubanze e fragilità è necessario, innanzi tutto, analizzare il contesto macro e microscopico in cui è inserito. Nello specifico è fondamentale esaminare la società e il relativo nucleo familiare nel quale cresce e si sviluppa il giovane. Tale analisi permette di osservare le difficoltà che nascono nell'infanzia, si sono sviluppate nell'adolescenza e hanno poi il loro massimo esito nell'età che va dai diciannove ai trent'anni. È necessario mettere in luce, prima di iniziare un qualsiasi altro approfondimento sull'argomento, il grande valore e potere che il contesto macroscopico sociale e quello microscopico familiare posseggono nei confronti del singolo individuo.

Secondo la definizione del dizionario Treccani la società è «ogni insieme di individui (uomini o animali) uniti da rapporti di varia natura e in cui si instaurano forme di cooperazione, collaborazione, divisione dei compiti, che assicurano la sopravvivenza e la riproduzione dell'insieme stesso e dei suoi membri»¹; per rendere possibile tale aggregazione, i singoli individui devono sottostare a delle regole, a dei valori e a dei compiti che se non rispettati causano l'emarginazione sociale. La trasmissione di tali principi e direttive sociali, che permette la sopravvivenza dell'individuo nel contesto, avviene tramite dei sottogruppi che compongono e dipendono dalla società, i quali hanno un legame più diretto con il singolo soggetto, la comunità e la famiglia.

Quest'ultima, viene definita dal medesimo dizionario come la

comunità umana, diversamente caratterizzata nelle varie situazioni storiche e geografiche, ma in genere formata da persone legate fra loro da un rapporto di convivenza, di parentela, di affinità, che costituisce l'elemento fondamentale di ogni società, essendo essa finalizzata, nei suoi processi e nelle sue relazioni, alla perpetuazione della specie mediante la riproduzione [...]. Sotto l'aspetto antropologico e sociologico, la famiglia si definisce come gruppo sociale caratterizzato dalla residenza comune, dalla cooperazione economica, e dalla riproduzione².

1 Voce *Società*, in Dizionario Treccani online, <https://www.treccani.it/vocabolario/società/>, ultimo accesso il 04/07/2024.

2 Voce *Famiglia* in ivi, [://www.treccani.it/vocabolario/famiglia/](https://www.treccani.it/vocabolario/famiglia/), ultimo accesso il 04/07/2024.

La famiglia è dunque fondamentale per la società: fra le due è presente un rapporto di dipendenza e sussistenza reciproca, che permette la convivenza degli individui con il fine ultimo della riproduzione per la sopravvivenza della specie, scopo raggiungibile solo con la costruzione di norme e consuetudini che permettono collaborazione e cooperazione.

I cambiamenti di società e famiglia dai primi del Novecento ad Oggi

Società e famiglia sono entrambi insiemi di persone che si modificano di pari passo nel contesto storico in cui sono situate. Tale cambiamento delle norme e dei valori dipende dalle richieste del mondo esterno, che si evolvono e che a loro volta richiedono un progresso delle normative e dei principi che andranno trasmessi al singolo individuo per adattarsi al contesto di vita in cui si trova inserito. Nello specifico, dall'inizio del Novecento fino ai giorni d'oggi si è visto un continuo susseguirsi di cambiamenti all'interno del contesto familiare, a rispecchiare le mutazioni del contesto sociale più ampio.

In particolare, fino agli anni Sessanta, il Novecento è stato dominato da una tipologia di società definita “normativa” per poi passare ad una società definibile come “affettiva, narcisistica”³, che è stata predominante fino a pochi anni fa; successivamente, con l'avvenire di Internet, si è visto pian piano farsi largo un nuovo tipo di società, quella “postnarcisistica”⁴, che ha anche caratterizzato il difficile periodo di pandemia da Covid-19.

La società normativa è rappresentata da una tipologia di famiglia denominata “autoritaria”, la quale utilizza un modello educativo forte e saldo. Si tratta della famiglia del “Devi obbedire!” e del “Prima il dovere e poi il piacere”, mantra che rispecchiano un modello educativo costruito sulla sottomissione all'autorità adulta, dai genitori agli

3 MATTEO LANCINI, *Sii te stesso a modo mio Essere adolescenti nell'epoca della fragilità adulta*, Milano, Cortina, 2023, p.24.

4 Ivi, pp. 26-27.

insegnanti, che puntano all'omologazione culturale e comportamentale dei figli sin dalla prima infanzia. Gli impulsi di questi ultimi, anche sessuali, i loro ideali, la loro necessità di esprimersi vanno a tutti i costi smorzati e mortificati; in questo tipo di educazione la disobbedienza non viene tollerata. Lo scopo di tale modello, così rigido, secondo lo psicologo e psicoterapeuta Matteo Lancini «era quello di dotare i figli di una precisa identità e di crescere adulti del futuro responsabili, controllati, autonomi in grado di inserirsi in una società altrettanto normativa e rigida, a costo di farli sentire inadeguati e inopportuni»⁵.

Come abbiamo detto questo modello sociale e familiare, definito normativo ed autoritario, è inserito in un contesto particolare, quello che va dai primi decenni sino agli anni Sessanta del Novecento. Questo periodo storico vede il susseguirsi della Prima e della Seconda Guerra Mondiale, caratterizzate da avvenimenti sconvolgenti. Il conflitto del 1915-1918 fu definito come la prima Guerra Tecnologica dai fratelli Jünger in quanto si vide l'introduzione delle armi da fuoco (pistola, mitragliatrice), che causarono la diminuzione dei movimenti trasformandola in una Guerra di Trincea⁶. Il secondo conflitto mondiale, invece, oltre a vedere atrocità come l'olocausto e la massima manifestazione del Nazismo e del Fascismo, vide anche la distruzione delle città tramite bombardamenti aerei, e la creazione, nonché la sperimentazione, della bomba atomica⁷. Entrambi i conflitti mondiali sono concepibili come "Mobilitazioni Totali", in quanto hanno innescato un processo irreversibile che ha investito la vita di tutti, uomini, donne, anziani e bambini in tutti i campi dell'esistenza.

In un contesto storico così sconvolgente è necessario mantenere l'ordine, e per farlo si è ricorso a regole rigide e principi ferrei che sono stati praticati sin dalla più tenera età, ed è proprio per questo che in questo periodo si fa strada il modello autoritario. Si tratta di un modello che poi viene messo in dubbio e inizia ad entrare in crisi con gli scontri e le contestazioni giovanili del Sessantotto, che vogliono rimodulare le norme e i valori tramandati sino a quel momento, portando ad una rivoluzione della società e del sistema familiare.

Inizia così a farsi largo la famiglia narcisistica, caratterizzata da un approccio più

5 Ivi, pp. 24-25.

6 FABIO GRIGENTI, *Le macchine e il pensiero*, Napoli-Salerno, Orthotes, pp. 103-123.

7 Ivi, pp 153 -173.

affettivo e relazionale e le cui energie sono indirizzate verso i figli e il soddisfacimento dei loro bisogni con lo scopo di renderli felici. La famiglia antiautoritaria si fonda su un modello definibile come permissivo, nel quale viene lasciata ampia ed esclusiva libertà, dove tutto è volto alla trasmissione degli affetti e tutto si gestisce tramite essi. Lo scopo educativo della famiglia affettiva, non è più quello di plasmare i figli secondo rigide regole, ma quello di fornire tutte le risorse necessarie perché i figli possano conseguire e realizzare i loro obiettivi sia personali che sociali⁸.

In tale modello educativo il “Devi obbedire!” del passato cede il passo al “Devi capire!”⁹, preferendo l’affettività anche nel momento in cui si vogliono imporre regole e principi. I bambini sin da piccoli vengono iperstimolati dai genitori sotto ogni punto di vista, hanno un calendario serratissimo di attività a cui partecipare ed una lista di esperienze che gli permetteranno di raggiungere le competenze e le autonomie richieste dai genitori e dagli insegnanti. I bambini si trasformano in adulti in miniatura, costretti ad anticipare le proprie esperienze, ma senza la presenza di regole non necessitano più di fare i conti con dolore, frustrazione e senso di colpa, elementi cardine per la crescita; si trovano ad affrontare - in ritardo e in maniera non graduale - in un momento delicato come l’adolescenza, dove ci si trova a ridimensionare ideali e aspettative, con la possibilità di un crollo psichico a causa della mancata assimilazione di tali processi in età infantile.

L’utilizzo del modello educativo affettivo, che durante l’infanzia aveva permesso di avere un’adultizzazione dei bambini, inizia a vacillare nella fase dell’adolescenza, così i genitori iniziano a limitare e ad incolpare i figli per essere diventati irresponsabili e superficiali, nonostante questi si siano semplicemente adattati alle richieste e ai modelli della società narcisista in cui sono nati¹⁰. Gli ideali narcisisti crollano anche a causa dell’avvento di Internet, che crea nuovi scenari educativi e quindi porta all’instaurarsi di un nuovo modello sociale e familiare.

Il nuovo scenario “postnarcisista” è caratterizzato dalla dissociazione, in quanto questa tipologia di società estremizzante fa crescere i bambini seguendo il mandato “Sii

8 MATTEO LANCINI, *Sii te stesso a modo mio [...]*, cit., pp. 26-27.

9 Ivi, p. 27.

10 Ivi, pp. 29-30.

te stesso a modo mio!”¹¹. In altri termini la nuova configurazione sociale richiede a bambini e ad adolescenti di crescere assecondando gli adulti, che nei loro confronti nutrono aspettative e ideali competitivi. Si tratta di una tipologia di società fortemente individualista, dove non solo crollano i valori comuni ma anche l’attenzione verso l’altro, e soprattutto manca la consapevolezza delle conseguenze che si ripercuoteranno sulla crescita e nel percorso identitario di ragazzi e ragazze.

All’interno dello scenario postnarcisistico si dispiega un particolare evento, la pandemia, che ha incrementato l’individualismo, peggiorando notevolmente la capacità di ascolto dell’altro e rendendo evidente la fragilità adolescenziale, la quale è strettamente correlata alla fragilità adulta. Questi bambini e giovani crescono in famiglie sempre più affettive, che li vogliono realizzati e competitivi, chiedono loro di perseguire bellezza e successo, senza però accompagnarli al raggiungimento di tali ideali con principi e valori saldi. Gli adulti pretendono che tali obiettivi siano gli stessi che perseguono, in modo spontaneo, i figli, ma l’assenza di strumenti di sostegno e di indirizzamento da parte della figura di riferimento, rende complessa la costruzione identitaria dei giovani, quindi, le solite incognite che hanno sempre caratterizzato l’adolescenza, come “Chi sono io?” “Dove sto andando?” “Che senso ha quello che sto facendo?”, arrivano ad assumere un significato diverso, portando questi ragazzi a vivere investiti da un’ansia piuttosto pervasiva e generalizzata¹². Problematiche che si sono riscontrate anche nella società narcisista, ma che in questo nuovo contesto riguardano l’intera società, dove alla famiglia e alla scuola si aggiungono Internet e mass media, che influenzano in modo complesso e articolato lo sviluppo della mente e delle rappresentazioni infantili e adolescenziali. Si tratta di una società in cui si dà più valore al soggetto, alla presenza estetica, all’immagine, più che all’interesse e alla comprensione dei bisogni dell’altro. Ci si ritrova immersi in un ambiente in cui non ci si mette in posizione di ascolto¹³. Bambini e adolescenti sono alla ricerca di adulti significativi che li supportino, ma si ritrovano con figure che pretendono un iperadattamento continuo, che gli spiegano cosa provano e pensano e le motivazioni che ci sono dietro ogni loro comportamento. Infatti gli adulti in questa società sono sempre

11 Ivi, p.16.

12 Ivi, p.19.

13 Ivi, pp.20-21.

più fragili, perdono di vista la sintonizzazione con i bisogni reali del singolo bambino ed adolescente, che a loro volta si sentono adeguati solo se in grado di comprendere a fondo quello che gli adulti desiderano, pensano. Così facendo si iperadattano ai propri genitori e insegnanti facendo in modo che si percepiscano come adeguati al loro ruolo. Si induce così un ribaltamento degli incarichi e questo si riflette sulle nuove generazioni che manifestano in modo sempre maggiormente drammatico il disagio.

Questa società dissociata, che è quella che caratterizza anche il nostro “qui ed ora”, è una società che professa di avere a cuore il futuro dei bambini, ma non investe in nessun modo su di loro, una società dove le parole non si trasformano in azioni.

Il mutamento del ruolo genitoriale

Abbiamo visto la rivoluzione del sistema sociale e familiare farsi strada nel Novecento sino ai giorni d’oggi, metamorfosi che investe due figure di notevole rilevanza all’interno del nucleo familiare: la figura paterna e quella materna.

Nella società autoritaria la famiglia è patriarcale, con ruoli ben definiti, un modello educativo rigido e inquadrato, con una verticalizzazione del potere, utile per educare in una società rigida. In tale modello, come si può intuire, fanno da perno le modalità di area paterna incentrate sull’obbedienza alle norme, l’incentivazione dell’autonomia e delle responsabilità. Per contro rimane in secondo piano la figura materna, più attenta ai bisogni affettivi dei figli; il ruolo che le viene assegnato nella società normativa è quello di curarsi del benessere del suo nucleo familiare, compito attorno a cui ruota la sua intera esistenza.

Con l’avvento della famiglia affettiva il mutamento più lampante è quello della figura paterna: non si parla più di padri distaccati, ma di padri amorevoli ed affettivi, che vedono nei loro genitori un modello da cui estraniarsi. La madre, invece, si separa più precocemente dal figlio ed inizia a realizzarsi al di fuori della famiglia, lavorativamente e socialmente come donna. Nella società narcisista entrambi i genitori

tentano di essere empatici, attenti agli stati d'animo, alle inclinazioni e alla crescita affettiva dei figli¹⁴.

Inizia la crisi della figura maschile e paterna, che non potrà più tornare alla verticalizzazione dell'autorità che andava ereditandosi di padre in padre, in quanto si è fatta largo l'opinione che è la donna, la compagna, la moglie a far diventare padre l'uomo¹⁵, ciò ci fa capire che la procreazione non viene più vista come un mero atto di riproduzione che permette all'uomo di portare avanti il suo buon nome, ma come un atto d'amore che compie la coppia e che porta la figura maschile a non essere più in primo piano, trasformandosi dal padre rigido ed autoritario del passato al padre affettuoso e presente, dedito alla felicità e al raggiungimento dei successi personali e sociali del figlio.

Oggi, d'altro canto, sia per le figure maschili che per quelle femminili l'obiettivo è quello di perseguire il successo in ambito sociale e lavorativo, accantonando gli aspetti privati e meno remunerativi riguardanti la dedizione e la cura¹⁶. La società postnarcisista mira alla diminuzione delle iniquità di genere, cercando di migliorare la condizione femminile soprattutto nell'ambito lavorativo preferendo alla forza fisica la crescita delle *soft skills*, cioè quelle competenze trasversali riguardanti abilità personali, interpersonali e comunicative che non sono legate a una competenza professionale o tecnica. Ciò porta a far apparire il maschio moderno sempre più in crisi. In quanto risulta meno resiliente della figura femminile in tutte le prove che la vita gli pone di fronte, risulta meno coinvolto nella relazione con i figli, più esposto a ansia, depressione e devianza¹⁷. La crisi del codice maschile e paterno inizia con la società narcisista che esaspera la virilità di cui l'uomo è stato portatore fino a qualche decennio prima, e che in seguito viene però considerata poco utile al fine della valorizzazione del nuovo ruolo sociale maschile. La società postnarcisista non vuole far apparire l'uomo e il padre come una figura debole e priva di virilità, ma vuole ridefinire la figura maschile dando vita ad una nuova e più appropriata forma di autorità¹⁸. La vulnerabilità e l'esperienza di fragilità

14 Ivi, pp. .25-26.

15 Ivi, pp.105-106.

16 ELENA ROSCI, *Giovani adulti. Nuovi modi di essere e apparire*, Milano, Franco Angeli, 2022.

17 SOFIA BIGNAMINI e ELENA BUDAY, *Adolescenti fluidi percorsi evolutivi dell'identità di genere*, Milano, Franco Angeli, 2023.

18 HAIM OMER, *La nuova autorità. Famiglia, scuola comunità*, Milano, Edi.Ermes,2016.

del padre può permetterli di trovare nuovo vigore, ponendosi al fianco dei figli e accompagnandoli negli inciampi, senza negare loro l'esperienza dolorosa, ma facendoli intendere che attraverso le frustrazioni formano la loro l'identità e costruiscono il vero Sé¹⁹. La figura paterna non dovrebbe, quindi, concentrarsi sulle proprie fragilità, ma fare bagaglio delle proprie esperienze negative, per aiutare il proprio figlio a stare nel fallimento, sostenendolo nei momenti di difficoltà.

L'evoluzione delle problematiche giovanili

Nel contesto autoritario i bambini sono dominati dal "Super Io", che ha il compito di plasmarli attraverso l'interiorizzazione di norme e valori etico-morali, questo, però li fa percepire come inadeguati e colpevoli, perché limita il manifestarsi del Sé più autentico. Gli adolescenti e i giovani adulti figli della società rigida hanno lottato: trasgredendo e opponendosi agli ideali che non gli permettevano di manifestare il vero sé. Esempio storico di questa lotta sono i moti rivoluzionari del Sessantotto, che andavano a promuovere e ad incentivare la libertà.

Nella famiglia narcisista il "Super Io" cede il posto all' "Ideale dell'Io", con il quale gli adulti caricano di aspettative ed ideali i bambini, riguardanti sia la loro vita presente, che quella futura. L'arrivo dell'adolescenza, caratterizzata dalla fase di sviluppo che trasforma mente e corpo dei bambini, provoca dei cambiamenti che colgono di sorpresa ragazzi e ragazze, che sono ancora legati alla loro immagine infantile, e quindi inizialmente faticano ad accettare i mutamenti di cui il loro corpo è protagonista e su cui non riescono ad avere alcun tipo di controllo. In questa fase l'adolescente inizia a percepirsi come un fallimento, provando un senso di inadeguatezza, vergogna e delusione, in quanto non è in grado di comprendere i cambiamenti del proprio corpo e di renderli coerenti con i valori interiori carichi degli ideali con cui si è identificato sino a quel momento; ciò fa percepire al giovane sensazioni di dolore e rabbia per il non

19 MATTEO LANCINI, *Sii te stesso a modo mio [...]*, cit., p. 102.

mantenimento delle aspettative che insegnanti e genitori avevano idealizzato per lui. La frustrazione che ne consegue, è difficile da affrontare per l'adolescente, in quanto sino a quel momento i genitori hanno evitato al figlio il confronto con l'esperienza della mancanza, giocando d'anticipo sui suoi desideri, non lasciando così emergere i reali bisogni del figlio, impedendo così che in lui si manifesti quello stimolo che porta alla ribellione e al conflitto con qualsiasi tipo di idealizzazione caricata su di lui, e quindi alla crescita personale; perciò anche il semplice ridimensionamento delle speranze che l'adulto aveva caricato sul ragazzo e di cui l'adolescente si era fatto portatore, causano nel giovane, fragile e non in grado di affrontare tali turbolenze, un crollo psichico²⁰.

I figli della famiglia postnarcisista vengono cresciuti in una dimensione di anticipazione delle esperienze, di precocizzazione e di aspettative ed ideali di successo e popolarità che portano ad una esasperazione del sé. Questa realtà fortemente individualizzata e priva di riferimenti saldi, sia per quanto riguarda i valori che le figure, fa sì che il bambino cresca in un contesto familiare attento alle risorse necessarie per la realizzazione sociale e personale dei figli, ma che fatica ad incontrare, avvicinarsi e ad identificarsi con loro, non riconoscendone i bisogni specifici²¹.

Le nuove generazioni della società postnarcisista sono alla disperata ricerca della realizzazione personale, ma nel viaggio che compiono per trovarsi vengono investiti da dubbi ed interrogativi sul loro valore e su chi vogliono essere veramente²². Questo accade perché nonostante oggi un giovane sia libero di diventare ciò che vuole e di amare chi vuole, si sente schiacciato dalla pressione sociale, culturale e familiare, che nutre delle aspettative su di lui, ma che allo stesso tempo non gli insegna la responsabilità che comporta l'essere liberi, responsabilità che lo perseguita nelle scelte di vita e diventa difficile ed emotivamente dolorosa da affrontare rendendo la libertà una prigione²³.

Le nuove generazioni pagano la libertà condannando la loro felicità, non sono né ribelli, né arrabbiate, ma tristi e inibite, sono figlie delle rivoluzioni culturali che hanno permesso una libertà estrema, ma dando dei modelli di adultità indeboliti e fragili, che

20 Ivi, p. 29.

21 Ivi, pp. 31-32 .

22 Ivi, p. 19.

23 MAURO DI LORENZO, *Giovani adulti in crisi Comprendere ed affrontare gli ostacoli nel percorso formativo*, Milano, Franco Angeli, 2024, p. 19.

non sanno dare una direzione a questi giovani in balia di ansia, vergogna, sensi di colpa e tristezza.²⁴

I giovani sono in preda alla confusione, non riescono a costruire la propria identità dopo aver vissuto un'infanzia costellata da ideali altrui, forme di iperadattamento e da microtraumi per provare ad essere se stessi, ma nel modo voluto da altri: genitori, insegnanti, società che vivono nelle contraddizioni di un contesto individualizzato, dove i valori sono entrati in crisi, così come la solidarietà e l'identificazione con l'altro e le sue esigenze. Ciò porta bambini ed adolescenti ad affrontare i compiti evolutivi con sofferenza, che arriva ad accostare diversi scenari drammatici come: problemi d'ansia e problematiche depressive, ritiro sociale, uso di sostanze psicoattive e attenzione ossessiva verso il corpo. Forme di crollo che descrivono una trama nuova e sempre più diffusa quella della polisintomatologia adolescenziale e giovanile²⁵.

24 Ivi, p. 17.

25 Ivi, pp. 18-21.

CAPITOLO II

COMPITI EVOLUTIVI ED ALFABETIZZAZIONE EMOTIVA

L'anticipazione della pubertà si allaccia al fenomeno del ritardo della maturità psicosociale; tale divario è un evento nuovo, che crea una specie di paradosso, in quanto da un lato ci si trova di fronte ad una maturazione fisica precoce, dall'altro c'è una ritardata emancipazione dalla famiglia d'origine da cui si continua a dipendere economicamente e psicologicamente²⁶.

La teoria storico-culturale di Vygotskij e la psicologia culturale di Bruner e Cole insegnano a porre attenzione ai momenti storici e ai contesti culturali in cui l'adolescente affronta i compiti evolutivi²⁷. Oggi il rallentamento nel raggiungimento dell'età adulta e quindi dei compiti di sviluppo è dovuto ai cambiamenti economici e alle conseguenti trasformazioni sociali. Nello specifico avviene un prolungamento della dipendenza economica dovuto alla necessità di specializzarsi sul piano professionale, che comporta l'ingresso tardivo nel mondo del lavoro e di conseguenza lo spostamento nel tempo della formazione di una famiglia e della nascita dei figli; la transizione all'età adulta risulta quindi sempre più difficile. Bisogna tener conto anche della rivoluzione tecnologica che ha avuto ripercussioni negli stili di vita e nelle modalità di comunicazione e di costruzione delle relazioni, diventando parte integrante nella vita di bambini, giovani e adulti intrecciando il mondo del reale con quello del virtuale, tanto da non poter più fare a meno di quest'ultimo²⁸. Basandoci poi sulla teoria di Bruner del "Sé Transazionale" è rilevante comprendere il senso che l'adolescente attribuisce alla propria storia secondo i canoni del sistema culturale di appartenenza: si tratta di una narrazione autobiografica che permette l'auto-collocazione del soggetto nel mondo culturale a cui appartiene e che permette di dare senso agli eventi significativi della sua vita. Si tratta di un processo rilevante da attuare in una fase complessa caratterizzata da disagio e disequilibrio, come la fase dell'adolescenza²⁹.

26 EMANUELA CONFALONIERE, ILARIA GRAZIANI, *Adolescenza e compiti di sviluppo*, Milano, Unicopli, 2021, p.31.

27 Ivi, p. 29.

28 Ivi, p. 34.

29 Ivi, pp. 35-37.

La costruzione dell'identità dipende dalle sperimentazioni che il soggetto compie nel ciclo di vita; ciascuno stadio di tale ciclo è rappresentato da un compito di sviluppo, che, in base a come viene affrontato e risolto, porterà ad esiti evolutivi positivi o negativi. Il periodo dell'adolescenza è caratterizzato da compiti da portare a termine come lo sviluppo fisico – corporeo e sessuale –, lo sviluppo cognitivo morale, lo sviluppo emotivo e affettivo e lo sviluppo della dimensione relazionale. Attraversando tali stadi il ragazzo si trova a rifiutare l'identificazione con il sé bambino per trovare un modo diverso e personale di relazionarsi, che gli consenta di assumere un ruolo riconosciuto dalla comunità sociale³⁰.

La mentalizzazione del corpo e lo sviluppo cognitivo morale

Fattore che nell'immediato fa pensare all'adolescenza è quello dello sviluppo corporeo, intendendo con tale processo tutti i cambiamenti che si presentano nel corpo del bambino da quelli a livello scheletrico e muscolare per arrivare a quelli riguardanti i tessuti (nervosi, linfatici, genitali) e infine quelli che riguardano l'indice corporeo, che comportano consistenti cambiamenti per quanto concerne altezza e peso. Tali trasformazioni avvengono in modo diseguale «facendo apparire l'adolescente momentaneamente disarmonico e maldestro in una serie di movimenti che invece in fanciullezza lo vedevano competente e ben coordinato »³¹. Ciò coglie di sorpresa il ragazzo che comprende di dover trasformare la visione che possiede della sua immagine, tale processo di modificazione della propria visione viene definito dallo psicologo Pietropolli Charmet “mentalizzazione del corpo”, termine con cui vuole riunire sia la componente affettiva che l'ambivalenza di amore e odio che l'adolescente nutre nei confronti del corpo. L'obiettivo di tale processo è quello di rendere comprensibile al ragazzo la sua nuova forma fisica, ma più nello specifico renderla coerente con i valori interiori posseduti dal giovane, che lo porteranno a costruire la sua

30 Ivi, p. 19.

31 Ivi p. 45.

nuova identità³².

Cambiamenti fisici e psicologici puberali richiedono all'adolescente una ridefinizione del suo ruolo maschile o femminile che sia, processo in cui si è fortemente influenzati da fattori culturali e sociali; in esso risulta rilevante il peso di familiari, scuola e dei pari età, che richiedono al singolo di raggiungere un'identità di genere non ambigua, attraverso il chiarimento dell'orientamento biologico, sociale e cognitivo da parte del ragazzo e della ragazza. Essenziali in questo processo di ricostruzione identitaria diventano i fattori interpersonali, che non sono altro che la conseguenza della propria storia di vita che fa vivere all'adolescente in modo più o meno conflittuale e più o meno faticoso tali modificazioni; vanno ad incidere anche gli elementi interindividuali, i quali dipendono dalla differente velocità di maturazione fisica, e quindi riguardano cosa può comportare maturare prima o dopo i pari età. Tutte queste componenti sono riconducibili alla matrice culturale, la quale esercita una rilevante pressione sia sulla visione che gli adolescenti hanno dei cambiamenti fisici che gli investono, sia sulla considerazione che la società ha di tali modificazioni puberali³³.

Negli ultimi anni il peso culturale che viene dato all'aspetto fisico è amplificato anche dai media, che propongono in modo anticipato modelli di corpo adulto, sollecitando nell'adolescente determinati canoni corporei, che non rispettano la fase di metamorfosi che sta vivendo; ciò provoca in ragazzi e ragazze un'attenzione quasi maniacale per il loro corpo, che si va a concentrare più su aspetti esteriori che sull'interiorizzazione di tali cambiamenti. I giovani indottrinati dagli ideali estetici proposti dalle piattaforme social e mediatiche iniziano a manipolare il proprio corpo per costruire una nuova identità sociale che risponda alle aspettative altrui in modo tale da non lasciarli isolati. Iniziano così a diffondersi pratiche come diete restrittive, esercizio fisico fuori controllo, "abbellimenti" cutanei come piercing e tatuaggi, sino ad arrivare a ricorrere in età sempre più precoce alla chirurgia estetica. Lo scopo è quello di raggiungere un corpo idealizzato eliminando, modificando e abbellendo quelle parti corporee che per un adolescente risultano di difficile accettazione.

Anzi forse proprio il gesto di ferirsi, la percezione della sofferenza procurata, l'esigenza di

32 Ivi, p. 42.

33 Ivi, pp. 52-54.

tagliare ed eliminare aspetti e parti giudicate come inutili errori, pericolose o inaccettabili imperfezioni, potrebbe restituire agli adolescenti una sensazione di forza, un controllo ritrovato. Cercano così di combattere quella sensazione di fragilità che quotidianamente gli assale di fronte allo specchio e allo sguardo altrui.³⁴

Il ricorso a queste pratiche appare come la soluzione ideale per gli adolescenti impreparati e scontenti delle modificazioni fisiche avvenute, ma al medesimo tempo inconsapevoli del fatto che il loro corpo è lontano dall'assumere la forma definitiva che si avrà nell'età adulta, in quanto nella tarda adolescenza vengono a verificarsi ulteriori cambiamenti corporei che potrebbero assestare l'aspetto fisico del giovane attraverso naturali processi di crescita, portando a rimpiangere eventuali interventi artificiali compiuti. L'adolescente cerca di ritrovare il controllo sul suo corpo intervenendo in modo permanente, ma spesso senza un'adeguata riflessione e consapevolezza che lo porta ricercare un livello di perfezione estetica irraggiungibile; tutto ciò va ad ampliare la sensazione di malessere e insoddisfazione, che sono colmabili solo tramite un processo di elaborazione e comprensione delle modificazioni del corpo. È quindi importante progettare interventi che supportino gli adolescenti nel processo di accettazione del proprio corpo, per evitare che questi si sottraggano a un rilevante compito di sviluppo, quello della mentalizzazione del corpo, che se non risolto adeguatamente potrebbe tornare a manifestarsi in altre fasi della vita³⁵.

Nella metamorfosi adolescenziale non viene investita solo la parte estetica, ma anche un organo interno dalle funzioni rilevanti, il cervello, che attraverso il proprio sviluppo permette il progresso di nuova consapevolezza di sé sia in ambito cognitivo che emotivo, ma anche per quanto concerne il mondo e il contesto sociale in cui il giovane vive. Entrando nel concreto del caso, si rilevano delle differenze tra il funzionamento mentale del bambino e quelle dell'adolescente a livello metacognitivo, e quindi nella capacità di controllare, riflettere ed essere consapevoli del proprio pensiero. È un cambiamento importante che va a coinvolgere due livelli: il primo è quello dichiarativo, che riguarda la capacità del soggetto di riflettere sulla propria conoscenza, il secondo è il livello procedurale, che concerne le strategie utilizzate dal singolo per conoscere,

34 GUSTAVO PIETROPOLLI CHARMET, *La paura di essere brutti*, Milano, Cortina, 2013, p. 106.

35 EMANUELA CONFALONIERI, ILARIA GRAZZANI, *Adolescenza e compiti di sviluppo*, cit., pp. 58-61.

apprendere e ricordare³⁶. Lo sviluppo mentale permette all'adolescente di portare a termine uno dei suoi principali compiti di sviluppo, quello della costruzione e formazione dell'identità. Questo avviene perché tramite la maturazione delle capacità cognitive l'adolescente utilizza una serie di ipotesi in modo consapevole, accompagnate da continue revisioni e aggiustamenti; inizia così a costruire la sua dimensione del "poter essere", o meglio a pensare e ad immaginare il suo futuro³⁷.

Bambini e adolescenti differiscono anche per quanto riguarda le capacità di giudizio morale. Lo psicologo Jean Piaget afferma che questi due stadi di crescita sono caratterizzati da due differenti moralità: il bambino possiede una *moralità eteronoma* che si fonda sull'autorità dell'adulto e sugli esiti e le conseguenze che derivano dalle azioni compiute, mentre l'adolescente dispone di una *moralità autonoma* caratterizzata dalla comprensione e dall'accettazione critica delle norme e fondata sull'acquisizione della responsabilità nei confronti delle proprie azioni. Tale modificazione e sviluppo morale nel processo di crescita è da relazionarsi con le norme culturali e di pensiero possedute sin dall'infanzia, da cui l'adolescente si allontana con la crescita avvicinandosi e confrontandosi con i pari età. Tale processo li porta a osservare con occhio critico la visione del mondo che gli adulti li hanno trasmesso e che li ha condizionati sin a quel momento; a tale metamorfosi morale contribuisce la maturazione delle strutture cognitive.

Altra teoria, sebbene più complessa riguardante lo sviluppo morale, è quella dello psicologo statunitense Lawrence Kohlberg, il quale delinea tre livelli che contribuiscono a tale processo. Il primo livello è definito *pre-convenzionale* ed è rappresentato da un tipo di morale definita come eteronoma, sulla base della quale il soggetto tende ad obbedire e a comportarsi secondo le norme per evitare di subire punizioni. Il secondo è il livello *convenzionale*, sulla base del quale si tende a conformarsi alle aspettative del gruppo sociale di appartenenza, rispettando l'autorità in quanto espressione di un ordine morale e sociale che va tutelato, così come va rispettato il ruolo sociale che viene assegnato. Infine troviamo il livello *post-convenzionale*, caratterizzato da principi etici di tipo universale, che non vengono "calati dall'alto", ossia dalla società o da figure di potere,

36 Ivi, p. 81.

37 Ivi, p. 89.

ma sono il frutto del pensiero del singolo che agisce secondo la propria coscienza. La tipologia di sviluppo morale maggiormente diffuso tra gli adolescenti risulta essere quella convenzionale, e solamente in età più matura, nel periodo del giovane adulto, è possibile raggiungere il livello post-convenzionale, arrivando così a ritenere che certe regole morali non siano fisse ed imm modificabili, ma che sia possibile costruire principi etici, sviluppando a livello cognitivo e morale una visione critica del contesto in cui si è inseriti e che ha condizionato la vita sin a quel momento. Kohlberg ha permesso di arrivare a dedurre che lo sviluppo cognitivo è da intendersi come una condizione necessaria per lo sviluppo del giudizio morale. Per chiarire al meglio, la metacognizione morale va a riferirsi alla consapevolezza che il singolo possiede sulla propria moralità, la conoscenza metacognitiva congiunge in se conoscenze e credenze circa la propria e altrui moralità, elementi fondanti al fine dello sviluppo identitario del giovane adulto³⁸.

Lo sviluppo della dimensione relazionale

Oltre ad affrontare veloci cambiamenti a livello corporeo, che rivelano la sua identità di genere, l'adolescente si trova ad arricchirsi di nuovi strumenti emotivi e cognitivi che gli permettono di iniziare il processo di allontanamento dalla famiglia d'origine, alla ricerca di una nuova autonomia; questi lo portano a confrontarsi con il gruppo dei pari età, che costituisce un importante banco di prova e di sperimentazione di capacità non ancora esplorate, come quelle relazionali, sociali ed affettive³⁹.

L'emancipazione dalla famiglia d'origine con lo scopo del raggiungimento di una nuova e più sviluppata forma di autonomia e indipendenza, è uno dei compiti di sviluppo che caratterizza la fase dell'adolescenza nonché quella della giovane adultità. Nello specifico, il ragazzo e la ragazza si distanziano dai genitori cercando nuove figure in cui identificarsi per costruire la loro identità, processo in cui si va a modificare l'eredità acquisita dai genitori in funzione delle nuove esperienze vissute in autonomia;

38 Ivi, pp. 90-93.

39 Ivi, p. 119.

si rinegoziano così le abitudini costruite durante l'infanzia per provare a transitare verso l'età adulta. Si tratta di un momento ricco di cambiamenti, definibili come consistenti e significativi, che incoraggiano e spingono l'adolescente a sperimentarsi fuori dalle mura domestiche, lontano dal controllo dei genitori, per permetterli di mettersi alla prova e di costruire nuovi ruoli e idee⁴⁰. Si va a delineare un' "impresa educativa congiunta" caratterizzata da compiti di sviluppo specifici sia per i figli che per i genitori, che sono alla ricerca «della sincronizzazione e del miglior compromesso fra due spinte opposte: il mantenimento dei legami, della coesione e del senso di appartenenza alla famiglia da una parte, e la differenziazione e l'autonomia dall'altra»⁴¹.

Il tipo di relazione che va ad instaurarsi fra genitori e figli durante l'infanzia va ad influenzare il modo in cui l'adolescente va ad affrontare i compiti di sviluppo, in particolare la psicologa clinica Diana Baumrind va ad individuare e a descrivere 4 stili genitoriali differenti:

- *funzione genitoriale autoritaria*: si tratta di un modello genitoriale rigido e distaccato, che dà molta importanza al rispetto delle regole e al conformismo. Tale impostazione è così impositiva perché vuole evitare che si verifichino comportamenti devianti, con la possibilità di causare squilibri dal punto di vista psicologico che portano il figlio ad essere particolarmente ansioso e con difficoltà a livello di inserimento sociale.
- *funzione genitoriale permissiva*: sono genitori tolleranti ed indulgenti, che tendono a esercitare uno scarso controllo sui figli e a non imporre regole e tanto meno punizioni, ponendo i figli in contesti in cui si è molto vicini a situazioni devianti e di disagio. La mancanza di controllo non dà stabilità e coerenza agli adolescenti, che tendono ad essere privi di obiettivi e a non assumersi responsabilità.
- *funzione genitoriale autorevole*: i figli vengono monitorati senza essere controllati o essere posti in situazioni di restrizione, crescono in un clima in cui si combinano affetto e disciplina, si incoraggia la comunicazione per comprendere i figli e rendere loro meno complessa la risoluzione dei problemi.

40 Ivi, pp. 125-127.

41 LEOPOLDA CERCHIERINI, *La relazione tra genitori e figli durante l'adolescenza*, Roma, Carocci, 2005, p. 43.

Solitamente tali adolescenti sono equilibrati da un punto di vista psicologico, quindi tendono ad essere motivati e con buone capacità a livello relazionale.

- *funzione genitoriale trascurante di rifiuto*: è il caso in cui i genitori non percepiscono le responsabilità educative sottese al loro ruolo, in quanto concentrati su stessi e disinteressati ai figli. Usano regole poco coerenti e razionali che di conseguenza portano il figlio a tendere verso comportamenti devianti, ad avere difficoltà a livello scolastico e a manifestare disturbi sociali; gli adolescenti sono anche poco motivati e presentano difficoltà nell'instaurare relazioni interpersonali positive.

Considerando l'obiettivo adolescenziale dello sviluppo dell'autonomia, il modello genitoriale che sembra più adatto al raggiungimento di tale compito è quello autorevole o democratico, in quanto offre al ragazzo la possibilità di sperimentarsi all'interno di un contesto che lascia libertà, ma allo stesso tempo supporta e sostiene grazie al dialogo.

Nel contesto attuale gli adolescenti sono degli inconsapevoli trasgressori di regole, inconsapevolezza dovuta alla famiglia d'origine che non svolge adeguatamente il suo compito di orientamento, non trasmettendo loro norme; la mancanza della loro conoscenza pregressa, porta i giovani a non rendersi conto che le azioni che svolgono sono sbagliate, perché contrarie a dei principi su cui si fonda la società. L'inconsapevolezza di star errando, non rende possibile il compimento dell'esperienza di trasgressione, rilevante ed essenziale nel processo di emancipazione dell'adolescente. Ciò avviene perché ci si trova in una tipologia di famiglia fondata sulla trasmissione dell'affetto, e non di valori, principi e regole; viene così a mancare la figura da contestare e nei confronti della quale opporsi, provocando però un grande rischio: quello di rimanere in stallo in una situazione caratterizzata da confusione sia in campo relazionale che affettivo, che non permette al giovane di assolvere in modo adeguato i compiti di sviluppo⁴².

Essendo la scuola la principale agenzia educativa al di fuori del contesto familiare è da considerarsi centrale nel processo di socializzazione e formazione adolescenziale, in quanto il contesto scolastico va ad influenzare ampiamente il processo di formazione

42 GUSTAVO PIETROPOLLI CHARMET, *Ragazzi sregolati: regole e castighi in adolescenza*, Milano, Angeli, 2001, p. 10.

identitaria attraverso la sperimentazione in campo cognitivo, affettivo e relazionale che porta l'adolescente a sfidarsi per conoscere il proprio sé. Appunto la scuola che l'adolescente-studente decide di frequentare, quando è lui a compiere la scelta, è un segnale che indica il progetto di vita che ha deciso di intraprendere.

Il primo obiettivo che la scuola pone nei confronti dello studente è quello dell'apprendimento, nello specifico richiede all'adolescente di indossare i panni del ruolo sociale dello studente, preferendo lo sviluppo del processo cognitivo e tralasciando la parte affettiva e emotiva che travolge l'adolescente-studente in questo momento di vita, la mancanza di equilibrio provoca la creazione di momenti di fatica, conflittualità, demotivazione e abbandono nell'adolescente, che non si sente considerato nel suo insieme. Secondo Pietropoli Charmet la scuola tende a preferire il processo di omologazione, basato sull'appiattimento e l'uniformazione dell'individualità, invece di optare per un processo basato sulla soggettivazione e quindi fondato sull'equilibrio tra aspetti emotivi e cognitivi, possibile tramite la presa in considerazione e la consapevolezza dell'individualità del singolo e del complesso processo di crescita che si trova ad affrontare⁴³.

Altro compito evolutivo che la scuola vuole far sostenere al giovane-studente è quello della crescita cognitiva personale, ciò avviene ponendo di fronte al ragazzo e alla ragazza una serie di sfide che se superate porteranno ad un incremento dell'autostima e delle fiducia, facendoli sentire in grado di affrontare i compiti e le sfide che la vita gli porrà di fronte. Le imprese che l'educazione istituzionale pone per il superamento di tale obiettivo sono: la scelta della scuola da frequentare dovrebbe essere il frutto di riflessione e dell'indagine che l'adolescente svolge su se stesso e sulle sue aspirazioni ed il passaggio da un ciclo scolastico all'altro che accentua le difficoltà già esistenti richiedendo maggior impegno e fatica per il raggiungimento dell'obiettivo. L'adolescente però, si trova in difficoltà nel riconoscimento di compiti, regole e dell'impegno che la scuola richiede, vive il tutto in modo affaticato, non comprendendo l'importanza che tale lavoro svolge per la scoperta del proprio sé, preferendo sperimentarsi in altri contesti. Questa mancanza di impegno nei confronti delle sfide e

43 GUSTAVO PIETROPOLI CHARMET, *I nuovi adolescenti. Padri e madri di fronte a una sfida*, Milano, Cortina, 2000.

dei compiti che la vita pone di fronte è dovuto al fatto che durante l'infanzia motivazione, impegno e aspettative venivano condivise con l'adulto, mentre con l'arrivo dell'adolescenza e la ricerca dell'emancipazione dalla figura adulta queste dovrebbero provenire dal singolo, ma tale passaggio risulta di complicata gestione per l'adolescente. È in questi momenti critici che risulta rilevante la presenza della figura educativa, che ha il compito di cogliere bisogni e richieste dei ragazzi legate ai compiti di sviluppo, possibile chiarendo all'adolescente il nesso insito tra le attività scolastiche e la vita quotidiana, creando in tal modo consapevolezza su quello che sta facendo che porta il ragazzo ad essere maggiormente coinvolto e impegnato nel suo percorso scolastico⁴⁴.

La scuola tenta di sviluppare anche l'autoefficacia nell'adolescente, ovvero

La convinzione di saper regolare il proprio apprendimento e di essere all'altezza di quanto richiesto dalle normali attività scolastiche risulta, infatti, influenzare le aspirazioni, le motivazioni e l'impegno, nonché la capacità di superare le frustrazioni e di conseguire un rendimento ottimale, scongiurando così il pericolo di abbandono scolastico⁴⁵.

La capacità di superare le frustrazioni è importante in quanto permette di padroneggiare strategie di autoregolazione e consolida conoscenze e abilità socio-cognitive efficaci, elementi che possono fare la differenza, non solo in ambito scolastico, ma anche nel progetto di vita più ampio⁴⁶.

È necessario indagare la relazione tra studente-adolescente e insegnante per comprendere il peso rilevante che tale legame esercita nel raggiungimento della consapevolezza identitaria del giovane. Il ruolo che si trova ad esercitare l'insegnante è da ritenersi piuttosto complesso, in quanto si trova a svolgere sia funzioni educative che formative nei confronti dell'adolescente, per fare ciò deve essere consapevole di quello che l'adolescente sta vivendo, ossia del suo processo di superamento dei compiti evolutivi e del suo passaggio da dipendenza ad autonomia. Per adempiere al proprio ruolo in modo ottimale deve essere in grado di considerare l'adolescente che ha davanti non solo come alunno, ma come persona, congiungendo le dimensioni del *sapere* e del

44 EMANUELA CONFALONIERI, ILARIA GRAZZANI, *Adolescenza e compiti di sviluppo*, cit., pp. 143-153.

45 GABRIELLA BORCA, TATIANA BEGOTTI, *L'adolescente a scuola: i rischi legati ad un'esperienza negativa*, Roma, Carrocci, 2012, p. 77.

46 MATTEO LANCINI, *L'apprendimento a scuola*, Milano, Angeli, 2004, p. 190.

saper fare con quella del *saper essere*, arrivando a prendere in considerazione il ragazzo e la ragazza in tutta la sua complessità e soggettività e accostando a queste caratteristiche le attività didattiche più consone per arrivare a sviluppare l'*agency* di questi. Concretamente vuol dire incrementare l'ascolto e l'accoglienza dei punti di vista, far emergere pensieri, sentimenti, difficoltà relazionandosi con studenti-adolescenti come interlocutori esterni, ma non estranei; così facendo si vanno a creare spazi comuni di riflessione e scambio che portano a sviluppare autostima ed autonomia.

Lo psicologo Guido Pepper individua alcune componenti che l'insegnante dovrebbe sollecitarsi ad applicare per assumersi piena responsabilità del suo ruolo:

- *Componente culturale*: capacità di esporre le proprie conoscenze agli studenti evidenziandone pro e contro e sapendole contestualizzare a livello culturale.
- *Componente pedagogico-didattica*: immagine che l'insegnante ha degli alunni con cui interagisce, sulla base della quale andrà a costruire le azioni educative e didattiche.
- *Componente psicologica*: insieme delle conoscenze e delle tecniche che l'insegnante possiede e sviluppa e che gli consentono di svolgere la sua funzione educativa⁴⁷.

Il debutto sociale è uno degli altri compiti evolutivi che si trovano ad affrontare i giovani che iniziano a compiere i primi passi per separarsi dalla nicchia originaria, per addentrarsi nella creazione di nuovi legami relazionali, che avvengono solitamente per step: prima con un unico amico ,successivamente con un gruppetto di amici dello stesso sesso, in seguito con il grande gruppo misto definito "compagnia", per concludere con il partner della coppia sentimentale. Si sta parlando dell'amicizia, legame che accompagna in qualsiasi fase della vita, basata su una relazione volontaria e chiusa dovuta ad una preferenza e al piacere di stare assieme, si tratta di un fenomeno complesso che subisce continui mutamenti. Secondo Lilian Rubin e Maria Fernanda Vacirca affermano che l'amicizia è utile per l'adempimento a diverse funzioni come quella del *sostegno e supporto sociale* in cui il rapporto fra pari va a mediare l'impatto di eventi stressanti e di adattamento andando ad incidere positivamente sull'autostima. Oppure la funzione di

47 EMANUELA CONFALONIERI, ILARIA GRAZZANI, *Adolescenza e compiti di sviluppo*, cit., pp. 155-158.

apprendimento di norme e il potenziamento di abilità e competenze grazie alle quale gli adolescenti sviluppano la capacità di stare con gli altri sia cognitivamente che emotivamente, accrescendo la capacità di comprensione altrui e la consapevolezza di sé ed acquisendo un proprio ruolo sociale. Altra funzione è quella della *sperimentazione di comportamenti relazionali* che permettono di acquisire comportamenti pro-sociali e a incrementare la fiducia nell'altro, rendendo l'adolescente socievole e autoconsapevole di sé. Concludendo si va anche a consolidare la *costruzione della consapevolezza di sé e dell'identità personale* tramite la conoscenza di sé che deriva dal guardarsi attraverso lo sguardo dell'altro in modo protetto e sicuro⁴⁸.

Lo psicologo Pietropoli Charmet va ad indagare nello specifico il legame amicale a due nella fase dell'adolescenza, che va ad assolvere secondo i suoi studi a due funzioni rilevanti. La prima è quella del distacco dalla fase infantile, processo in cui l'amico sostiene l'altro facendo percepire meno la nostalgia che si va a creare durante la separazione oltre che ai sensi di colpa per la de-idealizzazione delle figure genitoriali. La seconda funzione che assolve è quella della preparazione alla relazione sentimentale; nello specifico la relazione con l'amico del cuore è segnata dal bisogno di intimità e lealtà, secondo tale prospettiva l'entrata dell'adolescente o giovane adulto nella vita sessuale e sentimentale è lo specchio del legame a due che si è creato a livello amicale.

La relazione con il gruppo invece è da vedersi come un laboratorio sociale in cui l'adolescente si confronta e si sperimenta, investendo tempo ed energie con i coetanei, con i quali condivide valori ed interessi che portano alla costruzione dell'identità e li permettono di diventare sempre più autonomo e libero dal controllo delle figure adulte⁴⁹.

Oggi giorno è presente una nuova modalità per intrattenere rapporti con i pari, quella virtuale; da una parte questa è il frutto del bisogno fisiologico di socializzare insito nell'adolescente, d'altro canto è l'espressione caratteristica delle nuove generazioni, educate alla socializzazione precoce e per questo dipendenti dalle relazioni e dalla tecnologia, la quale permette di essere in costante ed immediato contatto con il gruppo di coetanei. Gli adolescenti tendono a vivere il mondo virtuale come luogo sicuro e protetto, in quanto lo vedono come un riparo da angosce frustrazioni insite

48 Ivi, pp. 161-163.

49 Ivi, pp. 164-166.

nell'assolvimento dei compiti evolutivi; preferiscono, quindi, nascondersi piuttosto che affrontare l'impegnativo processo di costruzione della propria identità, per paura di non essere all'altezza o di non confermare il valore posseduto durante l'infanzia. La rete da un lato risulta essere un luogo di sperimentazione, crescita e opportunità che poi andranno investite anche nel mondo offline; d'altra parte può trasformarsi anche in un ambiente di chiusura e di isolamento, caratterizzato da aspetti di dipendenza che possono provocare parecchi problemi a chi non è portato alla socializzazione non ponendolo in condizione di affrontare le sfide evolutive che gli permetterebbero di maturare e migliorarsi.

Infine vanno esaminate le relazioni sentimentali che durante l'adolescenza sono fondamentali per la conoscenza e accettazione del proprio corpo e consentono di sperimentare nuovi metodi relazionali rispetto a quelli amicali e familiari; oltre a contribuire al conseguimento dell'autonomia e alla costruzione del concetto di sé, esse pongono le basi per lo sviluppo delle competenze necessarie alla costruzione di relazioni intime future, che incidono su aspetti quali amore e sessualità fornendo un supporto emotivo che incide in modo durevole sull'autostima del singolo⁵⁰:

Quelle che gli adolescenti quotidianamente incontrano nel costruire e rapportarsi all'interno di questi primi legami possono dunque essere colte come delle sfide che riguardano solitamente aspetti normativi del percorso individuale, come ad esempio coniugare affettività e sessualità, affrontare e gestire la conflittualità all'interno della coppia, sapere gestire la propria e altrui gelosia, confrontarsi con la crisi e la rottura di una relazione⁵¹.

Quella che va a svilupparsi con le relazioni sentimentali è la competenza romantica, ovvero l'insieme di abilità cognitive, emotive e sociali che permettono all'adolescente di affrontare l'esperienza sentimentale sia per quanto concerne gli aspetti positivi, sia in quelli più critici e sfidanti. Se tale competenza viene sviluppata in modo adeguato l'adolescente si rende disponibile a mettere in secondo piano il suo tratto caratteriale più narcisista per preferire la costruzione di legami più stabili, preparandosi al passaggio verso l'età adulta. Essere competenti sul fronte relazionale, infatti, porta l'adolescente, oramai giovane adulto ad essere più sicuro, anche nelle relazioni, ad avere minori livelli

50 Ivi, pp. 171-174.

51 EMANUELA CONFALONIERI, *Adolescenti innamorati, caratteristiche e funzioni delle relazioni delle relazioni sentimentali in adolescenza*, Milano, Angeli, 2020, p. 24.

di ansia e di sintomi depressivi, instaurando così relazioni migliori a livello qualitativo che lo portano ad avere capacità decisionali efficaci e ad essere maggiormente soddisfatto di sé⁵².

Sviluppo emotivo-affettivo e alfabetizzazione emotiva

Le scienze umane considerano le emozioni come processi complessi e pluridimensionali che vanno a porre in uno stato di equilibrio il rapporto fra individuo e ambiente circostante. Nella fase adolescenziale questo bilanciamento è ancora in fase di sviluppo, e attraverso tre diversi costrutti fra loro combinati si va ad indagare il binomio composto da emozioni e adolescenza. Il primo costrutto concerne la *competenza emotiva*, ovvero la consapevolezza che il soggetto possiede delle proprie e altrui emozioni, alle quali è in grado di dare un nome, capendone le cause, regolandole e controllandole grazie alle abilità sviluppate. Secondo Susan Denham le abilità che tale costrutto racchiude sono raggruppabili in tre dimensioni:

- *espressione emotiva*: esternamento delle emozioni attraverso la comunicazione verbale e non verbale;
- *regolazione emotiva*: monitoraggio, valutazione e modificazione delle reazioni emotive;
- *comprensione e conoscenza delle emozioni*: conoscenza della natura, delle cause e delle strategie che si possono usare per regolare le emozioni.

Il secondo costrutto riguarda l' *intelligenza emotiva*, studiata da Peter Salovey e da John D. Mayer, i quali propongono un modello composto da quattro dimensioni utile per analizzarla e comprenderla; esso si basa, ad un primo livello, sulla percezione, valutazione e espressione delle emozioni proprie e altrui; il secondo piano del modello riguarda la capacità di generare emozioni che facilitano il pensare; il terzo livello concerne la comprensione, l'analisi e l'utilizzo della conoscenza emotiva ed infine

52 EMANUELA CONFALONIERI, ILARIA GRAZZANI, *Adolescenza e compiti di sviluppo*, cit., pp. 180-182.

l'ultimo riguarda la regolazione riflessiva delle emozioni per la crescita emotiva e lo sviluppo intellettuale. Per ultimo è presente il costrutto di *apprendimento socio-emotivo* (SEL- Social Emotional Learning) elaborato dal CASEL (Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning) che include al suo interno cinque dimensioni: l'autoconsapevolezza delle emozioni, la regolazione degli stati emotivi propri e altrui, l'empatia e la consapevolezza sociale verso gli altri accompagnata dall'apprezzamento e dalla valorizzazione delle diversità, la gestione di relazioni sociali attraverso la comunicazione e la cooperazione e infine la presa di decisioni responsabili tramite l'analisi della situazione e delle proprie responsabilità etiche⁵³.

Queste componenti e dimensioni che vanno a costituire i diversi costrutti si connettono tra loro e vengono acquisite precocemente da soggetto, tra il periodo della fanciullezza e quello della pre-adolescenza; quindi entrato nella fase dell'adolescenza il giovane ne è già completamente in possesso. Fra queste capacità è presente quella di *mentalizzazione delle emozioni*, ovvero l'abilità di riferirsi a stati d'animo interni o ad eventi mentali propri e altrui; proprio durante l'adolescenza si consolida l'abilità di *distress empatico per la condizione d'esistenza dell'altro*, cioè la consapevolezza che il soggetto possiede relativamente alle reazioni emotive dell'altro, che dipendono dall'identità, dalla storia e dalle condizioni di vita della persona con cui ci si relaziona. Lo sviluppo empatico si delinea durante l'adolescenza perché in questo momento il soggetto risulta essere più abile nell'elaborare le emozioni negative attivate dalla connessione con la persona in preda ad uno stato di sofferenza. Questo risulta possibile perché l'adolescente sviluppa attività di *coping* come il confronto diretto, il sostegno sociale, l'evitamento e la fuga, che gli permettono di far fronte a emozioni troppo intense e prolungate. Lo sviluppo di alti livelli di capacità di regolazione e comprensione emozionale viene associato ad un'elevata intelligenza emotiva, ciò significa essere in possesso di un maggior benessere psicologico, di un'elevata autostima, ma anche di essere maggiormente soddisfatti della propria vita e avere la capacità di costruire relazioni più appaganti. Al contrario bassi livelli di intelligenza emotiva durante l'adolescenza causano problemi relazionali, difficoltà nell'individuazione e nel nominare le proprie emozioni (alessitimia) e un più elevato

53 Ivi, pp. 101-103.

rischio di dipendenza da alcool, droghe e Internet⁵⁴.

L'adolescenza dal punto di vista emotivo è caratterizzata dalla presenza di emozioni estreme, sia da un punto di vista positivo, come l'estrema eccitazione, che in senso negativo, con la presenza di intensi stati di tristezza, ansia e depressione. Le ricercatrici Ilaria Grazzani e Veronica Ornaghi affermano che le emozioni maggiormente sperimentate durante l'adolescenza sono felicità, rabbia, paura, tristezza e ansia; ma non si fermano qui, perché notano una differenziazione in base al genere, in particolare le femmine tendono ad essere maggiormente esposte a esperienze emozionali legate a episodi sentimentali, mentre i maschi sono colpiti da emozioni concernenti ad eventi sportivi e momenti di svago. Le due studiose vanno a soffermarsi su un'emozione nuova che colpisce l'adolescente, quella della vergogna, che è da associare alle relazioni sociali e che si manifesta nell'adolescente attraverso sensazioni di incertezza e precarietà che fanno percepire ragazzi e ragazze come inadeguati nell'adempimento ai compiti di sviluppo che devono affrontare⁵⁵.

Rilevante è il richiamo al legame affettivo tra adulto e bambino che fa lo psicologo e medico John Bowlby con la sua *teoria dell'attaccamento*, rapporto che va a caratterizzare lo sviluppo cognitivo e sociale dei figli. I modelli di attaccamento che vanno a delinarsi dipendono dal rapporto che si instaura tra madre e bambino durante il primo anno di vita e che andranno a costruire tre diversi modi di attaccamento: *sicuro*, *insicuro ansioso-ambivalente* e *insicuro ansioso-evitante*. Al riguardo lo psicologo Jon Allen sostiene che durante l'adolescenza lo sviluppo delle competenze cognitive permette all'adolescente di riflettere sulle proprie relazioni affettive, definendo la modalità con la quale decide di rappresentarle e raccontarle; in tal modo attua un processo di ricostruzione e trasformazione del sistema di attaccamento⁵⁶. Sulla base di quanto precedentemente esposto, l'adolescenza è da confermarsi come il periodo di rielaborazione degli stili di attaccamento in riferimento alla propria storia passata, ma soprattutto guardando all'apertura e al cambiamento verso nuove possibilità adattative, che sono state apprese mediante l'elaborato processo di alfabetizzazione emotiva messo in atto sin dall'infanzia.

54 Ivi, pp. 106-108.

55 Ivi, pp. 110-112.

56 JON ALLEN, *Il sistema di attaccamento in adolescenza*, Roma, Fioriti, 2010, p. 484.

Nella fase dell'adolescenza ci si trova ad affrontare continui cambiamenti e delicati compiti evolutivi, che vanno a provocare metamorfosi in una moltitudine di aspetti della vita dell'adolescente, cosa di non facile gestione, in quanto il giovane si trova sotto stress e in una situazione di confusione in cui è difficile trovare un equilibrio fra tutto quello che gli sta accadendo, che spesso può scaturire in disturbi sia a livello psicologico, che emotivo, che comportamentale. In questo momento è importante la presenza ed il sostegno competente da parte delle figure genitoriali. Con gli obiettivi di aiutare gli adolescenti a risolvere le proprie problematiche comportamentali ed emotive e migliorare la sensibilità dei genitori, la sintonizzazione, l'empatia e lo sviluppo di una relazione affettiva diadica efficace, Marlene Moretti direttore di *The adolescent Health Lab* ha elaborato un intervento *evidence based* composto da dieci sedute, denominato *Connect Parent Group*. Si tratta di un intervento che va a sostenere la genitorialità nel momento di sviluppo dei figli, attraverso una seduta settimanale della durata di novanta minuti, durante la quale si lavora sul rapporto fra genitore-adolescente e sullo sviluppo adolescenziale. Il gruppo porta i genitori ad essere maggiormente competenti ed efficaci, riducendo stress e tensioni per il delicato compito che si trovano ad esercitare, mentre gli adolescenti beneficiano di una riduzione dei problemi internalizzanti, quali depressione e ansia, ed anche di quelli esternalizzanti, come problemi di condotta e aggressività⁵⁷.

57 EMANUELA CONFALONIERI, ILARIA GRAZZANI, *Adolescenza e compiti di sviluppo*, cit., pp. 117.

CAPITOLO III

PROBLEMATICHE EVOLUTIVE E AFFETTIVE NELLE GIOVANI CON DISTURBI ALIMENTARI

L'integrazione del pubertario impone all'adolescente una riorganizzazione simbolica complessiva della relazione mente-corpo e lo spinge a decostruire le identificazioni infantili edipiche e preedipiche, e al realizzare nel contempo rappresentazioni di sé che includano la differenziazione sessuale come maschio o come femmina [...]. È solo gradualmente che la mente viene a patti con il nuovo corpo genitale e che l'adolescente approda ad una rappresentazione di sé come adulto sessuato previsto di una specifica identità di genere: in questo senso il corpo deve essere creato dalla mente adolescente attraverso un processo di complessa riorganizzazione simbolica⁵⁸.

L'integrazione del compito evolutivo riguardante la mentalizzazione del corpo porta l'adolescente a sviluppare il senso del sé in modo tale che sia in grado di superare il trauma causato dai processi innescati dalla fase della pubertà ristabilendo la sua continuità narcisistica⁵⁹. Tale passaggio, non è però di facile attuazione per l'adolescente, che spesso si trova in difficoltà di fronte al proprio cambiamento fisico e proietta su di sé immagini distorte ed anomale, tale fenomeno si chiama *dismorfofobia*, ed indica la mancata mentalizzazione del corpo, è un fatto temporaneo che con il procedere dello sviluppo va a scemare fino a scomparire⁶⁰, se ciò non avviene, significa che l'adolescente non è stato in grado di soggettivarsi, il fallimento in tale compito porta a possedere una percezione ostile del proprio corpo, considerato sbagliato e non in grado di rivelare la propria specificità, ma unicamente capace di nascondere il proprio sé⁶¹. A tale riguardo lo psicologo Gustavo Pietropolli Charmet parla a dell'*ipermentalizzazione* che l'adolescente attribuisce al proprio corpo, nello specifico si tratta dell'esercizio di un'esagerata cura e dedizione verso corpo e psiche, che però diviene l'unica modalità da lui esercitata in campo mentale ed affettivo⁶². Tale

58 IRENE RUGGIERO, *Dissonanze nella relazione mente-corpo*, in « La Rivista di psicoanalisi. Il corpo ripudiato», I, 1, 2019, pp. 131-132.

59 ELENA RIVA, *Fragili Amazzoni, i nuovi disturbi alimentari delle adolescenti*, Milano, Angeli, 2022, p. 45.

60 EMANUELA CONFALONIERI, ILARIA GRAZZANI, *Adolescenza e compiti di sviluppo*, cit., p. 51.

61 ELENA RIVA, *Fragili Amazzoni, i nuovi disturbi alimentari delle adolescenti*, cit., p. 48.

62 EMANUELA CONFALONIERI, ILARIA GRAZZANI, *Adolescenza e compiti di sviluppo*, cit., p.

procedura è tipica della società post-moderna e quindi della cultura narcisista che va ad enfatizzare l'immagine, andando a proporre dei modelli estetici di difficile raggiungimento, che causano la ricerca di una perfezione fuori portata. Si vanno a scatenare in tal modo sentimenti di angoscia e di vergogna nell'adolescente che si percepisce brutto e impresentabile, emozioni così violente che lo fanno sentire indegno di accettazione e di amore da parte dell'altro⁶³. Problematica, questa, che è andata intensificandosi con la sospensione dei rapporti sociali "in vivo" durante la pandemia da Covid-19, che ha portato gli adolescenti a difendersi tramite l'incremento della modalità narcisista, causando l'entrata di tale fascia d'età in una profonda crisi e sofferenza psichica⁶⁴.

Uno dei disordini tipico della fase adolescenziale «risultante da un'incapacità di far fronte alle richieste evolutive di quel periodo, in particolare al bisogno di sviluppare un'identità e un senso di capacità chiaramente definiti» è l'anoressia⁶⁵. Appunto il principale blocco evolutivo che si manifesta con l'insorgere dei disturbi alimentari è quello della mentalizzazione del corpo a cui si aggiunge la definizione dell'identità di genere. Tale insorgenza è dovuta alla presenza di una cultura affettiva familiare contemporanea più orientata alla competizione e al successo che non al rispetto dei bisogni e dei confini individuali, quindi poco supportiva per quanto riguarda i processi di soggettivazione. Ciò comporta alla convivenza nell'adolescente di un'immagine del sé fragile affiancata ad un ideale grandioso tramandato dalla famiglia: la combinazione di questi due fattori non permette all'adolescente di tollerare la propria incompetenza accettandone i limiti, inducendolo a considerare la dipendenza relazionale, tipica di tale fase, come una minaccia per la sua essenza narcisistica. L'equilibrio necessario non viene invece a mancare se l'adolescente riesce a sviluppare capacità tali per cui è in grado di padroneggiare i propri desideri e controllare le evoluzioni del proprio corpo⁶⁶.

Nel corso degli anni le problematiche nell'adesione ai compiti evolutivi hanno portato al dilagarsi di nuove sindromi psicosociali, che sono andate evolvendosi con il trascorrere del tempo, come nel caso dei disturbi alimentari, che si terranno in

55.

63 ELENA RIVA, *Fragili Amazzoni, i nuovi disturbi alimentari delle adolescenti*, cit., pp. 51-52.

64 Ivi, p. 124.

65 RICHARD GORDON, *Anoressia e bulimia*, Milano, Cortina, 1994, p. 19.

66 ELENA RIVA, *Fragili Amazzoni, i nuovi disturbi alimentari delle adolescenti*, cit., p. 22.

considerazione in questo capitolo. Nello specifico fra anni Sessanta e Settanta preoccupava il dilagarsi dell'anoressia restrittiva, mentre nei decenni successivi si sono diffuse forme di sregolatezza alimentare come bulimia e *binge eating*, ora sono le condotte vigoressiche e ortoressiche a preoccupare, le quali hanno il fine di costruire un corpo prestazionale e sano. Tali modificazioni segnalano una genesi della concezione femminile che rimane sempre orientata al far prevalere il controllo della mente sulle modificazioni del corpo, ma prima si concentrava unicamente sulla riduzione del corpo a scheletro, mentre ora la marcatura narcisista vuole dare all'identità femminile una forma sana, forte, vincente e indipendente a livello relazionale. Compaiono così nella contemporaneità quelle che Elena Riva definisce *Giovani Amazzoni*, ovvero donne impavide, determinate e apparentemente invincibili, che sono però logorate nella loro profondità da una ferita identitaria che ne blocca le capacità e potenzialità portandole ad attuare comportamenti autolesivi⁶⁷.

Il controllo nei soggetti anoressici

La reclusione forzata che è andata verificandosi per evitare la contaminazione pandemica del Covid-19 è andata a rallentare, o meglio a frenare lo stile di vita iperattivo della società odierna. In tale clima gli adolescenti hanno temuto la perdita della capacità di autoregolazione della propria vita, caratterizzata dalla frenesia dei mille impegni scolastici, sportivi e sociali. Il timore della perdita del controllo ha portato in particolare le giovani ragazze ad esercitare una pressione sul loro corpo con lo scopo di soprintendere alle sue eventuali modificazioni e a dominare impulsi e desideri che le imbarazzano e inquietano⁶⁸. Si parla di bambine che sono cresciute in un clima familiare che le ha protette e amate e in un contesto di successo sociale che le ha gratificate, ma sottomettendole. Durante l'adolescenza sono uscite dall'approvazione sociale e familiare sperimentando la propria autonomia, condizione che le ha fatte sentire fuori

⁶⁷ Ivi, pp. 8-9.

⁶⁸ Ivi, p. 119.

luogo e che in modo tacito o tramite conflitti le ha riportate ad assumere il ruolo di “figlie perfette”, lasciando al loro interno frustrazioni e ferite che spesso vengono riparate addentrandosi nel mondo dei disturbi alimentari⁶⁹. La crisi anoressica che va a delinearsi può essere vista come strumento separativo utile per la riattivazione del processo di oggettivazione che si era bloccato adattandosi alle richieste degli adulti⁷⁰. Per l'appunto queste adolescenti vanno ad esercitare un rigido controllo sul loro corpo e sui propri comportamenti non con il fine di recuperare l'ammirazione che i familiari nutrivano nei loro confronti durante l'infanzia, ma con lo scopo di ottenere il riconoscimento da parte dei coetanei, manifestando comunque in fin dei conti una dipendenza dall'altro. Nello specifico si tenta di allinearsi alle tappe di sviluppo dei coetanei superando il disequilibrio presente fra mente iperfunzionante e un'affettività ancora allo stadio infantile trasformando la loro immagine per adeguarla agli standard della loro generazione, quella dei social, o meglio quella di Instagram, piattaforma che alla comunicazione verbale va a preferire quella visiva, utilizzando immagini che devono essere all'altezza di determinati canoni di perfezione estetica. La ricerca della perfezione va ad estendersi a tutti gli ambiti della vita e si cerca di raggiungerla utilizzando qualsiasi strumento, senza alcun limite, disposti a tutto, anche a ledere se stessi, per arrivare agli standard d'eccellenza che la cultura affettiva contemporanea propone, non offrendo alcuna alternativa se non quella della perfezione⁷¹.

Per le giovani con disturbi alimentari, accettare i mutamenti della pubertà significa rassegnarsi ad una visione di sé incompleta, tollerare eventuali mancanze, dipendere e sperimentare passioni e desideri che vanno a minacciare la perdita dell'autocontrollo. Per alleviare la paura di diventare donne fragili, dipendenti e vulnerabili, attuano delle pratiche di controllo sul proprio corpo che fanno sperimentare loro una sensazione di trionfo. Si instaura in queste giovani donne il mito della perfezione, il quale alimenta la credenza secondo cui le crepe identitarie (difetti nell'attaccamento primario, traumi evolutivi, rigidi valori di trasmissione familiare e blocchi evolutivi adolescenziali) siano prodotte dalla scissione tra corpo e il proprio sé; ciò causerebbe fragilità che si pensa possano essere riparate solo attraverso l'autocontrollo e le prestazioni eccellenti di un

69 Ivi, p. 16.

70 Ivi, p. 37.

71 Ivi, p. 120.

soggetto che in realtà è troppo dipendente dall'approvazione dell'altro, e che quindi fatica a raggiungere la propria stabilità e autonomia. Nel contesto narcisista la dipendenza dall'altro è intollerabile in quanto fa apparire l'individuo come fragile, situazione che si può migliorare attraverso l'organizzazione di un programma rigido che ha il fine di controllare e contenere il desiderio, causando però un irrigidimento di corpo e mente che risultano svuotati. Tale iper-controllo che va a governare comportamenti, relazioni, vita emotiva rende la vita ripetitiva e la priva dei desideri che vengono considerati minacciosi per l'immagine perfetta che il soggetto deve rappresentare⁷². In particolare la figura femminile che si è delineata è quella della donna indipendente dai legami affettivi, proattiva e performante che è in grado di raggiungere tali obiettivi tramite il controllo⁷³.

Nel contesto sociale narcisista approdano due nuove sfaccettature nell'ambito dei disturbi alimentari, non tanto centrate sulla perdita di peso, ma sul tema del controllo: l'ortoressia e la vigoressia. La prima si concentra sull'attenzione maniacale alla qualità degli alimenti, arrivando ad una selezione dei cibi rigida e al controllo ossessivo delle modalità di preparazione dei pasti; il disturbo ortoressico nasce da una preoccupazione che concerne non solo la salute del proprio corpo, ma anche di tutti gli esseri viventi presenti nel pianeta. La vigoressia, invece, si fonda su un'attenzione ossessiva nei confronti della forma fisica, che viene raggiunta tramite un rigoroso allenamento finalizzato alla costruzione del corpo perfetto, dalla muscolatura scolpita e dalle forme scultoree; tale condotta si concentra sul dare al corpo una forma che ancora non possiede, con l'obiettivo di lasciare nel passato la figura infantile soggetta alle aspettative altrui, per far spazio ad una nuova identità maggiormente definita⁷⁴. L'associazione fra queste sindromi e l'ossessiva dedizione che il soggetto post-moderno esercita per ottenere un corpo sempre giovane, sano ed efficiente, conferiscono a tali patologie il carattere di sindrome psicosociale che manifesta l'espressione di un disagio esistenziale fondato sull'addestrare il corpo a divenire una cosa da dominare⁷⁵.

72 Ivi, p. 19.

73 Ivi, p. 30.

74 Ivi, p. 13-14-18.

75 Ivi, p. 55.

Relazione tra pazienti anoressiche e genitori

Nell'attuale contesto le personalità dei genitori spesso di successo sembrano ben adattate al loro ruolo, ma in realtà si trovano spesso a celare un sottofondo depressivo, che li conduce all'autosvalutazione specie per ciò che concerne le competenze educative e relazionali nei confronti dei figli. Accade quindi accade che per ritrovare un proprio equilibrio a livello psichico abbiano bisogno di rassicurazioni sulle proprie competenze, conforto e rasserenamento che avvengono tramite le perfette ed eccellenti condotte prestazionali dei figli⁷⁶.

Andando ad analizzare in generale le figure genitoriali possiamo constatare che il padre continua ad avere in ruolo marginale rispetto alla figura materna, che assume un ruolo primario sia nella gestione della vita familiare che nella relazione con i figli, prestando attenzione al soddisfacimento dei bisogni concreti e ad impartire norme educative, perdendo però la sintonizzazione con la sfera affettiva dei figli. Per l'appunto la madre tende a progettare le attività del bambino e a pianificare la sua vita a lungo termine, facendolo crescere in base ai suoi ideali; in tal modo risulta difficile, se non impossibile, per il bambino sviluppare la propria personalità, in quanto vive la sua vita non da protagonista, ma da proiezione⁷⁷. Nel momento in cui bambino cresce diventando adolescente tende a perdere la perfezione infantile enfatizzata sin a quel momento dai genitori e si ritrova in balia della vita relazionale con i coetanei, basata su rispecchiamenti e confronti. Inserito in questo nuovo contesto l'adolescente si percepisce come fragile e vulnerabile, tende così a manifestare comportamenti rigidi per proteggersi⁷⁸. Gli adolescenti maschi manifestano tale disagio ritirandosi nella realtà virtuale, le ragazze invece, attaccano il loro corpo cercando di controllare il suo sviluppo. Tale comportamento femminile manifesta l'angoscia di ritornare alla dipendenza infantile appena superata, motivo per cui si cerca autonomia nel rapporto

76 Ivi, p. 85.

77 Ivi, p. 84.

78 Ivi, p. 90.

con il corpo, che si riduce ad essere una macchina da modellare e allenare secondo gli ideali della propria mente, in preda alla paura di essere fragili⁷⁹. Si parla di un momento di crisi per quanto riguarda il processo di soggettivizzazione adolescenziale, che in parte dipende da alcuni tratti familiari, nello specifico per quanto riguarda le “famiglie anoressiche” si delineano tali caratteristiche comuni:

- cultura affettiva orientata al successo;
- attaccamento a schemi di comportamento e riti familiari rigidi e non modificabili;
- mancanza di confini fisici e psicologici personali che rendono i ruoli poco differenziati;
- tendenza ad evitare i conflitti⁸⁰.

Le madri delle adolescenti d’oggi si presentano con curricula professionali eccellenti, un aspetto curato che segue la moda e gli ideali estetici del momento e sono impegnate in ruoli e funzioni molteplici sia all’interno del contesto familiare che a livello sociale. Si tratta di “mamme acrobate” che cercano di bilanciare gestione familiare, lavoro extra-domestico, cura degli affetti e impegni lavorativi⁸¹.

Per il figlio il rapporto con la madre è fondamentale, perché si tratta del primo rapporto che instaura nella sua vita, per ciò ha un’importanza primaria e su di esso si fonda la completezza del proprio sé. A conferma di ciò anche le neuroscienze e la psicoanalisi affermano che la nascita del sé psichico dipende dall’interazione con un’altra mente, che deve possedere la capacità di sostenere il neonato nelle sue tensioni, dando senso alla sua esperienza nel mondo, tale ruolo è esercitato dalla figura materna⁸².

Nel caso del legame fra madre ed adolescente anoressica si instaurano, a partire da degli avvenimenti lontani e il più delle volte traumatici (perdite o lutti subiti durante il periodo gestazionale, vicende di salute durante o dopo la nascita angoscianti), sensazioni di inquietudine⁸³. Il legame che si viene ad instaurare viene definito dalla letteratura clinica classica come un “patto narcisistico inconscio” dove l’adolescente sin

79 Ivi, pp. 124-125.

80 Ivi, p. 85.

81 Ivi, p. 88.

82 Ivi, 95.

83 Ivi, p. 94.

dai primi istanti della sua vita è vincolata a risarcire la madre di tutte le frustrazioni e fallimenti ricevuti da altri legami affettivi, come quello coniugale: la figlia assolve al compito di risollevarne il valore della madre riportando eccellenti risultati in ogni ambito della sua vita⁸⁴. Tale tipo di rapporto non lascia possibilità di entrata a terze persone, ne tanto meno alla costruzione di una progettualità personale della figlia, che risulta dipendente e confusa con quella della madre. Costei è una donna che nella maggior parte dei casi non è stata in grado di prendersi cura dei sentimenti altrui e che non sa riconoscere i propri, non conscia che la propria consapevolezza emotiva deriva dalla relazione con gli altri⁸⁵. Il vuoto narcisistico femminile che vincola la madre produce nella figlia femmina un vuoto senza fondo che la disorienta, rendendola da una parte critica nei confronti della figura materna, d'altra parte porta all'instaurarsi di un legame possessivo nei suoi confronti. Il non rispecchiamento e la negazione della femminilità da parte della madre è simbolo della sua fragilità non affrontata, che trasmette alla figlia, non permettendo a questa di assolvere al compito evolutivo di accettazione del suo nuovo corpo femminile⁸⁶. La sintonizzazione emotiva di questa tipologia di rapporto con la madre scatena nella figlia ansie e insicurezze che ne rivelano la fragilità nascosta durante l'infanzia, ma che nella fase adolescenziale compare attraverso una profonda auto-svalutazione delle proprie capacità che conduce a colpire il corpo in modalità auto-distruttiva⁸⁷. L'intensità del legame con la madre satura ogni spazio fisico e psichico della bambina, impegnata a sanare le carenze affettive e relazionali della mamma, tanto da impedire l'accesso del padre e la creazione di un rapporto triangolare, ostacolando il processo di separazione adolescenziale. In questo contesto, la ragazza tenta il distacco da tale rapporto che la opprime appropriandosi del proprio corpo tramite il controllo alimentare⁸⁸.

La metamorfosi ormonale che va a trasformare l'ex-bambina perfetta in una piccola donna sconvolge il padre, che sottrae il proprio sostegno alla figlia nel momento in cui ne avrebbe maggior necessità; questo accade perché intende lo sviluppo puberale e le tensioni evolutive che manifesta la figlia come simboli di immaturità, che lo fanno

84 Ivi, p. 98.

85 JEAN S. BOLEN, *Artemide: lo spirito indomito dentro la donna*, Roma, Astrolabio, 2015, p. 44.

86 MALDE VIGNERI, *Nascere come donna*, Roma, Maltemi, 2006, pp. 156-158.

87 ELENA RIVA, *Fragili Amazzoni, i nuovi disturbi alimentari delle adolescenti*, cit., p. 95.

88 Ivi, p. 101.

sentire a disagio. Il padre non riconosce più la figlia a fronte dei nuovi discorsi, interessi e della sessualizzazione del suo corpo, disapprovando tale nascente femminilità⁸⁹. La figlia mortificata dal comportamento paterno tende o a rinunciare alla propria femminilità per ricostruire un patto con il padre e ritornare a condividere le passioni che li accomunavano durante l'infanzia, oppure si allontana da lui ricercando l'approvazione in un sostituto paterno⁹⁰.

Per questi padri non in grado di accettare il normale sviluppo adolescenziale della figlia la possibilità dell'esordio di un disturbo alimentare è una delusione profonda, viene vissuto come un tradimento da parte della loro bambina perfetta che non è stata in grado di sfuggire dalle preoccupazioni estetiche femminili, diventandone vittima. Il padre comprensivo, disponibile e complice dell'infanzia diviene giudice severo nel delicato periodo dell'adolescenza⁹¹.

Il padre dell'adolescente appare disarmato e impreparato ad intervenire per imporre un limite: poco allenato ad esercitare un ruolo normativo di cui la bambina ideale "non ha mai avuto bisogno", finisce per apparire rigido e impositivo, esasperato e aggressivo.

La figlia stenta a riconoscere il padre tanto amato e ammirato, sconcertata e offesa si allontana, stringendosi alla madre e alleandosi con lei nella svalutazione degli interventi paterni, troppo maldestri e privi di empatia⁹².

Le tipologie di padre che si possono individuare all'interno delle "famiglie anoressiche" sono due: il padre sempre escluso dal legame serrato fra madre e figlia che non tollera e contempla l'inserimento di una terza persona, ed il padre che durante l'infanzia è stato idealizzato e che durante l'adolescenza rifiuta o viene rifiutato dalla figlia, in quanto fatica a tollerarne la sessualizzazione. In ambedue le situazioni l'adolescente chiede qualcosa all'adulto per migliorare la propria condizione; nel primo caso chiede il sostegno da parte di una terza persona che l'aiuti nell'attuare il processo di separazione che la madre ostacola. Nel secondo caso richiede la valorizzazione del sé femminile impedita dallo screditamento del padre, esaltazione necessaria per la mentalizzazione del corpo sessuato, che permetta alla ragazza di liberarsi dalla

89 Ivi, p. 103.

90 Ivi, p. 111.

91 Ivi, p. 105.

92 Ivi, pp. 108-109.

mortificazione, rendono possibile alla giovane lo sviluppo di una propria identità di genere meno fragile e ambivalente⁹³.

Nella logica affettiva delle adolescenti, in special modo quelle anoressiche, l'angoscia di non essere più all'altezza dell'ideale proiettato dall'altro e mantenuto eccellentemente per tutta l'infanzia, le ferma, limitandone il desiderio di sperimentazione; sospendendo la loro vita per paura di fallire e di deludere le aspettative dell'adulto si condannano alla paralisi relazionale e al blocco evolutivo⁹⁴.

Il valore della fragilità

La cultura post-narcisista esercita una rilevante pressione sulle giovani donne, chiedendo loro di adeguarsi ad ideali prestazionali, estetici ed intellettuali eccellenti. Questi canoni rischiano di annullare le potenzialità vitali, creative e generative del soggetto che assume una autoreferenzialità narcisistica, che è da ritenersi declinante; in tali ideologie, infatti, comportano la rinuncia dell'autenticità della giovane donna, insita nella sua fragilità, la quale è da intendersi come la condizione umana che porta ad empatizzare, ad includere, ad aprirsi nei confronti dell'altro, valori femminili che andrebbero valorizzati e non sminuiti come accade al giorno d'oggi⁹⁵.

La volontà dell'attuale ideologia culturale, per ciò che concerne il mondo femminile, è ben identificabile all'interno del mondo dell'animazione che spinge ed educa le bambine ad essere maggiormente attratte dai super poteri delle loro eroine, mettendone in secondo piano le qualità empatiche. Uno dei tanti esempi di tale tendenza narcisista sono Elsa e Anna, protagoniste del film di animazione intitolato "Frozen", dove la sorella minore, Anna, attua un percorso che la porta a crescere e a maturare abbandonando l'ingenuo romanticismo relazionale che la contraddistingue per andare a costruire una relazione di coppia paritetica e solidale. Elsa, la maggiore fra le due,

93 Ivi, p. 113.

94 Ivi, p. 112.

95 Ivi, p. 129.

invece, è una donna bellissima, fredda e solitaria che consolida il proprio potere, senza porre la minima attenzione all'incontro con l'altro e tanto meno alla scoperta dell'amore. Elsa incarna la posizione femminile narcisista volta a reprimere impulsi e passioni per paura di essere ferita: decide così di mantenersi distaccata da chiunque le si avvicini armandosi di freddezza, L'altro, o meglio il parere altrui da cui dipende, al medesimo tempo l'angoscia, in quanto ha paura di non essere all'altezza del ruolo che le spetta⁹⁶.

Proprio di questa nuova forma di femminilità sono paladine le giovani ortoressiche e vigoressiche che rinunciano alla disponibilità, alla sensibilità e all'apertura verso l'altro tipica dell'universo femminile per impadronirsi dei valori e degli stili di comportamento tipici del mondo maschile. La simbologia affettiva che le condotte orto-vigoressiche assumono è da interpretare come la rovina patologica della femminilità post-moderna che si basa sulla negazione della fragilità, distorcendo in tal modo una delle ricchezze di fondo che identifica l'universo femminile, l'apertura e l'inclusione, tratti che la società post-narcisista identifica come segni di dipendenza e di debolezza⁹⁷.

Nonostante si basino su un complesso intreccio di fattori individuali, familiari e sociali, i disturbi del comportamento alimentare appaiono profondamente legati ai valori della cultura post-moderna. In quest'ultima, è complicato per l'adolescente costruire una forma identitaria propria e ben definita in quanto ci si trova sommersi nell'epoca che, il sociologo polacco Zygmunt Bauman definisce delle *identità liquide*; queste si trovano in una situazione paradossale che vede da una parte la necessità di essere apprezzati, mentre dall'altra si dispiega il desiderio di realizzare le potenzialità più autentiche. Ci si trova di fronte a soggetti fragili che rischiano di perdere la propria unicità in cambio di successo e ammirazione⁹⁸.

La fragilità negli slogan mondani dominanti, è l'immagine della debolezza inutile e antiquata, immatura e malata, inconsistente e destituita di senso; e invece nella sensibilità si nascondono valori di fragilità e di delicatezza, di gentilezza estenuata e di dignità, di intuizione dell'indicibile e dell'invisibile che sono nella vita e che consentono di immedesimarci con più facilità e con più passione negli stati d'animo e nelle emozioni, nei modi di essere esistenziali

96 Ivi, pp. 63-64.

97 Ivi, p. 127-128.

98 Ivi, p. 123.

degli altri da noi⁹⁹.

La fragilità non va considerata come indice di difettosità e di debolezza da depennare, ma al contrario va accettata, perché si tratta di una condizione fisiologica dell'essere umano che permette l'apertura all'emotività propria e altrui, portando all'accettazione profonda di sé stessi e dell'altro¹⁰⁰. In tal senso risulta auspicabile soggettivarsi, ma non per risultare perfette, ma piuttosto autentiche, ciò vuol dire dare nuovo valore alla fragilità e alla resilienza femminile, che vanno considerati come strumenti essenziali per superare le sfide evolutive. Va incentivata anche la caratteristica femminile che porta ad assumere una forma identitaria che permette di empatizzare con l'altro e ad aprirsi verso esperienze e relazioni, senza farsi bloccare dalla paura di essere ferite e senza rifugiarsi in una corazza che protegge dalla vita, senza però farla vivere¹⁰¹. Imparare a convivere nelle proprie fragilità incentivando l'innata capacità femminile della resilienza che «non è la resistenza, non indica un atteggiamento duro, ma una capacità di stare, però morbidamente, senza opporsi al dolore»¹⁰².

99 EUGENIO BORGNA, *La fragilità che è in noi*, Torino, Einaudi, 2014, pp. 3-4.

100 ELENA RIVA, *Fragili Amazzoni, i nuovi disturbi alimentari delle adolescenti*, cit., p. 128.

101 Ivi, p. 130.

102 GIUSEPPE DI CHIARA, *Sindromi psicosociali. La psicoanalisi e le patologie sociali*, Milano, Cortina, 1999, p. 229.

BIBLIOGRAFIA

Testi e stampa

JON ALLEN, *Il sistema di attaccamento in adolescenza*, Roma, Fioriti, 2010, p. 484.

FRANCO ARMINIO, *La cura dello sguardo*, Milano, Bompiani, 2021, p. 87.

SOFIA BIGNAMINI e ELENA BUDAY, *Adolescenti fluidi percorsi evolutivi dell'identità di genere*, Milano, Franco Angeli, 2023.

JEAN S. BOLEN, *Artemide: lo spirito indomito dentro la donna*, Roma, Astrolabio, 2015, p. 44.

GABRIELLA BORCA, TATIANA BEGOTTI, *L'adolescente a scuola: i rischi legati ad un'esperienza negativa*, Roma, Carrocci, 2012, p. 77.

EUGENIO BORGNA, *La fragilità che è in noi*, Torino, Einaudi, 2014, pp. 3-4.

LEOPOLDA CERCHIERINI, *La relazione tra genitori e figli durante l'adolescenza*, Roma, Carocci, 2005, p. 43.

EMANUELA CONFALONIERI, *Adolescenti innamorati, caratteristiche e funzioni delle relazioni delle relazioni sentimentali in adolescenza*, Milano, Angeli, 2020, p. 24.

EMANUELA CONFALONIERE, ILARIA GRAZIANI, *Adolescenza e compiti di sviluppo*, Milano, Unicopli, 2021.

GIUSEPPE DI CHIARA, *Sindromi psicosociali. La psicoanalisi e le patologie sociali*, Milano, Cortina, 1999, p. 229.

MAURO DI LORENZO, *Giovani adulti in crisi Comprendere ed affrontare gli ostacoli nel percorso formativo*, Milano, Franco Angeli, 2024.

RICHARD GORDON, *Anoressia e bulimia*, Milano, Cortina, 1994, p. 19.

FABIO GRIGENTI, *Le macchine e il pensiero*, Napoli-Salerno, Orthotes Editrice.

MATTEO LANCINI, *L'apprendimento a scuola*, Milano, Angeli, 2004. p, 190.

MATTEO LANCINI, *Sii te stesso a modo mio Essere adolescenti nell'epoca della fragilità adulta*, Milano, Cortina, 2023.

HAIM OMER, *La nuova autorità. Famiglia, scuola comunità*, Milano, Edi.Ermes,2016.

GUSTAVO PIETROPOLLI CHARMET, *I nuovi adolescenti. Padri e madri di fronte a una sfida*, Milano, Cortina, 2000.

GUSTAVO PIETROPOLLI CHARMET, *La paura di essere brutti*, Milano, Cortina, 2013, p. 106.

GUSTAVO PIETROPOLLI CHARMET, *Ragazzi sregolati: regole e castighi in adolescenza*, Milano, Angeli, 2001, p. 10.

ELENA RIVA, *Fragili Amazzoni, i nuovi disturbi alimentari delle adolescenti*, Milano, Angeli, 2022.

ELENA ROSCI, *Giovani adulti. Nuovi modi di essere e apparire*, Milano, Franco Angeli, 2022.

IRENE RUGGIERO, *Dissonanze nella relazione mente-corpo*, in “ La Rivista di psicoanalisi. Il corpo ripudiato”, I, 1, 2019, pp. 131-132.

MALDE VIGNERI, *Nascere come donna*, Roma, Maltemi, 2006, pp. 156-158.

Siti internet

Voce *Famiglia* in *ivi*, [://www.treccani.it/vocabolario/famiglia/](http://www.treccani.it/vocabolario/famiglia/), ultimo accesso il 04/07/2024.

Voce *Società*, in Dizionario Treccani online, <https://www.treccani.it/vocabolario/società/>, ultimo accesso il 04/07/2024.

RINGRAZIAMENTI

Mamma, sguardi e gesti d'amore infinito.

Michele, poche parole ed occhi che trasmettono forti emozioni.

Nonna, grinta risate e fondamenta della nostra famiglia.

Papà, il mio sensibile brontolone.

Leonardo, sei un esempio, piccolo grande guerriero.

Ludovica, sei dolcezza vitale.

Riccardo, da sempre brillante e fedele sostegno.

Gaia, pura tenerezza.

Zia Ari e Zio Marco, siete forza.

Zia Orietta e Zio Lele siete un caldo abbraccio.

Tommaso e Tea, i miei primi amori.

Giovanna e Nicola, mi avete insegnato cosa significa fidarsi.

Chiara, gioia che ride.

Alessia, saggezza e sentimento.

Marco, dolce e silenzioso amico.

Matthew, chiassosa e costante presenza.

Arianna, Arianna, Beatrice, Monica, Noemi, Sara, Sofia e Silvia compagne perfette in questo viaggio fatto di forti risate.

A voi tutte persone speciali della mia vita,

Grazie.

Mi riempite il cuore di bellezza.