

**UNIVERSITÀ DELLA VALLE D'AOSTA  
UNIVERSITÉ DE LA VALLÉE D'AOSTE**

---

**DIPARTIMENTO DI SCIENZE UMANE E SOCIALI  
CORSO DI LAUREA IN SCIENZE E TECNICHE PSICOLOGICHE**

ANNO ACCADEMICO 2021/2022

TESI DI LAUREA  
**IL TENTATIVO ANTICONSERVATIVO IN ADOLESCENZA COME FALLIMENTO  
DELLE SFIDE EVOLUTIVE**

**DOCENTE 1° relatore:** Professoressa PATRIZIA ARFELLI

**STUDENTE:** 19D03 104 NOEMI BIZZOTTO

## ***INDICE***

### ***INTRODUZIONE***

#### **CAPITOLO 1: L'ADOLESCENZA: UNA COMPLESSA RIVOLUZIONE PERSONALE**

**Paragrafo 1.1: Crollo dell'idea di perfezione dei genitori**

**Paragrafo 1.2: Un nuovo corpo e una nuova mente**

**Paragrafo 1.3: Il forte bisogno di ammirazione**

**Paragrafo 1.4: Nascita del sentimento di vergogna**

**Paragrafo 1.5: L'autostima**

**Paragrafo 1.6: Condotte a rischio nell'adolescente: il fumo delle sigarette e il consumo di alcolici**

#### **CAPITOLO 2: L'IMPORTANZA DELLE RELAZIONI E DEL GRUPPO**

**Paragrafo 2.1: L'adolescente e la famiglia**

**Paragrafo 2.2: I contesti extrafamiliari: la scuola, gli insegnanti e il gruppo classe**

**Paragrafo 2.3: Il gruppo dei pari: fonte indispensabile per l'adolescente**

**Paragrafo 2.4: Il mondo virtuale: le relazioni e i potenziali rischi**

#### **CAPITOLO 3: L'IDEAZIONE SUICIDARIA NELL'ADOLESCENTE**

**Paragrafo 3.1: Il parasuicidio e il suicidio**

**Paragrafo 3.2: I fattori di rischio e i compiti evolutivi in adolescenza**

**Paragrafo 3.3: Il ruolo dei mass media**

**Paragrafo 3.4: La relazione tra tentativi anticonservativi e il Covid-19**

**Paragrafo 3.5: I progetti di prevenzione dei suicidi in Valle d'Aosta e in Piemonte**

### **CONCLUSIONI**

### **RINGRAZIAMENTI**

### **BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA**

## INTRODUZIONE

In questo elaborato si andrà a parlare dell'adolescenza, un periodo molto complesso del ciclo di vita di ogni persona, dove il soggetto può affrontare e superare con successo le sfide e i compiti evolutivi oppure ritrovarsi sopraffatto dal loro fallimento attuando a volte comportamenti anticonservativi.

In ogni capitolo si parlerà di un aspetto diverso dell'adolescenza: nel primo verranno analizzati alcuni dei compiti di sviluppo più importanti di quest'età che si concentrano intorno alla costruzione dell'identità, come il senso di vergogna, l'autostima, il cambiamento del corpo e i comportamenti ribelli dell'adolescente. Con questo primo capitolo si ha l'obiettivo non solo di andare ad introdurre le principali sfide evolutive, ma anche ciò che può causare l'eccessiva o la scarsa attenzione da parte dei genitori, così come anche il forte impatto psicologico che ha l'evoluzione non solo mentale ma soprattutto fisica sulla mente adolescente, con la conseguente accettazione o non accettazione di questo cambiamento corporeo in particolar modo nelle ragazze. Per poi concludersi con il bisogno di ribellione nei confronti delle figure genitoriali, come modo per dimostrare di poter avere il controllo sulla loro vita, spesso attraverso l'iniziazione al fumo di sigarette e al consumo di alcol.

Successivamente si andrà a parlare delle sue figure di riferimento, ovvero la famiglia, la scuola con gli insegnanti e il gruppo classe, il gruppo dei pari o la compagnia e il mondo virtuale. Si affronterà quindi il modo in cui questi possono avere un'influenza positiva, andando ad essere dei fattori di protezione, oppure a condizionare la quotidianità del giovane e la visione di se stesso. In particolar modo verrà trattato il potenziale di Internet, della continuità che permette di avere nelle relazioni, ma anche il grande rischio rappresentato dalla quantità di pericoli in cui si può incorrere e che molto spesso vengono non considerati o sottovalutati dagli adolescenti.

Infine, nel terzo capitolo verrà trattato l'argomento delicato dei pensieri intrusivi che possono nascere nell'adolescente anche a causa dei fallimenti dei compiti evolutivi, alcuni dei quali trattati all'inizio di questo elaborato, portandolo persino a compiere gesti estremi come i tentativi anticonservativi. In quest'ultimo capitolo verrà inoltre affrontato questo preoccupante fenomeno in relazione ai cambiamenti avvenuti negli ultimi anni con lo scoppio della pandemia Covid-19, andando ad analizzare gli allarmanti dati che evidenziano il raddoppiarsi dei casi di parasuicidio e suicidio tra gli adolescenti.

L'elaborato si concluderà poi con il pensiero di Michele Rech, un fumettista italiano, riguardo questa complicata fase della vita, dove vengono discusse le difficoltà e le insicurezze vissute

dai giovani oltre ai vari tentativi di seguire le aspettative altrui. Penso che il modo giovanile con cui tratta temi così delicati possa far riflettere in maniera più semplice anche i più giovani sulla fragilità degli adolescenti e sul loro bisogno di aiuto che talvolta necessitano in modo evidente, ma che non chiedono, oppressi dalla convinzione di dover esaudire le aspettative altrui su chi dovrebbero diventare.

## **CAPITOLO 1: L'ADOLESCENZA: UNA COMPLESSA RIVOLUZIONE PERSONALE**

Ognuno di noi è predisposto per crescere, intrecciare relazioni sociali e realizzarsi. In questo lungo cammino ci si imbatte nell'adolescenza, forse il periodo più complesso e talvolta doloroso della vita. L'adolescenza è un periodo in cui gli individui sperimentano importanti cambiamenti nelle loro identità fisiche, cognitive e sociali.

Questa tappa evolutiva è contrassegnata dalla presenza di una moltitudine di difficoltà a cui il soggetto è sottoposto. Tra queste possiamo citare il crollo dell'ideale di perfezione costruita sulle figure genitoriali, il cambiamento del corpo, i sentimenti di vergogna, il bisogno di ammirazione e sostegno, il complicato rapporto con l'autostima per giungere infine alla creazione di un nuovo Sé. Queste appena citate sono solo alcune delle molte sfide a cui ogni adolescente è sottoposto in questa particolare e delicata fase della vita. Tuttavia, ognuna di queste sfide è come un piccolo mattoncino che, posizionato insieme agli altri, andrà a creare un muro forte, come l'uomo o la donna che quell'adolescente diverrà.

### **Paragrafo 1.1 Crollo dell'ideale di perfezione**

La prima sfida tra tante, come scrive lo psicoterapeuta Pietropolli Charmet, è rappresentata dal crollo delle fantasie di perfezione, dall'eclissi della visione onnipotente dei genitori che l'adolescente aveva minuziosamente costruito durante l'infanzia. Egli, dunque, scopre che le sue due perfette e infallibili figure a cui fino a quel momento si era affidato, non sono altro che umane, erranti ed imperfette. Questa scoperta è destabilizzante per l'adolescente che si sente tradito e illuso, costretto così a dover abbandonare, se non addirittura rifiutare, la certezza e l'onnipotenza del suo mondo infantile. La perdita della sicurezza dell'illusione che lo aveva cullato e protetto porta così l'adolescente ad attuare il comportamento opposto, distaccato e sprezzante, che caratterizza questa delicata fase (Pietropolli Charmet, 2000, I nuovi adolescenti).

Egli si sente tradito, diventa portatore di rabbia causatagli dai suoi stessi genitori nella dimostrazione dei loro limiti e difetti. La prova della loro fragilità pesa sull'adolescente, il quale si ritrova a non potersi più affidare a loro. Ciò che gli resta è rabbia e angoscia che esprime proiettandole proprio verso quelle stesse persone che, nella sua visione, lo avevano sempre protetto, ma di cui ora non si riesce più a fidare. Inizia così a vedere i propri genitori come nemici e non più come alleati pronti ad affrontare insieme a lui tutte le difficoltà a cui andrà incontro.

## **Paragrafo 1.2 Un nuovo corpo e una nuova mente**

Un'altra sfida cruciale è la trasformazione del corpo, un ostacolo che non si può rimandare o ignorare, ma che l'adolescente può solo subire. Proprio per questo motivo egli si ritrova inevitabilmente con un corpo che non riconosce più come suo, ormai sostituito dalla presenza di iniziali forme tipicamente maschili o femminili soggette non solo al proprio giudizio ma anche a quello altrui.

Il corpo viene quindi vissuto come una fonte di sofferenza, sottolineando la presenza di innumerevoli difetti, ritenuti dall'adolescente stesso come tali. È proprio perché egli non si ritiene soddisfatto del proprio aspetto che si autopunisce svalutando la sua bellezza e cercando di rimediare conformandosi agli altri, per non sentirsi diverso e ricevere così l'approvazione dei pari. Egli tenta così di celarsi dietro la scelta dell'abbigliamento alla moda, di una nuova pettinatura e dall'uso di cosmesi pur di sentirsi accettato (Pietropoli Charmet, 2000, I nuovi adolescenti).

Inevitabilmente questo nuovo corpo porta con sé un'inedita percezione di sé, nuovi bisogni da soddisfare e aspettative da rispettare. La sua metamorfosi è veloce: passa da quello di un bambino a quello di un giovane adulto trascinando con sé un senso di inadeguatezza e, in alcuni gravi casi, di rifiuto verso esso (Pietropoli Charmet, 2000, I nuovi adolescenti). Questo veloce cambiamento fisico non è seguito da un altrettanto rapido cambiamento della mente dell'adolescente. Quest'ultima muta lentamente, non riesce a stare al passo, dal momento che il soggetto ha ancora una rappresentazione di sé infantile. Egli sente di non avere il controllo su questi cambiamenti, chiarendo così più facilmente il motivo per cui egli non accetta la percezione del suo corpo arrivando in alcuni casi addirittura a ripudiarlo (Confalonieri e Olivari, 2021, Il corpo imperfetto).

Comincia così la lunga e complessa ricerca della sua nuova identità e della costruzione della persona che vorrà essere. Egli si lascia guidare dalle sue emozioni nella sperimentazione di diversi "copioni" che recita come un attore. In questo periodo complesso tutto sembra essergli concesso: può provare e sbagliare quanto vuole, anche cadendo in contraddizioni. Questa ricerca è però cosparsa da incertezze, indifferenza verso tutto ciò che non lo riguarda in prima persona e mancanza di impegno sociale. L'adolescente vive una crisi di ideologie e valori, percorrendo così la via della sperimentazione verso "[...] ciò che è già o che vorrà diventare in futuro". (Pietropoli Charmet, 2008, Fragile e spavaldo, ritratto dell'adolescente di oggi, pp.27-28). In questa lunga riflessione, l'adolescente si mette in discussione, ragiona su se stesso e sui

cambiamenti che sta sperimentando iniziando così a distinguere quali reali obiettivi perseguire. Ciò che crea maggior tensione è lo “scontro” tra sé presente e sé futuro, sé sognato e sé progettato, dove queste diverse spinte portano il soggetto verso la propria realizzazione, a cui egli può rispondere arrendendosi di fronte alla discrepanza tra di esse oppure traendone vantaggio per la costruzione del suo futuro (Palmonari, 2001, Gli adolescenti.).

Si può ben osservare come anche questo disorientamento, caratterizzato dalla forte mancanza di punti fissi e valori a cui potersi affidare, segnali l'incertezza del soggetto, come lo porti a non riconoscersi, a non sapere più chi sia. Infatti, è molto più semplice per lui affermare cosa non è più o cosa non è ancora, rispetto a cosa è in quell'istante.

L'adolescente sente di dover sottostare a rigidi standard corporei condivisi socialmente, andando quindi a ricercare una perfezione fisica che spesso non è raggiungibile. È piuttosto comune la presenza di una discrepanza, seppur anche lieve, tra le caratteristiche fisiche e quelle che sono le aspettative prefissate dal contesto sociale in cui egli è inserito. In questo caso l'adolescente si ritrova spesso vittima della propria insoddisfazione giungendo a soluzioni non ottimali per la propria salute fisica, quali diete drastiche e/o esercizi spropositati per cercare di raggiungere quella perfezione tanto voluta, il cui fine ultimo è la tanto desiderata approvazione dei suoi simili (Weinshenker, 2002, Adolescence and body image).

In relazione a questo si può inoltre affermare come gli adolescenti oggi debbano affrontare un'ulteriore sfida all'interno della sfida stessa: l'uso massiccio, e in continua crescita, dei social network e della televisione trasmette infatti un ideale ferreo di bellezza a cui le giovani ragazze e i giovani ragazzi sono costantemente esposti. Questo porta l'adolescente ad un confronto diretto tra il corpo ideale, a cui ispirarsi, e il suo corpo imperfetto, considerato come non all'altezza e che di conseguenza arriva a provocare un senso di inadeguatezza nell'adolescente (Pietropolli Charmet, 2018, L'insostenibile bisogno di ammirazione). Autori come Aparecida Conti, Toral Bertolin e Verzinhasse Peres descrivono in un loro articolo i mass media come “[...] luoghi estremamente potenti in termini di produzione e circolazione di una serie di valori, concezioni, rappresentazioni legate all'apprendimento quotidiano di chi siamo, cosa dovremmo fare con il nostro corpo, tra gli altri.”. Dallo studio si evince dunque chiaramente la forte relazione negativa percepita nella relazione tra i mass media e il corpo tra gli adolescenti. (Aparecida Conti, Toral Bertolin e Verzinhasse Peres, 2008, The media and the body: what the young people have to say?).

A favore di questi dati, Fischer in un suo scritto afferma chiaramente quanto i media esercitino pressione, specialmente tra le ragazze, sull'immagine corporea, nonostante esse stesse siano consapevoli di questa forte influenza negativa. È quindi evidente come i media producano degli

schemi fisici, delle mode, degli stereotipi che hanno un forte impatto sulla mente fragile dell'adolescente plasmandone non solo il comportamento ma anche e soprattutto il pensiero. (Fischer, Il dispositivo pedagogico dei media: modi di educare sulla (e attraverso) la TV., 2002). Risulta evidente come spesso l'immagine corporea si rifletta in un pensiero negativo da parte dell'adolescente e che questo influenzi inevitabilmente l'autostima, già di per sé debole e delicata in un periodo complicato come l'adolescenza. È proprio da questo pensiero negativo e dall'attuazione di soluzioni estreme, come citato precedentemente, che si può arrivare a sviluppare anche disturbi alimentari piuttosto gravi quali anoressia, bulimia o *binge eating*. (Verplanken, Velsvik, 2008, Habitual negative body image thinking as psychological risk factor in adolescents).

Tuttavia, il corpo non deve essere osservato solo come un elemento negativo, bensì anche come importante strumento di comunicazione.

Sempre più comune negli adolescenti è la pratica del piercing: adornarsi orecchie, naso, labbra, lingua e altre parti del corpo con sfarzosi anellini e brillantini. Se in passato questa pratica dolorosa e cruenta poteva essere considerata come esagerata e trasgressiva, nonché come atto autolesionista, oggi la potremmo definire quasi come un rito di passaggio attraverso cui i giovani segnano l'indipendenza e prendono effettivamente il possesso del loro corpo modificandolo a loro piacimento per trasmettere il proprio messaggio. L'adolescente riesce così ad utilizzare il corpo a proprio vantaggio: come strumento simbolico e comunicativo; ma soprattutto attraverso queste decorazioni conquista lo sguardo dell'altro riuscendo nel suo intento di farsi ammirare (Pietropolli Charmet, 2018, L'insostenibile bisogno di ammirazione). Oggi possiamo estendere questo nuovo modo di comunicare anche attraverso i *tattoo*, sebbene in percentuale minore rispetto alla pratica del piercing. Questa moda permette all'adolescente non solo di attirare l'attenzione altrui, bensì anche di stupire e di poter imprimere in maniera indelebile sulla propria pelle aspetti della sua identità rivoluzionaria in transizione. Ciò che egli decide di tatuarsi può essere di diversa natura: un nome, una frase, uno o più soggetti, qualcosa che rappresenti il proprio orientamento o la propria cultura. Tuttavia, non è significativo solo l'elemento tatuato, ma anche il posto dove lo si è disegnato. Se in passato si tendeva a nasconderselo, oggi la situazione è opposta, lo si sfoggia infatti in bella vista come un qualcosa di identificativo e di cui andare molto fieri. La presenza di questo segno permanente sulla pelle ha un grande ruolo per l'adolescente in quanto manda un messaggio all'occhio dell'osservatore, come detto già precedentemente, ma questo assume un significato ben più profondo valendo molto più di qualsiasi parola perché è un suo segno riconoscitivo, unico e distintivo (Ammaniti, 2018, Adolescenti senza tempo). In un articolo di Cegolon, Xodo e Mastrangelo, in cui si

considera un campione di studenti delle scuole secondarie del Nord Est Italia, è emerso che il 6% aveva almeno un tatuaggio, mentre il 20% un piercing. Di notevole importanza è però un ulteriore dato dello studio: la presenza di un'alta percentuale di studenti che desidera effettivamente una modificazione corporea, con il 47% per il tatuaggio e il 25% per i piercing (Cegolon, Xodo, Mastrangelo, 2010, Characteristics of adolescents who expressed indifference or no interest towards body art).

L'adolescente deve inoltre riuscire a mentalizzare il proprio corpo, ovvero rappresentarsi nella mente, costruirsi un'immagine mentale ricca di dettagli e affetti con l'obiettivo di arrivare a percepire se stesso e ragionarci in termini astratti e simbolici. Questo passo è essenziale per la costruzione e organizzazione del nuovo Sé dell'adolescente. Egli passa quindi dal non curare il proprio corpo e il proprio aspetto per non attirare l'attenzione altrui, tipico dell'infanzia e della preadolescenza, al curarlo, abbigliarlo, truccarlo e profumarlo per piacere agli altri oltre che a se stesso, dargli forma e renderlo coerente con le aspettative e i valori interiori. Dunque, il corpo acquisisce in questo modo il ruolo di specchio che riflette all'esterno ciò che di bello è presente all'interno del soggetto. L'obiettivo di questo processo non è tanto di valenza estetica, quanto più di identificazione (Pietropolli Charmet, 2018, L'insostenibile bisogno di ammirazione).

### **Paragrafo 1.3: Il forte bisogno di ammirazione**

Come affermato precedentemente, è chiaro come ogni adolescente alle prime armi col nuovo corpo senta la necessità di dover piacere, di dover attirare l'attenzione e lo sguardo altrui. Questa ricerca di ammirazione però non ha nulla a che fare con il ruolo o la posizione sociale del soggetto, bensì con il Sé, il quale è importante ricordare essere ancora in costruzione durante questa fase. Dunque, per riuscire a soddisfare questa fondamentale necessità per l'adolescente ciò che conta sono le azioni, il comportamento attuato al fine di ricevere quel riconoscimento, quel sentimento di comprensione e vicinanza che solo uno sguardo, una stretta di mano, un abbraccio o altri semplici gesti possono dare.

Tuttavia, l'effetto, seppur intenso e colmo di significato, ha una breve durata. È solamente un piccolo assaggio della grande quantità di sostegno e approvazione di vitale importanza che l'adolescente ricerca e necessita come se fosse ossigeno. L'ammirazione è quell'evento che viene paragonato ad un piccolo riflettore che finalmente viene puntato sul soggetto il quale, seppur per poco tempo, finalmente riesce ad uscire dal suo cono d'ombra andando ad incrementare momentaneamente la sua autostima.

Potremmo quindi definire questa dipendenza dal giudizio altrui come un punto debole del nostro “Narciso”: egli ha una costante paura che la creazione del suo nuovo Sé, la sua crescita fisica e il suo sviluppo mentale non vengano riconosciute con la giusta importanza o che addirittura possano essere disprezzate. Egli prova quindi a destreggiarsi nelle prove poste dalla quotidianità, attraverso prove ed errori, nel tentativo di raggiungere quell’attenzione desiderata per ricevere dagli altri la validazione e il conforto ricercato. Proprio per questo motivo nell’adolescente inizia ad innescarsi un sentimento di inadeguatezza, di non sentirsi all’altezza della società, di non riuscire a rispettare le aspettative. La non approvazione e valorizzazione da parte degli altri può portare a conseguenze distruttive per l’adolescente facendo nascere in lui sentimenti di vergogna per il fallimento (Pietropoli Charmet, 2008, Fragile e spavaldo).

#### **Paragrafo 1.4: Nascita del sentimento di vergogna**

Molti ragazzi provano sensi di colpa non tanto per i possibili castighi e punizioni loro assegnati, bensì proprio per la costante ricerca di successo, ammirazione, bellezza a cui necessariamente consegue il terrore della brutta figura, di risultare ridicoli o peggio invisibili agli occhi altrui.

Ciò che ogni adolescente spera è di poter riuscire almeno a ridimensionare questo sentimento così pervasivo da influenzare l’autostima (da cui è a sua volta influenzato). Se quest’ultima, anziché essere forte e solida per sostenere l’adolescente nelle difficoltà incontrate, è bassa e fragile, l’adolescente tenderà ad essere ancora più vigile nei confronti del contesto sociale diventando così più prudente al fine di poter proteggere quella poca autostima che ha a disposizione per paura di raggiungere un acuto livello di vergogna (Pietropoli Charmet, 2018, L’insostenibile bisogno di ammirazione).

Possiamo dunque ricapitolare delineando come in realtà sia proprio il bisogno di ammirazione, di successo, di riscontro positivo e valorizzazione a portare l’individuo fragile a provare il sentimento di vergogna nel momento in cui affronta il suo limite, portando quindi all’evento traumatico. Alla base di questo procedimento il funzionamento del sé ha un ruolo fondamentale. Ogni adolescente si trova a dover fronteggiare i propri ideali e le proprie aspettative. Quando il sé è in accordo con questi siamo di fronte alla presenza di una buona autostima, e ciò permetterà quindi al soggetto di poter raggiungere i propri obiettivi e di poter affrontare con sicurezza gli eventuali insuccessi. Quando invece non ci troviamo di fronte ad un accordo tra sé e aspettative, allora subentra la vergogna. Il ruolo dell’autostima in questo caso è quindi vincolante proprio perché va a caratterizzare la personalità del soggetto e, in base alla reazione di quest’ultimo, ne risentirà in positivo o in negativo a seconda proprio della sua risposta comportamentale ed

emotiva. Nel caso in cui essa arrivi a sovrastarlo di aspettative, a volte anche troppo elevate per il soggetto, di fronte al non raggiungimento dell'obiettivo prefissato egli rimarrà deluso da se stesso andando così ad indebolire maggiormente l'autostima.

Possiamo quindi notare come ci sia una relazione circolare che leghi autostima e personalità del soggetto, dove la prima influenza la seconda e viceversa.

La conseguenza di questo sentimento, nato dall'aver fatto una brutta figura e/o dal sentirsi inadeguati, porta ad evitare l'affronto delle situazioni sociali arrivando a sentire un forte bisogno di allontanarsi dal contesto ed isolarsi (Pietropolli Charmet, 2018, L'insostenibile bisogno di ammirazione).

### **Paragrafo 1.5: L'autostima**

Come affermato nel paragrafo precedente, nel rapportarsi con le aspettative della società e il suo bisogno di apprezzamento, l'adolescente va a confrontarsi con la sua autostima. La maggior parte dei giovani non ne possiede una forte e consolidata tale da proteggerli dal giudizio altrui e dal divario tra le rigide aspirazioni e le mete poste come obiettivo da raggiungere. Proprio in riferimento a questo, Pietropolli Charmet descrive il basso livello di autostima come una forte lacuna che tormenta molti adolescenti. Per comprendere al meglio questo complesso aspetto, che l'autore definisce come "[...] il voto vicino alla sufficienza che uno si dà [...]", possiamo quindi ipotizzare che il numero assegnato a se stesso da ogni adolescente sia, con molta probabilità, tendenzialmente basso perché basato sulla rappresentazione che ha di se stesso, del proprio corpo, dei fallimenti e delle vittorie, dell'andamento scolastico, delle relazioni sociali e molto altro (Pietropolli Charmet, 2018, L'insostenibile bisogno di ammirazione pp. 11-14).

In uno studio di Khanlou viene rilevata una differenza di genere in relazione al livello di autostima. Sebbene quest'ultima dipenda da molti fattori, quali il numero e l'intensità delle relazioni sociali, lo stile di vita, le esperienze e gli atteggiamenti nei confronti di se stessi, si è osservato un livello maggiore di autostima negli adolescenti maschi.

La propria svalutazione spesso avviene perché non si possiede ancora una solida identità di Sé tale da poter essere consapevoli del proprio valore (Khanlou, 2004, Influences on adolescent self-esteem in multicultural Canadian secondary schools). Si possono quindi ricondurre facilmente i risultati dello studio a quanto affermato precedentemente. Le giovani ragazze risentono delle pressioni sulla bellezza estetica e sull'immagine corporea, in conseguenza delle quali con molta probabilità la differenza tra la realtà e il loro ideale di perfezione, sentito meno negli adolescenti maschi, pesa sul livello di autostima da loro posseduto.

In relazione a quest'ultimo punto trattato, una ricerca condotta da Raustorp e Lindwall va a porre l'accento sull'autostima fisica. I risultati fanno emergere come sia tra i ragazzi che tra le ragazze dai 12 e ai 15 anni ci siano correlazioni più forti con l'autostima fisica motivata dall'attrattiva verso la forza, il corpo e le condizioni fisiche. Nell'età compresa tra i 17 e i 22 anni i risultati invece diventano divergenti: nelle ragazze la correlazione è più forte in relazione alle competenze sportive, mentre nei ragazzi è più alta nell'attrazione verso il corpo e la forza fisica (Raustorp e Lindwall, 2014, Physical self-esteem--a ten-year follow-up study from early adolescence to early adulthood).

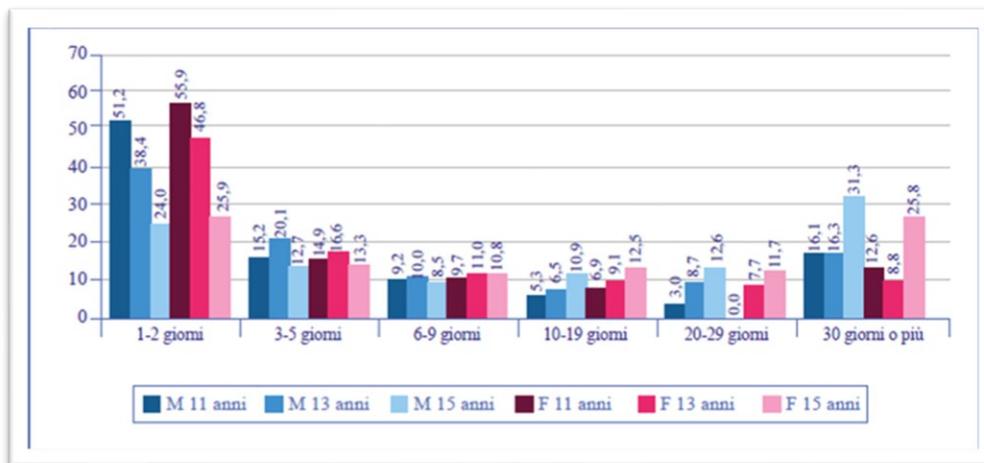
### **Paragrafo 1.6: Condotte a rischio nell'adolescente: il fumo delle sigarette e il consumo di alcolici**

Come affermato precedentemente, durante l'adolescenza l'individuo assume un comportamento a tratti irrispettoso nei confronti delle figure genitoriali. È qui che nasce la necessità dell'adolescente di andare contro i propri genitori, di fare e attuare scelte a volte sbagliate e non salutari. Alcune di queste, che possiamo considerare tra quelle non salutari, sono rappresentate dal fumo di tabacco e dal consumo di alcolici. Purtroppo, i dati fanno emergere come una grande percentuale di giovani ragazzi e ragazze intraprendano questa scelta sia per volontà di trasgredire, ma anche per uniformarsi e non sentirsi esclusi, elemento critico in questa fase della vita.

Andando ad approfondire la questione del fumo, molti studi affermano che la maggior parte dei fumatori di tabacco ha preso quest'abitudine proprio durante l'adolescenza già a partire dagli 11 anni. Non sono state rilevate grandi differenze sulla percentuale di fumatori in relazione al contesto, legate quindi alla vita in piccoli paesi o in grandi città. Tuttavia, è emerso come nei piccoli contesti prevalgano i fumatori di sesso maschile, mentre nelle città primeggino le fumatrici. Essendo un'abitudine possiamo considerare come alcuni fattori di rischio possano andare ad influenzare e consolidare questa dipendenza, quali l'età, l'abitudine presente già in altri componenti del gruppo dei pari e dei genitori (Gaeta, Del Castello, Cuomo, L'Effuso, Pirera, Boccalatte, 1998, Personal, familial and environmental factors influencing the inclination of smoking in adolescents: differences between sexes and between city and small-town dwellers).

Secondo i dati della rilevazione HBSC-Italia del 2018 la percentuale di ragazzi che dichiarano di fumare tabacco aumenta con il progredire dell'età con una marcata differenza di genere a 15 anni, età in cui i dati rilevano il 24,8% di ragazzi e il 31,9% di ragazze. I dati sono comunque

positivi in quanto la percentuale di giovani fumatori è in leggera diminuzione rispetto alla rilevazione effettuata nel 2014. Invece, per quanto riguarda la sigaretta elettronica, i dati non sono così positivi. Gli studenti che la utilizzano sono più che raddoppiati passando dall'8,4% del 2014 al 17,5% del 2018, in particolare sono i ragazzi ad usarla abitualmente di più, circa il 21,9%, rispetto alle ragazze che sono soltanto il 12,8% (salute.gov.it, 2018).



(Figura 1: Proporzione % di giovani che hanno dichiarato di aver fumato almeno una sigaretta nell'ultimo mese per numero di giorni in cui hanno fumato, età e genere. Fonte: ISS)

Le motivazioni che spingerebbero a fumare sono diverse: fattori di rischio ambientali (accessibilità ai prodotti a base di tabacco, accettazione del tabacco nel contesto sociale), fattori sociodemografici (basso livello socioeconomico) e fattori comportamentali-individuali (basso livello di scolarità, scarse capacità nel resistere all'influenza sociale, basso livello di autostima e di autoefficacia). (salute.gov.it)

Un fattore che ne facilita il consumo, come accennato poc'anzi, è la facile reperibilità del prodotto. Questo perché, nonostante per legge ci sia il divieto di vendita ai minori di 18 anni, gli adolescenti acquistano le sigarette o il tabacco senza riscontrare problemi dalle macchinette elettroniche poste all'esterno dei rivenditori o nei tabacchini situati nelle vicinanze delle scuole. Indubbiamente questo è un elemento fondamentale per la nascita e il proseguimento di questa cattiva condotta.

Essendo un atteggiamento scorretto, particolarmente per gli adolescenti, sono state messe in atto diverse azioni per scoraggiare i fumatori con l'obiettivo di far ridurre questo comportamento. Tra queste troviamo l'azione dei media e delle pubblicità contro il tabacco; in uno studio del 2008 di Sutfin, Szykman e Chapman Moore, gli autori si sono focalizzati su tre

fattori: mettere in pericolo gli altri, circostanze di vita negative e manipolazione dell'industria. Si è potuto notare come gli adolescenti esposti a pubblicità su circostanze di vita negative hanno segnalato minori intenzioni di fumare rispetto a quelli esposti a pubblicità di controllo e manipolazione del settore. Tuttavia, i risultati hanno comunque mostrato come tutte e tre gli approcci abbiano una componente efficace di controllo del tabacco in relazione agli adolescenti. (Sutfin, Szykman e Chapman Moore, 2008, *Adolescents' responses to anti-tobacco advertising: exploring the role of adolescents' smoking status and advertisement theme*).

Un altro comportamento a rischio consiste nel consumo di alcolici. Sebbene anche per questo è presente il divieto per i minorenni, è una pratica piuttosto diffusa nei giovani.

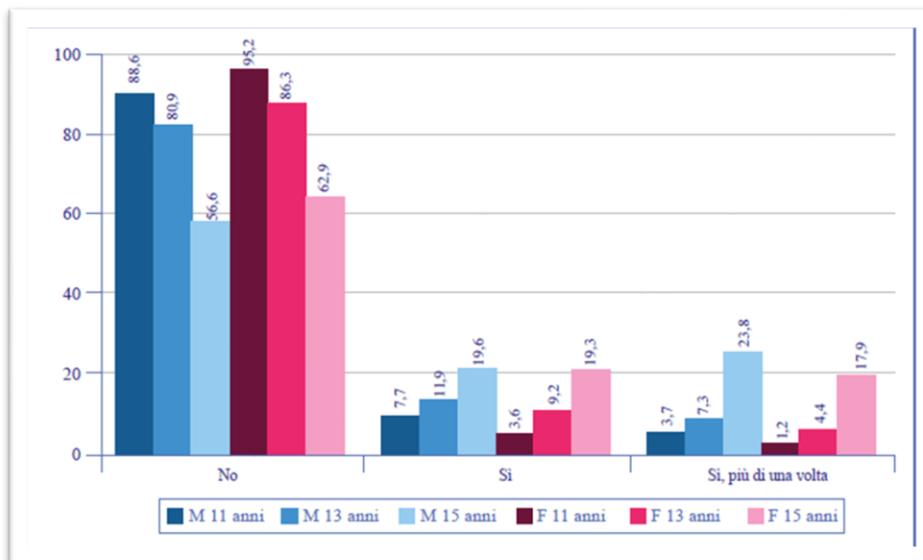
È innanzitutto importante distinguere la differenza tra un consumo moderato caratterizzato da una dose bassa di alcolici, da un consumo eccessivo e smisurato. Per basso consumo l'Istituto Superiore di Sanità ha delineato dei rigidi parametri: l'assunzione di 2-3 unità alcoliche al giorno per gli uomini, 1-2 unità alcoliche al giorno per le donne, solamente 1 unità alcolica al giorno per gli ultra 65enni e zero unità di alcol sotto i 16 anni (Istituto Superiore di Sanità).

Generalmente l'assunzione di basse quantità di alcolici porta ad una disinibizione comportamentale a cui si aggiunge il peggioramento delle abilità motorie e intellettive con l'aumentare della quantità di sostanza ingerita (Julien, 1997, *Droghe e farmaci psicoattivi*).

Il consumo di alcolici, come si riscontra anche nell'uso di tabacco, può portare ad una doppia dipendenza: sia fisica che psicologica. A livello fisico è importante distinguere come una bassa quantità può apportare benefici salutari sul piano fisico, soprattutto in ambito cardio-cerebrovascolare, metabolico, scheletrico (in post-menopausa) e neurologico, può inoltre ridurre il rischio di arteriopatia coronarica e di sviluppare il diabete di tipo 2. A livello psicologico si va invece a considerare il benessere psicosociale, il grado di inserimento sociale, dove anche qui l'alcol ha un ruolo favorevole per basse quantità ingerite, mentre per un consumo eccessivo può apportare risultati opposti come isolamento e disadattamento (Bonino e Cattelino, 1998, *Adolescenti e Salute: dalla ricerca all'intervento, i comportamenti a rischio per la salute ed a rischio psicosociale in adolescenza*).

Lo studio condotto da HBSC in collaborazione con l'Ufficio Regionale Europeo dell'Organizzazione Mondiale della Sanità si è focalizzato sulla raccolta di dati inerente all'assunzione di almeno 5 o più bicchieri di bevande alcoliche in un'unica occasione nell'ultimo anno. Questo comportamento viene definito *binge drinking*. I risultati mostrano che solo una minima percentuale di giovani ragazzi di 11 anni (11,4% di ragazzi e 4,8% di ragazze) hanno avuto episodi di *binge drinking* e che la maggior parte di questi lo ha sperimentato solo una volta. Per quanto riguarda i tredicenni i dati non variano molto nei ragazzi, con una

percentuale pari al 11,9%, mentre nelle ragazze il fenomeno pare raddoppiare, giungendo al 9,2%. I dati sono meno incoraggianti per gli adolescenti dai 15 anni: circa un ragazzo su due ha sperimentato questo comportamento almeno una volta nell'ultimo anno, mentre la percentuale dei ragazzi che lo hanno fatto più di una volta corrisponde al 23,8%. Anche nelle ragazze il fenomeno è allarmante in quanto il 37,1% ha avuto episodi di *binge drinking*, e fra questi il 19,3% solo una volta mentre il 17,9% più volte. (Istituto Superiore di Sanità, 2018-2021)



(Figura 2: Proporzione % di giovani che hanno dichiarato di aver praticato binge drinking, per età e genere. Fonte: ISS)

Si possono inoltre ricondurre diverse funzioni all'intensità dell'assunzione di alcolici che possiamo raggruppare in quattro contesti, ovvero quello della socialità e comunicazione, quello della gioia e della festa, quello della costruzione dell'identità e infine quello della fuga e dell'evasione.

Il consumo di alcol ha un ruolo importante nella socializzazione, non solo ha una funzione comunicativa, ma offre un'opportunità di incontro e di condivisione, divenendo così una sorta di momento rituale per gli adolescenti che collega la partecipazione e l'atto dell'assunzione e di consolidamento della relazione.

L'alcol è motivo anche di gioia, usato spesso come bevanda da sorseggiare alle feste, eventi mondani particolarmente attrattivi per i giovani. Come già detto in precedenza, il consumo genera disinibizione, per questo motivo i giovani colgono le occasioni festive per farne uso in modo tale da stare insieme più spensierati e amichevoli.

Un'altra funzione citata precedentemente comprende i processi di costruzione e consolidamento dell'identità. Il ciclo di vita, ma in particolar modo l'adolescenza, è

caratterizzata dall'equilibrio tra identificazione e differenziazione. In questo caso l'assunzione di alcolici, così come anche il fumo di sigarette, permette all'adolescente di potersi differenziare dall'infanzia e identificarsi con gli adulti. È importante anche sottolineare il ruolo dell'identificazione con i coetanei, motivo per cui si può essere portati al consumo in compagnia. Si può inoltre considerare anche l'elemento della sperimentazione, dell'apertura al nuovo per esplorare lati della propria identità in costruzione.

L'ultima funzione citata riguarda la fuga, in questo caso si fa riferimento per lo più agli adolescenti che fanno abuso dell'alcol per evadere e non solo per semplice esplorazione o per imitazione. Spesso questi soggetti non si limitano al solo consumo di alcolici per provare sensazioni forti e allontanarsi dalle preoccupazioni e responsabilità della quotidianità (Bonino e Cattelino, 1998, Adolescenti e Salute: dalla ricerca all'intervento, i comportamenti a rischio per la salute ed a rischio psicosociale in adolescenza).

\*\*\*\*\*

È ormai chiaro come l'adolescente venga colto di sorpresa dai notevoli cambiamenti a cui è soggetto, sia a livello fisico che mentale. Tuttavia, è importante non sottovalutare il forte impatto che tutto questo ha dal punto di vista emotivo sull'individuo. La consapevolezza di doverlo affrontare da solo è impensabile per lui, proprio per questo motivo è di fondamentale importanza il ruolo delle relazioni che ha già instaurato e che instaurerà, dove queste potranno avere un ruolo di sostegno, come un'ancora a cui aggrapparsi, o un ruolo di confronto, come un'onda che rifrange sugli scogli.

## **CAPITOLO 2: L'IMPORTANZA DELLE RELAZIONI E DEL GRUPPO**

Come già affermato in precedenza, l'adolescenza è un periodo del ciclo di vita particolarmente intenso e costituito da una moltitudine di sfide. Come sostenne l'esperto Havighurst già nel '900, la ricerca dell'indipendenza è un elemento costante e rappresentativo di questa fase. Tuttavia, uno dei compiti di sviluppo del soggetto, descritto nella lista proposta dall'autore, è proprio quello di intrecciare nuove relazioni, allargare il gruppo di conoscenze, instaurare legami più maturi con i pari di entrambi i sessi e raggiungere l'indipendenza emotiva dei genitori. Sebbene oggi gli studi abbiano evidenziato come la posizione di Havighurst fosse legata al momento storico in cui visse, si può affermare ancora oggi come molti conflitti adolescenziali rientrino nella due sfere delle relazioni con i genitori e con i gruppi dei pari. A supporto di questa idea lo psicologo Coleman propose nel suo modello focale alcuni compiti di sviluppo importanti, tra cui l'ansia per le relazioni, il conflitto coi genitori ed il timore di non venire accettati in un particolare gruppo (Palmonari, (2001). Gli adolescenti).

Inoltre, le relazioni all'interno del gruppo assumono anche un ruolo di sostegno strumentale per l'adolescente rispetto alle difficoltà a cui va incontro, aiutando quindi il soggetto nella scelta e nell'applicazione della strategia migliore da attuare al fine di risolverle in modo ottimale. Altre importanti funzioni sono di svago, di coinvolgimento, di confronto e di cooperazione oltre che di stima collettiva (Palmonari, 2011, Psicologia dell'educazione).

È però importante distinguere le diverse tipologie di gruppi all'interno dei quali l'individuo si inserisce classificandoli in primari, o informali, e secondari, o formali. I primi sono aggregazioni naturali e spontanee, il cui scopo consiste nell'intensità delle relazioni fra i membri, il prototipo di gruppo primario è rappresentato dalla famiglia, ma non solo in quanto anche il gruppo dei pari ne è un esempio. Questo tipo di gruppo, che corrisponde alla compagnia, tendenzialmente è percepito come l'aggregazione al cui interno si condividono gli interessi del momento. I gruppi formali hanno una struttura omogenea, hanno elementi in comune come un obiettivo o un compito che va a delinearne le attività e sono caratterizzati da regole che vanno a determinare il comportamento all'interno. Alcuni esempi sono la scuola, un'associazione sportiva, un contesto religioso e politico (Palmonari, 2011, Psicologia dell'adolescenza).

### **Paragrafo 2.1: L'adolescente e la famiglia**

La famiglia è il legame più naturale e forte che ci lega e svolge un ruolo importante di sostegno per l'individuo per tutto l'arco di vita, ma in particolar modo durante questa fase. Uno dei

compiti più importanti per ogni genitore è quello di stabilire con i propri figli un rapporto di fiducia, di lealtà, di comunicazione efficace ed ottimale al fine di raggiungere il giusto equilibrio.

Durante questa fase l'adolescente sente il bisogno di conseguire una propria indipendenza, ma allo stesso tempo prova paura e incertezza per questo passo. Proprio per questo motivo è importante la presenza dei genitori al suo fianco in modo tale da offrirgli il sostegno e l'aiuto di cui necessita. Tuttavia, l'adolescente non vede la loro presenza come una fonte importante da cui attingere, bensì li percepisce come invasori del suo spazio personale, una minaccia per l'indipendenza voluta e con l'intento di violare la sua privacy. Dunque, se da un lato abbiamo dei genitori impegnati a sostenere e preparare il proprio figlio alla vita adulta, dall'altro abbiamo un adolescente con una visione opposta che percepisce la sua famiglia come soffocante ed opprimente, cercando di allontanarsi e spezzare quel legame affettivo instaurato e coltivato fin dall'infanzia.

Come sostiene Palmonari, l'obiettivo da raggiungere dovrebbe essere visto come un'impresa evolutiva congiunta che permetta un reciproco distacco senza rotture irreparabili. In questo modo l'adolescente riuscirebbe ad allontanarsi dalla famiglia sapendo di poter contare sempre sul suo supporto, mentre per i genitori si tratterebbe di accettare la separazione del figlio continuando a restare un luogo sicuro per lui o lei.

I rapporti all'interno del contesto familiare cominciano a cambiare dal momento in cui l'individuo inizia a ragionare in termini astratti e riflessivi, rendendo questi rapporti più paritari e simmetrici a differenza della relazione gerarchica precedente. L'acquisizione del pensiero riflessivo, dell'identità e di una propria autonomia, che include la rinegoziazione dei ruoli familiari, genera tensioni e conflitti più o meno significativi (Palmonari, 2001, Gli adolescenti).

Come affermato in precedenza uno degli obiettivi dell'adolescente è quello di raggiungere la propria autonomia, di emanciparsi. Questa conquista rimane comunque un processo lungo, complicato e graduale. Se in passato questo passaggio si consolidava con l'uscita dell'individuo dalla casa familiare, oggi non è più così. I vari cambiamenti sociali e istituzionali hanno portato all'innalzamento dell'effettiva età in cui un soggetto può riuscire a rendersi totalmente indipendente dalla famiglia, soprattutto a livello economico. Si può quindi evincere che per emancipazione non si intenda tanto una rottura dei rapporti familiari quanto una negoziazione che renda i rapporti più paritari, in modo tale da permettere all'individuo di intraprendere nuove conoscenze, instaurare nuove relazioni e prendere decisioni in modo autonomo (Zani, 2021, Le relazioni familiari).

Quest'ultima possibilità, che comprende diversi ambiti che vanno dalla scelta del proprio hobby, all'abbigliamento e ancora al quando e con chi uscire, può essere una delle cause dei diversi scontri all'interno della famiglia: se da un lato l'adolescente vuole essere libero nelle proprie scelte, dall'altro il genitore vuole ancora far valere il proprio ruolo decisionale. Secondo uno studio di Laursen, Coy e Collins l'intensità e la frequenza dei conflitti sono maggiori in coincidenza con la pubertà, andando pian piano a diminuire con il progredire del tempo (Laursen, Coy e Collins, 1998, *Reconsidering Changes in Parent-Child Conflict across Adolescence: A Meta-Analysis*).

All'interno dei conflitti e delle relazioni possiamo inoltre andare a definire delle differenze sostanziali sia nel modo di approcciarsi con le figure genitoriali che per gli argomenti trattati e il tempo trascorso insieme. Palmonari descrive, secondo una visione più tradizionalista, le madri come più empatiche, che trasmettono una maggior fiducia all'adolescente nel confidarsi, discutere dei problemi e dei sentimenti. Si evidenzia inoltre come questa percezione sia maggiore nelle figlie rispetto ai figli in quanto esse si sentono maggiormente comprese e sostenute, cosa che per i ragazzi viene scambiata per un'eccessiva intrusione nella loro sfera privata. Se gli adolescenti si affidano con più facilità alla mamma per discorsi emotivi, la figura paterna è invece collegata meno all'apertura, al dialogo, ai sentimenti, ed è ritenuta invece come più autoritaria, più esigente, rigida alle regole e che richiede maggior rispetto. (Palmonari, 2001, *Gli adolescenti*). Tuttavia, oggi possiamo osservare una situazione ben diversa dove già dai primi mesi di vita del neonato il padre assume una figura maggiormente paritaria rispetto alla madre nella cura dei figli. Per questo motivo possiamo affermare che oggi i ruoli sono interscambiabili: si può avere una madre più rigida e un padre più affettuoso così come una circostanza opposta. Gli archetipi delle culture del passato sul padre e sulla madre sono ormai superati, cercando di eliminare i vecchi stereotipi relativi alla figura paterna come "capo famiglia". Possiamo quindi vedere una figura paterna di supporto sia a livello emotivo che razionale, ligio al rispetto e all'autorevolezza per affiancare e sostenere il proprio figlio o figlia nell'affrontare le sfide evolutive poste dall'adolescenza. (Ammaniti, 2018, *Adolescenti senza tempo*).

## **Paragrafo 2.2: I contesti extrafamiliari: la scuola, gli insegnanti e il gruppo classe**

L'adolescente non si interfaccia solo con la famiglia, ma anche con contesti extrafamiliari. Il principale tra questi è la scuola, la quale svolge un ruolo importante non solo perché è il primo

mondo al di fuori della famiglia con cui si confronta, ma anche perché svolge diversi ruoli fondamentali per il suo sviluppo: a livello educativo per la formazione e acquisizione di nuove competenze, capacità e valori, e come luogo di conoscenza al fine di instaurare nuove relazioni (Vanni, 2012, Scuola e dintorni. Adolescenti e adulti nei contesti extrafamiliari).

La scuola è un contesto importante all'interno del quale l'adolescente può sperimentare diverse strategie relazionali, come sostiene il rapporto IARD pubblicato nel 2007. In esso viene appunto sottolineato come la scuola secondaria di secondo grado sia la principale fonte di amicizia in Italia tra i giovani, seguita poi dalla scuola elementare e infine dalla scuola secondaria di primo grado (Cavalli e Argentin, 2007, Giovani a scuola. Un'indagine della Fondazione per la Scuola realizzata dall'Istituto IARD). Qui l'individuo non solo ha la possibilità di creare la propria visione del mondo e dei valori che caratterizzeranno la sua identità, ma ha l'opportunità di interfacciarsi sia con le autorità, dunque con docenti e personale scolastico (relazioni verticali), sia con i pari, ovvero compagni di classe e dell'intero plesso (relazioni orizzontali). Come affermato precedentemente la scuola fa parte dei gruppi formali ed è caratterizzata da regole e obiettivi da raggiungere stabiliti in comune. I legami che si vengono a creare possono essere di diverse tipologie, come per esempio di ammirazione o ostilità verso gli adulti o ancora di amicizia, collaborazione al conflitto e competizione per quanto riguarda i coetanei.

Soffermandoci sulla classe intesa come studenti e docenti, un elemento importante è la relazione che si viene a creare tra essi. È fondamentale che sia positiva, che generi sentimenti di fiducia e sostegno nei ragazzi in quanto il rapporto tra le due parti influisce non solo sull'apprendimento, che è l'obiettivo principale della scuola, ma anche sull'impegno, sulla comunicazione, sulla motivazione allo studio, andando quindi a disincentivare il disimpegno e la rinuncia che portano inevitabilmente all'abbandono precoce della carriera scolastica. Una comunicazione efficace all'interno della relazione insegnante-studente può portare quest'ultimo a sviluppare una migliore rappresentazione di sé, potenziare capacità e competenze, incentivare la libera espressione del proprio pensiero (Molinari e Speltini, 2011, Il contesto scolastico).

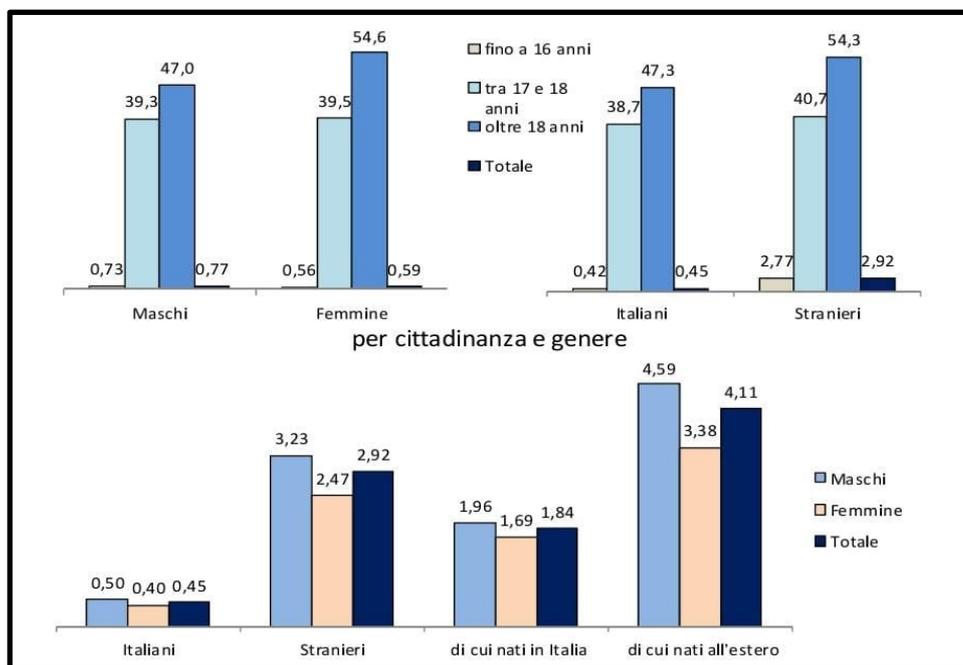
Un altro elemento chiave come sottogruppo che possiamo prendere in esame è il gruppo classe. Possiamo conciliare quest'ultimo col gruppo dei pari, tuttavia in questo caso le dinamiche relazionali nel contesto scolastico assumono caratteristiche diverse in quanto i rapporti si delineano seguendo due moti. Il primo consiste nel forte bisogno di differenziarsi dagli altri, di far emergere le proprie capacità, la propria personalità e rendersi così unico; dall'altro lato però lo studente sente il bisogno di assimilarsi, di far parte di gruppi sociali con delle proprie caratteristiche, identità e regole non scritte che vanno a delineare l'atteggiamento assunto da

tutti i membri. È quindi facilmente osservabile come di fatto gli adolescenti siano mossi da bisogni contrastanti, dove il loro compito è quello di trovare un equilibrio tra queste due forze opposte in modo tale da appartenere al gruppo sociale desiderato ma allo stesso tempo riuscire a differenziarsi all'interno di esso (Rubini e Moscatelli, 2011, I rapporti con le istituzioni).

In questa fase dobbiamo pensare la scuola come il luogo dove le capacità personali vengono valutate e confrontate sia a livello individuale che collettivo. Per far sì che questo accada è però necessario che alla base sia presente un buon livello di autoefficacia che possa andare ad influenzare positivamente la motivazione, l'interesse e il successo scolastico. Uno dei primi a parlare di autoefficacia fu Bandura che la definì come un elemento fondamentale per predire l'eventuale successo o insuccesso scolastico, migliore della sola analisi delle abilità individuali. Questo perché il motivo del livello della prestazione, indipendentemente che questo sia alto o basso, non può dipendere solo dalla effettiva mancanza delle abilità, ma soprattutto dal senso di efficacia che il soggetto ha e che può permettere, o non permettere, un utilizzo ideale (Bandura, 2000, Autoefficacia. Teorie e applicazioni). Un altro elemento da non sottovalutare è il confronto con gli altri. Il diverso gruppo in cui un soggetto è inserito può determinare quale abilità verranno alimentate e quali invece trascurate. Dunque, la sua importanza non è da sottovalutare: un basso livello può rendere il soggetto maggiormente ansioso a livello scolastico, può portare a sovrastimare la difficoltà dei compiti, alla preoccupazione per il possibile fallimento o anche solo al non raggiungimento degli obiettivi fissati da se stesso o dai genitori. Tutto questo inevitabilmente può portare l'adolescente a sottostimarsi, andando in alcuni casi a rappresentare esperienze così negative da portare alla scelta dell'abbandono scolastico. L'autoefficacia va quindi ad influenzare fortemente il successo nelle sfide scolastiche che il soggetto si trova ad affrontare (Arace, 2019, Adolescenti a scuola).

Nella scuola, in particolar modo negli ultimi anni, si può osservare un aumento del disagio scolastico percepito, sia in termini di dispersione e abbandono scolastico, che di bullismo e cyberbullismo. Per quanto riguarda il primo fenomeno i dati pubblicati dal MIUR nell'anno 2019 relativi agli anni scolastici 2016/2017 e 2017/2018 mostrano che dei frequentanti a settembre 2016 ha abbandonato la scuola secondaria di I grado, nel corso dell'a.s. 2016/2017 e nel passaggio all'a.s. 2017/2018, lo 0,4% degli alunni con età inferiore ai 14 anni, il 6,2% degli alunni con un'età compresa tra i 14 e 16 anni e il 41,4% degli alunni con età superiore ai 16 anni. È possibile notare da questi report non solo che il tasso di dispersione è notevolmente maggiore nel sud Italia, ma che in generale gli studenti stranieri tendano ad abbandonare la scuola dell'obbligo maggiormente rispetto ai colleghi italiani. È interessante notare anche che, sebbene siano gli alunni maschi che in media abbandonano maggiormente gli studi, una volta

superata l'età dell'obbligo sono le femmine a presentare tassi di abbandono complessivo più elevati, in particolare con una percentuale del 54,6% (MIUR, 2019, La dispersione scolastica nell'anno scolastico 2016/2017 e nel passaggio all'anno scolastico 2017/2018).



(Figura 3, Fonte MIUR, 2019)

Le cause del *drop out*, ovvero del disagio e dell'abbandono scolastico, sono molteplici:

- individuali come una bassa autostima e motivazione, disabilità o DSA;
- familiari come disinteresse dei genitori o litigi all'interno della famiglia;
- socioeconomiche come un basso livello di reddito o una cittadinanza straniera;
- dell'ambiente scolastico stesso come isolamento, bullismo o cyberbullismo (Arace, 2019, Adolescenti a scuola).

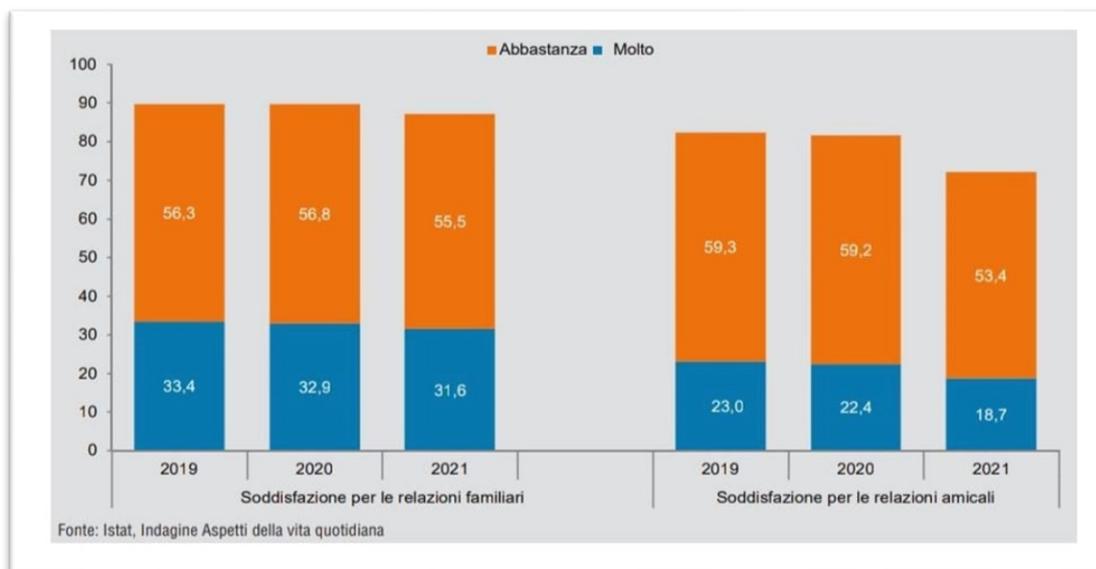
Il problema del bullismo è un tema ancora attuale purtroppo, incrementato dalla recente versione del cyberbullismo. Questo fenomeno consiste nella manifestazione di azioni violente ed intimidatorie da parte di un bullo nei confronti di una vittima sia nel contesto sociale (bullismo) che in rete (cyberbullismo) (Ministero della salute, 2021, Bullismo e cyberbullismo). Il bullismo implica la volontà e l'intenzione di arrecare un danno o un disagio in modo occasionale o sistematico (Arace, 2019, Adolescenti a scuola). Inoltre, esistono diverse forme: diretto o indiretto, fisico o verbale. Diversi studi dimostrano come il fenomeno sia diffuso in modo omogeneo tra maschi e femmine, dove però i primi prediligono una forma più fisica, mentre le seconde più verbale o relazionale. (Caravita, 2004, L'alunno prepotente. Conoscere e contrastare il bullismo nella scuola).

L'unica caratteristica che differenzia il bullismo e il cyberbullismo è il contesto. Il primo avviene all'interno del contesto scolastico e quindi si estende solamente all'interno di questo, il secondo invece avviene in rete, è più intrusivo perché si estende oltre le mura scolastiche andando a garantire l'anonimità del bullo e riducendone il senso di responsabilità (Arace, 2019, Adolescenti a scuola).

### **Paragrafo 2.3: Il gruppo dei pari: fonte indispensabile per l'adolescente**

Per l'adolescente il gruppo dei pari assume un ruolo centrale nelle dinamiche relazionali dopo la famiglia. Caratteristica peculiare è la presenza di membri che possiedono all'incirca la stessa età ed è proprio il fatto che condividono le stesse sfide evolutive che porta l'adolescente ad aggregarsi per affrontare insieme i cambiamenti fisici, comportamentali, sociali e dell'identità. L'adolescente nel gruppo si sente realmente compreso e supportato. All'interno i vari membri si identificano e assumono modi di vestire, di comportamento e interessi simili, si omologano, creando anche delle proprie regole.

I rapporti coi coetanei accompagnano l'adolescente in tutto questo lungo processo di crescita, ma le modalità di stare insieme cambiano nel tempo (Palmonari, 2011, Psicologia dell'adolescenza). Queste variano in base all'età, che delinea la necessità di bisogni diversi, all'intensità e significatività della relazione, non solo per quanto riguarda le esperienze vissute in compagnia, ma anche per il tempo trascorso insieme. Se nell'infanzia e nella preadolescenza le relazioni sono più mirate al divertimento e alla condivisione del tempo libero con gli amici prediligendo amicizie con persone dello stesso sesso, con l'adolescenza la situazione cambia. La presenza del gruppo dei pari è di fondamentale importanza proprio perché, come evidenziato dall'indagine ISTAT del 2009, gli adolescenti tendono a passare il tempo in compagnia quasi tutti i giorni (ISTAT, 2009). A tal proposito si possono commentare i dati di due ricerche ISTAT che mostrano l'importanza delle relazioni amicali. Possiamo affermare come la quantità di tempo trascorso col gruppo di amici e l'intensità delle relazioni possa essere considerato secondo un livello di soddisfazione dei rapporti amicali. I dati in relazione alla soddisfazione delle relazioni amicali per gli adolescenti del 2019 non hanno subito variazioni rilevanti rispetto al 2018. Purtroppo, ad oggi la situazione ha subito un duro cambiamento in negativo causato dall'isolamento forzato a causa della pandemia del Covid-19. Possiamo osservare nella figura 1 come tra il 2019 e il 2021 la soddisfazione delle relazioni amicali diminuisca nel complesso dall' 82,3% al 71,1%, in particolar modo nel secondo anno di pandemia (ISTAT, 2020).



(Figura 4: Persone di 14 anni e più che si dichiarano molto o abbastanza soddisfatte delle relazioni familiari e amicali. Anno 2019, 2020 e 2021 in %. Fonte: ISTAT)

Dunque, il gruppo dei pari assume sempre più importanza nella vita degli adolescenti, diventando un vero e proprio polo di attrazione, un punto di appoggio, una distrazione dallo stress e un rifugio dalla conflittualità coi genitori. Qualunque sia il tipo di gruppo, da compagni di scuola a compagni della squadra sportiva, da amici d'infanzia a vicini di casa, compagni di gioco o di studio, all'interno di esso l'adolescente si confronta, condivide, supporta, aiuta e si rispecchia negli e con gli altri in una relazione di reciprocità (Arace, 2019, Adolescenti a scuola).

Parlando di rispecchiamento con i coetanei è fondamentale fare una distinzione a seconda della fase dell'adolescenza. Nella prima adolescenza i ragazzi e le ragazze tendono a conformarsi, a diventare un tutt'uno con gli altri membri. Questo è facilitato anche dalla preferenza dei soggetti a passare molto più tempo con persone dello stesso sesso, come affermato precedentemente, che hanno interessi opposti: mentre i ragazzi prediligono le attività e lo sport, le ragazze invece passano il tempo a parlare e confidarsi (Palmonari, 2001, Gli adolescenti).

Lo psicoanalista Jeammet propone inoltre il concetto di spazio psichico allargato delineandolo come una dilatazione dei confini personali del proprio Sé. In questo modo per l'adolescente i propri pari, così come anche gli insegnanti e i genitori, vanno ad impersonare aspetti psichici del suo mondo psichico (Jeammet, 1992, Psicopatologia dell'adolescenza). Possiamo poi classificare un periodo intermedio, di solito in corrispondenza con il passaggio dalla scuola secondaria di primo grado alla scuola secondaria di secondo grado, in cui alcune amicizie si perdono mentre altre proseguono acquisendo maggior importanza. È piuttosto comune che in

questa fase l'individuo faccia parte di più gruppi, frequentandoli con intensità diverse. Si possono intendere questi come primi esperimenti di aggregazione, dove la maggior parte di essi non diventeranno dei veri e propri gruppi, ma appunto solo tentativi con l'obiettivo di entrare a far parte di un gruppo ben consolidato. Solo in un secondo momento, in contemporanea allo sviluppo di un pensiero più astratto, l'individuo abbandona il conformismo, si approccia maggiormente col sesso opposto e rende le relazioni più consolidate e profonde (Palmonari, 2001, Gli adolescenti). Dunque, in questa fase il rispecchiamento negli altri di cui si parlava precedentemente fa riferimento alle sfide evolutive che gli adolescenti affrontano, non più tanto come identità. Infatti, come afferma Arace, l'adolescente deve sperimentare il senso di vicinanza rassicurante, di appartenenza, ma senza venirne inglobato, correndo quindi il rischio di conformarsi. È importante che egli capisca chi è, che si crei una sua identità personale, che si veda come una persona e non solo come membro di un gruppo. Questo inevitabilmente per il ragazzo o la ragazza implica un impegno nella ricerca dell'equilibrio tra la dipendenza e l'indipendenza, tra dominanza e sottomissione al gruppo stesso (Arace, 2019, Adolescenti a scuola).

Il più comune gruppo in cui ogni individuo è inserito è la compagnia, intesa proprio come il gruppo di amici con cui ci si incontra molto spesso, in un luogo definito dove i vari membri conversano e si confidano. È interessante notare come proprio all'interno di essa si vengano a creare mode, preferenze musicali, discussioni sui libri letti o i film visti, *slang* che caratterizzano mode giovanili di esprimersi e molto altro. Si può classificare tutto ciò che avviene all'interno di una compagnia come una cultura adolescenziale (Arace, 2019, Adolescenti a scuola).

Potremmo così definire anche questo impegno come una sfida evolutiva dell'adolescente volta a maturare non solo a livello identitario, ma anche nel modo di rapportarsi, in particolar modo con i pari, e di imparare strategie per affrontare e risolvere i problemi all'interno dei gruppi.

#### **Paragrafo 2.4: Il mondo virtuale: le relazioni e i potenziali rischi**

Negli ultimi decenni le dinamiche relazionali hanno assunto forme nuove grazie allo sviluppo di tecnologie sempre più all'avanguardia. Uno di questi strumenti è Internet, e in particolar modo i social network. Grazie a questi media i giovani d'oggi hanno la possibilità di tenersi in contatto, scambiarsi informazioni e foto, conoscere nuove persone o interrompere relazioni senza il bisogno di incontrarsi necessariamente di persona. Inoltre, una delle caratteristiche proprie di questa realtà parallela è il tipo di comunicazione che permette di aumentare la

sensazione di vicinanza delle persone con cui si è in contatto. Questo è il risultato degli instant messaging: comodo e utile per mantenere e approfondire le relazioni, ma pericoloso in alcuni casi soprattutto per tutte le persone che usano questi servizi per adescare vittime giovani. È dunque evidente come le dinamiche sociali abbiano subito un notevole cambiamento con la diffusione delle nuove tecnologie nella vita di tutti i giorni (Palmonari, 2011, Psicologia dell'adolescenza).

Per le nuove generazioni tutto questo è la normalità, parte integrante della loro quotidianità in quanto vivono costantemente connessi alla rete (Arace, 2019, Adolescenti a scuola). Gli adolescenti corrono il rischio di un eccesso di attaccamento al gruppo, spendendo troppo tempo nelle relazioni, dal vivo o virtualmente, a discapito di altri impegni come quello scolastico, sportivo o familiare.

È aperto il dibattito sulle conseguenze dell'uso di internet: per alcuni autori questo va ad esercitare un'influenza negativa sull'individuo andando ad aumentare la solitudine e diminuendo la partecipazione sociale, a differenza di altri autori che sostengono il contrario (Shaw e Gant, 2002, In defense of the internet: the relationship between Internet communication and depression, loneliness, self-esteem, and perceived social support).

Per gli adolescenti l'uso dei social media, come per esempio Facebook o Instagram, rappresenta uno spazio virtuale alternativo, un rifugio dove sentirsi al sicuro tenendo lontane figure di riferimento come i genitori. Un elemento che può giocare un doppio ruolo, sia positivo che negativo, consiste nella creazione della propria identità virtuale. Non essendoci regole fisse in questo spazio virtuale, ognuno può creare la sua identità in modo totalmente falso, totalmente autentico oppure mostrando solo i lati positivi, avvincenti ed invidiabili della propria persona (Ammaniti, 2018, Adolescenti senza tempo). Come sostengono le ricerche sul tema dei social, come per esempio quella di La Barbera, La Paglia e Valsavoia del 2009, è un evento solito quello di rappresentarsi al meglio, positivamente con l'obiettivo di essere desiderabili, ammirati. È dunque inevitabile che vengano celati aspetti di sé quali paure e insicurezze. Una possibile spiegazione che viene offerta da alcuni autori è la compensazione: si crea nel mondo virtuale la persona che si vorrebbe essere, ma che nella realtà autentica non si è o non si riesce ad essere (La Barbera, La Paglia e Valsavoia, 2009, Social network and addiction).

Anche lo psicologo Gardner si è occupato di questo tema piuttosto discusso. In un suo saggio l'autore arriva ad affermare che i nuovi adolescenti non solo sono cresciuti con le *app*, ma addirittura che considerano il mondo circostante come un insieme di *app* che risponde ad ogni loro richiesta e necessità. Da questo è inevitabile che mostrino in questo mondo virtuale solo il meglio, andando così a creare un'identità "confezionata", progettata a tavolino in modo tale da

dare alle persone con cui si relazionano la migliore immagine di sé (Gardner e Davis,2014, Generazione App. La testa dei giovani e il nuovo mondo digitale).

Possiamo quindi definire gli adolescenti moderni come “nativi digitali”, termine coniato da Mark Prensky nel 2001 per indicare quelle generazioni che sono cresciute a stretto contatto con la tecnologia. La conseguenza di ciò è lo spasmodico bisogno di essere costantemente in contatto con le persone, la necessità del “tutto e subito” a cui sono abituati e che spiega la notevole diffusione dell’uso esagerato dei social network (Turvani, Cirillo e Lancini, 2012, Adolescenti in crisi e mondo virtuale).

Uno dei problemi odierni è legato all’abuso di queste tecnologie chiamato “internet addiction” e consiste in una dipendenza da internet. Sono state condotte diverse ricerche per indagare il confine tra utilizzo fisiologico e patologico, tanto che alcuni studi vogliono introdurre lo IAD (Internet Addiction Disorder) all’interno della nuova versione del DSM-5. Il prototipo dei soggetti con questa dipendenza segue un profilo di cyberdipendente, una sorta di drogato virtuale con un eccessivo utilizzo di tempo su internet. Questi studi sono supportati da diverse ricerche, tra cui alcune italiane che mostrano come circa il 12% degli adolescenti abbia un rapporto problematico con internet, prevalentemente questi soggetti sono maschi di età compresa tra i 13 e i 15 anni. Per rapporto problematico in questa ricerca si intende un vissuto frustrante con il proprio corpo, una generale difficoltà con le relazioni, scarsa autostima, vissuti problematici e fallimentari in diversi ambiti. Di questo 12%, lo 0.8% rientra nella categoria degli abusatori mediatici caratterizzati da forte dipendenza (Turvani, Cirillo e Lancini, 2012, Adolescenti in crisi e mondo virtuale).

\*\*\*\*\*

Possiamo quindi affermare come l’adolescente, durante questo delicato periodo del ciclo di vita, sia sostenuto da diverse figure di riferimento e sostegno e sottoposto a diverse difficoltà e rischi che deve affrontare. Nella grande maggioranza dei casi l’adolescente riesce a sfruttare tutte le figure di sostegno, descritte in questo capitolo, per superare gli ostacoli in modo ottimale. Tuttavia, una percentuale sempre maggiore di giovani non riesce a affrontare brillantemente queste prove arrivando a provare sofferenza, disagio, vivendo un periodo di forte stress e di crisi. Questo può portare il soggetto a prendere decisioni sbagliate, anche drastiche, come l’autolesionismo o l’ideazione suicida, argomento che verrà approfondito nel prossimo capitolo.

## **CAPITOLO 3: IL TENTATIVO ANTICONSERVATIVO**

Come affermato precedentemente, l'adolescenza è una fase del ciclo di vita piuttosto complicata e caratterizzata da innumerevoli compiti di sviluppo che, se non affrontati e superati con successo, possono risultare deleteri per la salute psicofisica del soggetto. L'adolescente può sentirsi fragile, preso dallo sconforto e non capito, arrivando a creare pensieri negativi, talvolta intrusivi e con finali tragici quali l'autolesionismo e il tentativo anticonservativo. Non è facile comprendere quali e quante idee portino l'adolescente a prendere la nefasta decisione che lo spinge verso un atto così estremo, ma in questo capitolo verranno descritti alcuni fattori che possono influenzare la loro insorgenza.

### **Paragrafo 3.1: Il parasuicidio e il suicidio**

Il tentativo anticonservativo è preceduto da ideazioni suicidarie pervasive. I motivi del loro affioramento possono essere i più disparati, all'occhio di un adulto magari anche banali, ma che vengono percepiti dall'adolescente come di notevole rilevanza, fonte di malessere e sofferenza. È inoltre importante ricordare che il suicidio e i suoi tentativi non sono gesti impulsivi, bensì una tacita richiesta di aiuto. Alcuni fattori di rischio per l'adolescente sono i litigi familiari, gli insuccessi scolastici, la non accettazione del proprio corpo, le difficoltà relazionali che possono portare all'isolamento, al bullismo o al più recente cyberbullismo (Marocco Muttini, 2008, Disagio adolescenziale e scuola).

Gli atti anticonservativi, o parasuicidio, sono tentati suicidi che non hanno un esito fatale, indipendentemente dalla volontà del soggetto, e presentano un'incidenza maggiore rispetto a quella del suicidio, stimata circa dalle 10 alle 20 volte inferiore (World Health Organization: Figures and facts about suicide. WHO, Geneva, 1999).

Dare una definizione del parasuicidio non è così semplice come per il suicidio. Quest'ultimo viene descritto dall'OMS come "un atto dall'esito fatale, che viene deliberatamente intrapreso e portato a termine da una persona nella piena consapevolezza delle conseguenze definitive di un simile gesto." (OMS, 1986). Per il parasuicidio è più complesso dare una definizione. Innanzitutto, ciò che distingue i due fenomeni è il risultato: da un lato abbiamo un esito fatale mentre dall'altro solo un tentativo. Inoltre, in particolar modo in adolescenza, non dobbiamo pensare che i tentativi siano dei suicidi non riusciti, in quanto dietro a questo gesto spesso non c'è l'obiettivo di togliersi la vita. In questo caso bisogna considerarlo più come un modo per cercare di attirare l'attenzione su di sé attraverso una disperata richiesta di aiuto e per provocare quindi una reazione che spinga verso un cambiamento che possa portare ad una situazione

sopportabile per l'adolescente. In alcuni di questi casi purtroppo, nonostante non ci sia un chiaro desiderio di morte, per una serie di sfortunate coincidenze si può verificare un esito fatale (Olivieri Ferraris, Rusticelli, Stevani e Zaccariello, 2009, Chiamarsi fuori. Ragazzi che non vogliono più vivere).

Diversi autori hanno inoltre parlato di ideazione suicidaria attiva e passiva. La prima fa riferimento a pensieri attuali, specifici, con desiderio di morire e il cui fine ultimo è di agire attuando comportamenti letali. Quella passiva si differenzia dalla precedente solo per il fatto che questi pensieri non vengono poi concretizzati. Spesso i pensieri passivi vengono sottovalutati considerandoli di minor rilevanza rispetto a quelli attivi. Purtroppo, questo ragionamento è totalmente sbagliato in quanto entrambe le tipologie richiedono la stessa attenzione e importanza (Harmer, Lee, Doung e Saadabadi, 2022, Suicidal ideation).

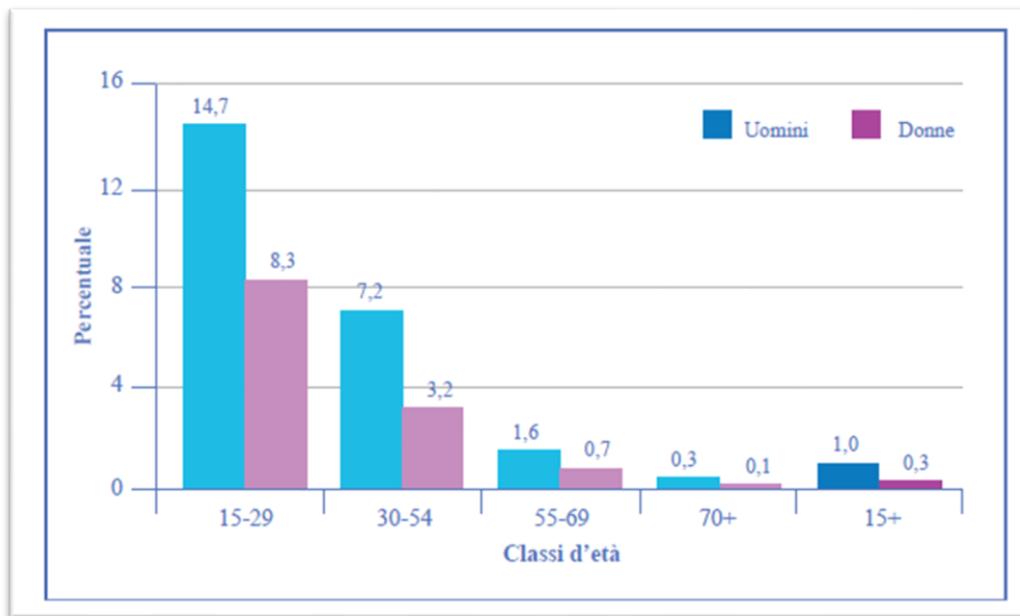
Possiamo quindi definire il parasuicidio come “un atto dall'esito non fatale che l'individuo intraprende deliberatamente e senza l'intervento di altre persone al fine di ottenere dei cambiamenti nella propria situazione di vita attraverso le conseguenze fisiche reali o attese del gesto stesso” (APA, 2003).

Dal rapporto dell'OMS del 2012 è emerso come questo fenomeno anche a livello mondiale sia un problema di notevole rilevanza per il sistema sanitario pubblico, in particolar modo nella popolazione di età compresa tra i 15 e 29 anni. Secondo i dati, sia mondiali che italiani, il suicidio è stimato sia la seconda causa di morte in questa fascia d'età (Rainone, Tenore, Bertuzzi, Cantarano, Carenti, Cruciani, De Angelis, Fabene, Govetto, Gregni, Liso, Pietracci, Sabatini, Sisto, Spennato e Tommasi, 2014, Il fenomeno del suicidio: epidemiologia e definizioni).

I dati in Italia mostrano una differenza di percentuale sia per genere che per età dei suicidi: è maggiore tra gli uomini rispetto alle donne, ma soprattutto c'è una notevole predominanza nei giovani rispetto alle altre fasce d'età. Come si può notare nella figura 5, nei giovani uomini tra i 15 e i 29 anni è stimato il 14,7% del totale dei decessi, i quali scendono sempre di più nelle altre fasce d'età passando dal 7,2% allo 0,7%. Per quanto riguarda le giovani donne tra i 15 e i 29 anni i decessi per suicidio rappresentano l'8,3% di tutti i decessi registrati in quella fascia di età e diminuiscono con l'età passando dal 3,2% allo 0,1%. È quindi evidente da questo studio che il tasso di mortalità causata dal suicidio in adolescenza sia quasi il doppio nei ragazzi rispetto alle ragazze. (Ghirini e Vichi, 2020, Caratteristiche e andamento temporale della mortalità per suicidio in Italia: uno studio descrittivo sugli ultimi 30 anni).

Questi dati preoccupanti sono anche supportati da un altro studio simile del 2019, dove il campione di riferimento è costituito da giovani di età compresa tra i 15 e i 19 anni. I risultati

mostrano una percentuale piuttosto elevata di questo tasso, con rispettivamente il 69% per i ragazzi e il 31% per le ragazze andando quindi a confermare la riflessione dello studio precedente dove emerge che il fenomeno è maggiore negli adolescenti di sesso maschile (UNICEF, 2022, Brief - un'analisi con focus sull'Europa del rapporto annuale dell'Unicef "La condizione dell'infanzia nel mondo: Nella mia mente").



(Figura 5: Percentuale di suicidi sul totale dei decessi per genere e fasce d'età in Italia nel 2006. Fonte: ISS)

È anche interessante andare ad osservare i metodi più rilevanti usati dagli adolescenti per compiere quest'azione. La maggior parte sceglie l'impiccagione come metodo principale (42,7% nei ragazzi e 49,1% nelle ragazze), seguita poi dalla precipitazione da un luogo elevato (24,8% e 31,6%) e dal compiere un salto davanti ad un oggetto in movimento (13,8% e 5,3%). Come si può osservare nella figura 6 ci sono altri metodi utilizzati meno frequentemente come l'uso di armi da fuoco, avvelenamento da sostanza e altre droghe, annegamento, ferite da taglio e altro. (Ghirini e Vichi, 2020, Caratteristiche e andamento temporale della mortalità per suicidio in Italia: uno studio descrittivo sugli ultimi 30 anni).

Metodi utilizzati per attuare il suicidio	15-29 anni			
	%.	n.		
Uomini			Donne	
Impiccagione	42,7	105	Impiccagione	49,1
Armi da fuoco	8,5	21	Armi da fuoco	0
Precipitazione da luoghi elevati	24,8	61	Precipitazione da luoghi elevati	31,6
Avvelenamento da monossido di carbonio	1,6	4	Avvelenamento da monossido di carbonio	0
Avvelenamento da droghe e altre sostanze	1,6	4	Avvelenamento da droghe e altre sostanze	1,8
Annegamento	0,8	2	Annegamento	3,5
Salto davanti a un oggetto in movimento	13,8	34	Salto davanti a un oggetto in movimento	5,3
Ferite da taglio	1,2	3	Ferite da taglio	0
Altro	4,9	12	Altro	8,8

(Figura 6: Metodi per attuare il suicidio negli adolescenti in Italia nel 2006. Fonte: ISS)

In relazione a questo Pommereau afferma che in generale i maschi utilizzano spesso dei metodi suicidari più violenti e radicali rispetto alle femmine che tenderebbero a mettere in atto metodi più “delicati”. Questo però non esclude che non possano esserci ragazze che optino per metodi più drastici e violenti e viceversa ragazzi che scelgano modi più pacati. Non c’è ancora una spiegazione provata del perché questo avvenga, anche se diversi autori ipotizzano che ci possa essere un collegamento con la natura maschile più violenta. (Pommereau, 1996, La tentazione estrema. Gli adolescenti e il suicidio).

Osservando la tabella nella figura 6 possiamo inoltre trovare delle corrispondenze positive in relazione al pensiero di Pommereau, in quanto abbiamo una percentuale alta di morti più irruente nei ragazzi, come l’uso di armi da fuoco o ferite da taglio, diversamente dalle ragazze che sono pari a 0 e viceversa percentuali più alte in quest’ultime di morti più “dolci” come l’annegamento e l’uso di sostanze come farmaci.

### **Paragrafo 3.2: I fattori di rischio e i compiti evolutivi in adolescenza**

Durante l’adolescenza l’individuo si trova di fronte ad una moltitudine di situazioni che possono metterlo più o meno in difficoltà. Da qui emerge chiaramente l’importanza delle capacità del soggetto nell’elaborazione e nella gestione dei sentimenti e dei conflitti. È inoltre importante ricordare che l’adolescente vive in un momento in cui vuole “tutto e subito”, impulsivo e dove ogni cosa viene amplificata sentendosi intrappolato in una situazione di crisi, talvolta senza la visione di una prospettiva futura migliore. Il risultato è quindi lo sfogo di questa tensione,

dell'aggressività, e della frustrazione facendo così emergere dei comportamenti negativi di attacco al proprio corpo come l'autolesionismo, l'abuso di sostanze, i disturbi alimentari e/o i tentativi di suicidio.

Possiamo elencare diversi fattori di rischio legati ai tentativi anticonservativi nell'adolescenza che non devono essere considerati singolarmente come spiegazione del fenomeno, bensì come variabili che possono andare ad influenzare il comportamento.

Uno dei principali fattori di rischio è la presenza di precedenti tentativi di suicidio. Se il soggetto ha già compiuto quest'azione in passato, c'è una probabilità maggiore, che varia tra il 25 e il 33%, che tenda a ripeterla in futuro aumentando così la pericolosità della situazione. Questo vale anche nel caso in cui persone vicine a lui o lei hanno già provato precedenti tentativi.

Un altro fattore è l'abuso di sostanze come alcolici e droghe, spesso in concomitanza con disturbi dell'umore. Diversi studi hanno evidenziato una correlazione tra la frequenza nel consumo di alcolici tra gli adolescenti e il tasso di suicidi, dove si stima una percentuale compresa tra il 26 e il 62%. Inoltre, i soggetti che assumono droghe, per lo più maschi, hanno una percentuale tripla di compiere suicidi rispetto a chi non ne fa uso. In questo caso la percentuale di casi di tentativi di suicidio sotto uso di sostanze è stimata tra il 35 e il 66%.

Un ulteriore fattore di notevole importanza è la presenza di disturbi mentali. Il disturbo presente nella maggior parte degli adolescenti che hanno tentato il suicidio è la depressione o la distimia, chiamata anche disturbo depressivo maggiore, con una percentuale che varia tra il 49 e il 64% e maggiormente presente nelle ragazze. È abbastanza comune che soggetti che presentano questo tipo di diagnosi abbiano pensieri di morte e ideazioni suicidarie; tuttavia, è importante sottolineare come il solo disturbo non sia sufficiente a spingere l'adolescente verso un atto così estremo, di solito è necessaria la concomitanza con altri disturbi, un cattivo rapporto con la famiglia o con gli amici (Olivieri Ferraris, Rusticelli, Stevani e Zaccariello, 2009, Chiamarsi fuori. Ragazzi che non vogliono più vivere).

Un fattore di rischio molto importante è la solitudine, da distinguere rispetto all'*hopelessness* e all'isolamento sociale. Per solitudine si intende la condizione di imporsi di stare da soli senza però percepirla come isolamento, caratterizzata tendenzialmente da forte timidezza e scarso interesse per le relazioni sociali. L'isolamento consiste invece in un evitamento volontario delle interazioni sociali e tutto ciò che riguarda la convivialità. La solitudine è alla base di molti disturbi, tra cui depressione e disturbi di personalità, tutti fattori che posso caratterizzare un rischio per l'adolescente nella condotta suicida. Per *hopelessness* si intende invece l'atteggiamento per cui ci si sente senza speranza per le relazioni interpersonali vissute o desiderate, per le difficoltà poste dalla società, per l'assenza di prospettive future o di

miglioramento (Tornatola, Suicidio e adolescenza. I segnali da cogliere). L'idea per cui il soggetto si percepisce come senza prospettive è sostenuta anche da Beck. Per lui questo è l'elemento fondamentale su cui porre l'attenzione in quanto la disperazione che ne deriva è un fattore predittivo del comportamento suicida che ne consegue.

Fino ad ora abbiamo analizzato alcuni dei fattori di rischio che riguardano unicamente il soggetto, tuttavia anche il contesto in cui è inserito può avere un'influenza sulle idee pervasive dell'adolescente: uno di questi è proprio il contesto familiare. I cambiamenti improvvisi o rivoluzionari possono turbare la sfera psichica del giovane, come per esempio ripetuti litigi tra genitori, il loro divorzio o la creazione di una nuova famiglia. Il difficile adattamento che può derivarne, il passaggio traumatico da un contesto conosciuto ad uno estraneo, come il passaggio dalla propria famiglia a quella del nuovo compagno o compagna del genitore, o la sola presenza monogenitoriale può esercitare una certa influenza sull'ideazione suicidaria. Questa tesi è supportata da diversi studi scientifici che collegano appunto la trasformazione del contesto familiare con la difficoltà di adattamento. Un'ulteriore difficoltà può essere il cambiamento delle condizioni socioeconomiche. (Olivieri Ferraris, Rusticelli, Stevani e Zaccariello, 2009, Chiamarsi fuori. Ragazzi che non vogliono più vivere).

Un punto critico che può influire è anche la scuola e in particolare la condotta scolastica. È piuttosto comune che in questa fase complicata l'adolescente incontri difficoltà o perda interesse nella scuola. Diversi studi mostrano come l'insuccesso scolastico sia la seconda causa di suicidio negli adolescenti. Dietro a questa triste decisione ci sono diversi aspetti. È importante considerare la scuola come luogo in cui il soggetto può sperimentarsi e mettere alla prova le proprie capacità (Malizia, 2016, Suicidio e tentato suicidio in adolescenza. Cause, motivi, significati e interventi). Come mostrano diverse ricerche, il tasso di fallimento scolastico è ancora decisamente alto e questo rischia di influenzare negativamente il soggetto, portandolo a crearsi un'idea sbagliata di sé rappresentandosi come un fallito, aggravando la già precaria condizione psichica di transito della propria identità. Possiamo ricondurre questo non solo alla scarsa motivazione mostrata dai soggetti per l'importanza della scuola e di ciò che la caratterizza, ma anche al precario senso di autoefficacia che inevitabilmente influiscono sul rendimento scolastico (Palmonari, 2011, Psicologia dell'adolescenza).

Un fattore di rischio di natura piuttosto moderna è rappresentato dal mondo virtuale di cui però si parlerà in modo più approfondito nel paragrafo successivo.

### **Paragrafo 3.3: Il ruolo dei mass media**

I primi studi che si occuparono della relazione tra i comportamenti suicidari e i mass media, all'epoca relativa alla notevole diffusione della televisione, risalgono agli anni 50 del '900. Negli anni a seguire venne approfondito il fenomeno iniziando a parlare di "Effetto Werther". Con quest'espressione ci si riferisce al fenomeno per cui la notizia di un suicidio pubblicata dai mezzi di comunicazione di massa può provocare all'interno della società una catena di altri suicidi (Wikipedia, Effetto Werther). In un recente report l'OMS ha richiesto ai mass media una maggiore attenzione nel presentare i casi di suicidio, soprattutto di persone famose, evitando di usare un linguaggio sensazionalistico e di descrivere in modo esplicito le modalità suicidarie con annesse fotografie o video. (WHO, 2014, Preventing suicide. A global imperative).

Alla base di questo effetto si trova il grado di identificazione e aderenza a questa "realtà" trasmessa in particolar modo agli adolescenti attraverso i mass media, e oggi in particolar modo grazie ai social media, che paragonano e considerano come eventi del mondo reale. (Olivieri Ferraris, Rusticelli, Stevani e Zaccariello, 2009, Chiamarsi fuori. Ragazzi che non vogliono più vivere).

Per gli adolescenti moderni è ormai essenziale l'uso di Internet sia per la creazione della propria identità, ma soprattutto come strumento di comunicazione come una sorta di interazione sociale virtuale. Spesso viene sottovalutato il forte potere del mondo virtuale e dei pericoli collegati a questo. È importante differenziare l'uso moderato dalla dipendenza: diversi studi mostrano come oggi i giovani abbiano una forte dipendenza da internet. Ricerche recenti hanno evidenziato una "catena" che collega diversi fenomeni: sembra che la dipendenza da internet possa aumentare il senso di solitudine, il quale se in quantità eccessiva può generare ideazioni suicidarie che possono quindi portare all'aumento dei suicidi. Khatcherian et al. si sono chiesti se ci fosse qualche correlazione tra solitudine, uso eccessivo di Internet e rischi dell'ideazione suicidaria. Non sono emersi risultati evidenti da questo studio, lasciando quindi spazio per ricerche future (Khatcherian, Zullino, De Leo e Achab, 2022, Sentimenti di solitudine: comprensione del rischio di ideazione suicidaria negli adolescenti con dipendenza da Internet. Un modello teorico per rispondere a una revisione sistematica della letteratura, senza risultati). Qualche mese dopo è stato pubblicato un altro articolo sugli effetti della dipendenza da Internet, questa volta sugli adolescenti coreani, attraverso un sondaggio sul Web partendo da studi che mostrano come l'uso eccessivo di dispositivi smartphone sia associato all'autostima, allo stress, ansia, depressione, conflitti e comunicazione sociale. L'obiettivo dello

studio era verificare la possibile relazione tra uso eccessivo di Internet e l'ideazione suicidaria e/o suicidio. I risultati hanno mostrato come un eccessivo uso possa aumentare il rischio di comportamenti suicidari (Shinetssetseg et al., 2022, Association between Smartphone Addiction and Suicide).

È quindi evidente la forte influenza dei mass media (televisione, internet, youtube, forum), e in particolare dei social media, che può condizionare la quotidianità andandosi a sommare a quella determinata dall'ambiente circostante reale. Gli adolescenti riferiscono di attuare questi comportamenti per ottenere una sensazione positiva oppure per dare sollievo ad una negativa (Amianto, 2017, Breakdown adolescenziale: sfide e risorse. Problematiche psicologiche in adolescenza e strategie possibili di soluzione).

Spesso i giovani sottovalutano la pericolosità del mondo virtuale, prendendo sottogamba fenomeni particolarmente gravi. Un esempio è dato dal fenomeno dei giochi mortali, come la sfida della Blue Whale lanciata sui social nel 2017 partendo dalla Russia per poi diffondersi anche in Italia. Si tratta di una vera e propria manipolazione mascherata sotto l'idea di sfida. Questa challenge consiste in 50 regole e sfide da portare a termine in 50 giorni, partendo da azioni semplici come farsi un taglio sulla mano, a guardare video macabri per tutta la notte e con sfida finale al buttarsi giù da un palazzo, registrando sempre tutto e da usare come prova per il superamento della sfida. Alla base di questo terribile "gioco" c'è l'obiettivo di portare l'adolescente adepto all'isolamento attraverso la sottomissione e la manipolazione mentale. Possiamo considerare la Blue Whale Challenge come una forma indotta di suicidio, dove il soggetto viene sì manipolato, ma è egli stesso a decidere di partecipare a questa sfida sebbene non sia consapevole del nefasto epilogo. Gli ideatori di questo perverso "gioco" sfruttano proprio i social puntando sulla forte affluenza dei giovani e sulle loro debolezze date dal fragile momento che vivono (Martorana e Sichi, 2021, I giochi mortali via social. Profili giuridici alla luce della prima condanna in Italia per la Blue Whale Challenge).

### **Paragrafo 3.4: La relazione tra tentativi anticonservativi e il Covid-19**

Come affermato già all'inizio di questo capitolo, il tasso di suicidi tra gli adolescenti nello studio del 2006 era piuttosto elevato e preoccupante. Purtroppo, negli ultimi due anni abbiamo assistito alla diffusione della pandemia del Covid-19, il quale ha notevolmente aggravato la condizione già di per sé allarmante. La situazione che il mondo ha affrontato, e a cui ancora oggi deve far fronte seppur con un impatto minore rispetto all'inizio, ha determinato diverse misure di prevenzione i cui effetti a lungo termine sono a noi ancora sconosciuti. Questo periodo

ha quindi influenzato la quotidianità sotto diversi aspetti partendo dal distanziamento sociale imposto, alla limitazione dell'accesso alle cure, alla convivenza forzata. Se aggiungiamo anche la forte paura e l'ansia di venir contagiati, o di contagiare parenti stretti anche più fragili di noi, è evidente come questo ha avuto un forte impatto sulla salute mentale e potrebbe incidere sul rischio di suicidio in tutte le fasce d'età ma in particolar modo negli adolescenti (Vichi e Ghirini, ISS, 2020, Il fenomeno suicidario in Italia. Aspetti epidemiologici e fattori di rischio).

Stress, disturbi dell'umore e l'uso di sostanze sono spesso collegati al suicidio, associazione che ha assunto maggior valore con il Covid-19 e l'annesso aumento dei tassi di comportamenti letali. Per ridurre ciò, è fondamentale diminuire lo stress, l'ansia, le paure e la solitudine, accompagnato da campagne sia tradizionali che sui social media al fine di promuovere la salute mentale e ridurre il disagio. (Sher, 2020, L'impatto della pandemia di COVID-19 sui tassi di suicidio)

I fattori di rischio per gli adolescenti legati alla pandemia del Covid-19 che possiamo elencare sono:

- distanziamento sociale, che può aver contribuito all' aumento dell'isolamento e della solitudine andando ad annullare ogni tipo di contatto non essenziale
- restrizione delle libertà personali, come il non poter uscire di casa o il dover indossare dispositivi di protezione
- paura del contagio, sia come paura di essere contagiati che di essere veicolo di contagio per le altre persone
- ruolo della comunicazione che può aver esacerbato paura e ansia
- riduzione dei servizi dedicati alla prevenzione e cura del disagio mentale e del suicidio o riduzione del personale ad essi dedicato
- crisi economica con il conseguente aumento della disoccupazione e della precarietà e riduzione del reddito. Questo non influenza direttamente l'adolescente, bensì i genitori andando a creare delle difficoltà nelle condizioni economiche familiari, le quali sono un fattore di rischio per l'adolescente

(Vichi e Ghirini, ISS, 2020, Il fenomeno suicidario in Italia. Aspetti epidemiologici e fattori di rischio).

Nel corso di questi ultimi anni sono stati condotti diversi studi e, sebbene tutti concordino col fatto che non si possono ancora prevedere le conseguenze a lungo termine, c'è unanimità sull'evidenza del peggioramento delle condizioni psicologiche in particolare tra i più giovani. Nello studio di Minozzi et al. del 2021 era già emerso che se le limitazioni nelle relazioni sociali e nei contesti scolastici si fossero prolungate eccessivamente avrebbero portato inevitabilmente

ad un ulteriore effetto negativo (Minozzi, Saulle, Amato e Davoli, 2021, Impatto del distanziamento sociale per covid-19 sul benessere psicologico dei giovani: una revisione sistematica della letteratura).

Come si è potuto leggere sul Corriere della Sera in un articolo pubblicato a dicembre 2020 “Diventa sempre più profondo il baratro in cui si specchiano i giovani con adolescenti fragili che fanno fatica ad affrontare le inquietudini, le preoccupazioni e le ansie”. A testimonianza di ciò ci sono i dati raccolti nel reparto di Neuropsichiatria del’ Ospedale Infantile Regina Margherita di Torino dove si è registrato un incremento preoccupante dei ricoveri per tentato suicidio, passando da 7 nel 2009 a 35 nel 2020 mostrando dati cinque volte superiori rispetto solamente a 10 anni prima. Questo è anche sostenuto da ulteriori dati in aumento, come il ritiro sociale (cresciuto di 28 volte), i disturbi depressivi (26 volte) e anche disturbi della condotta alimentare (9 volte). (Corriere della sera, 2020, Torino, i tentativi di suicidio degli adolescenti aumentati 5 volte).

I dati pubblicati dall’Ospedale Infantile Regina Margherita di Torino mostrano come negli ultimi 10 anni non solo i ricoveri per tentativi di suicidio sono passati da 7 a 35 (2009-2020), ma anche che nello stesso periodo l’ideazione suicidaria è passata dal 10% all’80% nel Day Hospital psichiatrico. (Regione Piemonte, 2020, Disagio adolescenziale: aumento dei passaggi in Pronto soccorso e dei tentativi di suicidio).

Il direttore della Neuropsichiatria Infantile del Regina Margherita, Prof. Benedetto Vitiello, su un altro quotidiano ha inoltre riferito di essere di fronte ad “una vera epidemia” dettata dal considerevole aumento di anoressia, ansia e panico, tentativi di suicidio con overdose di tachipirina o benzodiazepine, ma anche autolesionismo da tagli o bruciature. A supporto di quest’affermazione possiamo notare come nel periodo 2019-2021 al pronto soccorso dell’ospedale sia stata registrata una crescita del 161% di soggetti, mentre nel singolo reparto di Neuropsichiatria Infantile i ricoveri siano aumentati del 200%. Infatti, come affermato dallo psichiatra e psicoterapeuta Dott. Federico Amianto, i posti letto sono passati da 14 nel 2018 a 30 nel maggio del 2019, per poi diventare 38 l’anno successivo occupando anche posti letto del reparto di pediatria.

Per quanto riguarda l’ideazione suicidaria è stato osservato un raddoppiamento di casi, passando da 36 casi del 2019 a 67 nel 2021, a differenza dei tentativi di suicidio che sono più che triplicati passando da 26 a 81 (Strippoli, La Repubblica, 2022, Torino, raddoppiati i casi di disagio psichico tra i giovanissimi: “È un’epidemia”).

Una situazione simile si è verificata anche a Roma all’Ospedale Pediatrico Bambin Gesù, dove si è registrato un aumento dal 36% del 2019 al 63% del 2021 per le consulenze

neuropsichiatriche sull'ideazione suicidaria e tentativi di suicidio. Fenomeno analogo è stato riscontrato anche per le ospedalizzazioni che sono cresciute in un anno dal 17% al 45%. (QuotidianoSanità, 2021, Suicidi tra i giovani. Tentativi raddoppiati con la pandemia).

### **Paragrafo 3.5: I progetti di prevenzione dei suicidi in Valle d'Aosta e in Piemonte**

Visto l'alto livello di incidenza del suicidio adolescenziale, è importante la pianificazione di progetti per la prevenzione soprattutto in conseguenza all'aumento rilevato negli ultimi anni. Innanzitutto, le prime forme di precauzione in generale sono il sostegno sociale e un percorso terapeutico di tipo farmacologico o psicoterapeutico in base alle diverse situazioni. (Centro Moses, La Prevenzione del Suicidio: uno Sguardo sull'Adolescenza).

In Italia sono inoltre presenti molti progetti di prevenzione non solo a livello regionale, ma anche grazie alla pianificazione e al contributo di vari enti privati.

Una situazione drammatica è presente in Valle d'Aosta, regione con il tasso di suicidi più alto in Italia. I dati pubblicati dall'ISTAT, dall'ISS e dall'ONS riportano come nel 2020, l'ultima rilevazione disponibile, si siano registrati numeri critici di suicidi: 24,31 suicidi ogni 100.000 abitanti a fronte di un valore medio nazionale di 7,32 per 100.000 abitanti. La situazione della realtà è ancora più grave a causa della scarsa, se non quasi inesistente, proposta di progetti per la prevenzione del suicidio. Infatti i centri psichiatrici territoriali sono chiusi, il reparto di Psichiatria è ormai abbandonato, dimenticato e privo di un qualsiasi futuro, il tutto sommato all'incapacità di creare una rete di aiuto e di sostegno in grado di intercettare il disagio profondo e prevenire gesti estremi. Ancora ad oggi la soluzione proposta dalla regione è l'installazione di impianti di "dissuasione", ovvero cartelli, telecamere e segnali acustici che comunicano il divieto di buttarsi dai ponti. Questo impianto è senz'altro un elemento in più a favore della prevenzione, ma non va a sostituire progetti più strutturati e interventi attivi, andando così a sottolineare l'assenza di supporti più efficaci. Nel corso di quest'anno è stata finalmente proposta l'attivazione di un progetto regionale di prevenzione che andrà a coinvolgere diverse associazioni ed enti regionali e provinciali. Ad oggi è ancora solo una proposta non ancora attivata, ma si spera in un avvio il più rapido possibile per andare a colmare le lacune della regione su questo fenomeno sempre più in espansione (Regione Autonoma Valle d'Aosta, Progetto regionale per la prevenzione del suicidio).

Spostandoci in Piemonte, a Torino la cooperativa sociale Mirafiori ha rivolto ai giovani adolescenti tra gli 11 e i 17 anni il progetto "Un ponte tra ospedale e territorio". Il programma

proposto consiste in un percorso di reinserimento di ragazzi con patologie psichiche e/o la presenza di una situazione di grave crisi in seguito alla presa in carico del reparto di Neuropsichiatria Infantile dell'Ospedale Infantile Regina Margherita. Questo progetto, avviato nel 2006, fornisce supporto di figure professionali competenti che organizzano diversi laboratori svolti nella struttura dell'Associazione CasaOz e che hanno l'obiettivo di supporto educativo e di attivazione della cooperazione all'interno sia della struttura che con le reti del territorio. I laboratori proposti sono molteplici e ricoprono diverse aree come il laboratorio di teatro, di manualità, di cinema, di musica, laboratorio sui Social Network, ma sono anche organizzate delle uscite guidate e week end educativi. È quindi evidente come questo progetto abbia la finalità di reintegrare gli adolescenti sfruttando appieno le risorse offerte dalla regione (Cooperativa sociale onlus Mirafiori, Progetto "Un Ponte tra ospedale e territorio). Ad oggi oltre 200 adolescenti ne hanno usufruito, il 90 per cento dei quali è riuscito a diplomarsi, ad inserirsi in reti sociali e ha mantenuto i risultati delle cure. Invece il 7% ha subito un intervento «a ponte» con i Servizi di salute mentale dell'adulto attraverso attività di ri-orientamento, di stage lavorativi e formativi (Corriere della sera, 2020, Torino, i tentativi di suicidio degli adolescenti aumentati 5 volte).

Sempre a Torino nel 2019 è nata anche l'associazione "La tazza blu", il cui obiettivo è di provare a riconoscere e dare voce ai pensieri suicidari che attraversano la mente degli adolescenti, promuovendo attività di prevenzione e post-intervento-traumatico. La Tazza Blu persegue i suoi obiettivi attraverso lo sviluppo di progetti rivolti sia alle scuole che agli altri ambienti frequentati dai giovani, coinvolgendo così tutta la comunità, gli insegnanti e i genitori. L'associazione organizza anche eventi pubblici volti alla sensibilizzazione sui temi del suicidio, per esempio il 10 settembre scorso, Giornata Mondiale per la Prevenzione al Suicidio, ha organizzato la proiezione gratuita del film "5 giorni fuori" di Anna Boden e Ryan FLeck, oltre a incontri informativi con figure professionali come neuropsichiatri e psicologi (La Tazza Blu, prevenzione per le vittime di suicidio in adolescenza).

\*\*\*\*\*

È quindi ormai riconosciuto che lo scoppio della pandemia Covid-19 ha aggravato la situazione già critica dei tentativi anticonservativi degli adolescenti. Tuttavia, è anche molto importante osservare come si stiano man mano pianificando sempre più progetti di conoscenza del fenomeno e di prevenzione a livello nazionale.

Non possiamo andare ad eliminare la fatica dell'adolescente nell'affrontare i compiti di sviluppo, la difficoltà nella creazione della sua identità e i possibili fallimenti, ma possiamo aiutarli e sostenerli in questa fase che permetterà loro di trasformare la propria idea di adulto in realtà.

## CONCLUSIONI

L'adolescenza è quel periodo di crescita, di cambiamento e di sperimentazione che molto spesso viene associato all'età dove tutto è concesso, tutto (o quasi) viene perdonato e giustificato dal fatto che si è giovani, si può sbagliare e si capirà l'errore diventando più consapevoli e maturi. Si considera l'adolescenza come l'insieme dei momenti più felici, che bisogna vivere appieno in modo tale da non pentirsene una volta diventati adulti. Tutti siamo destinati ad affrontarla, qualcuno la sta affrontando mentre altri l'hanno già affrontata, ma ciò che resta invariata è l'associazione tra l'adolescenza e tutte quelle esperienze felici e di condivisione che rimangono impresse nella memoria. Sappiamo esser uno dei periodi più complicati del ciclo di vita, ma, nonostante ciò, abbiamo la propensione a rammentare per lo più ricordi piacevoli, festosi, all'insegna di scherzi e risate, tendendo così a dimenticare la sofferenza, le ansie, il senso di incompletezza, di inadeguatezza e di non appartenenza. È normale e scientificamente provato che col passare del tempo si rievocano per lo più ricordi con una valenza positiva andando a dimenticare quelli di valenza negativa. È però importante tenere a mente che in questa fase di transizione, soprattutto oggi a pochi anni di distanza da una pandemia caratterizzata da isolamento obbligatorio, ansia sociale e restrizioni, i giovani si trovano in un periodo ancora più complicato e fragile. È normale che i ragazzi e le ragazze si possano sentire sopraffatti: c'è chi scappa, fugge via e si nasconde dai problemi per evitare di affrontarli, e poi c'è chi si ritrova sommerso, pensa di non avere una via di fuga non fermandosi così nemmeno a cercarla.

Michele Rech, meglio conosciuto come il fumettista romano Zero Calcare, l'anno scorso ha pubblicato la sua serie animata chiamata "Strappare lungo i bordi" dove ha espresso la sua idea di adolescenza trattando temi molto importanti, tra cui il suicidio adolescenziale, in chiave moderna e giovanile. Michele parla di come ha vissuto la sua adolescenza attraverso una metafora che paragona le scelte che si devono effettuare in questo periodo della vita ad una linea tratteggiata su un foglio mostrando come lui stesso, e come anche tanti altri giovani, non è riuscito a seguirla perfettamente arrivando a sentirsi sopraffatto dall'idea di essere una delusione, un fallimento, di non rispecchiare le aspettative dei suoi famigliari e della società. Citando il fumettista: "E allora noi andavamo lenti perché pensavamo che la vita funzionasse così, che bastava strappare lungo i bordi, piano piano, seguire la linea tratteggiata di ciò a cui eravamo destinati e tutto avrebbe preso la forma che doveva avere. Perché c'avevamo diciassette anni e tutto il tempo del mondo" e ancora "Invece sotto l'occhi c'abbiamo solo 'ste cartacce senza senso, che so' proprio distanti dalla forma che avevamo pensato. Io non lo so se questa è ancora 'na battaglia oppure se ormai è annata così, che avemo scoperto che se campa

pure co ste forme frastagliate [...] e ricordasse che tutti i pezzi de carta so boni per scaldasse. E certe volte quel fuoco te basta, e altre volte no.” (Zerocalcare, 2021, Strappare lungo i bordi). Il forte messaggio che l’autore vuole comunicare a parer mio è che è importante aiutare i giovani adolescenti a capire che non è necessario seguire il copione delle aspettative che si sono cuciti addosso o che è stato cucito loro addosso da qualcun altro. Si dovrebbero supportare nel processo di maturazione e di cambiamento spronandoli a considerare questo tratteggio più come una linea guida e insegnando loro che se sbagliano e lo “strappano” male questo non comporterà nulla di irrecoverabile, bensì porterà l’adolescente a crescere e avvicinarsi sempre più alla persona che è destinato a diventare nonostante le difficoltà, i pensieri negativi e le sconfitte.

## **RINGRAZIAMENTI**

Inizio ringraziando la mia relatrice, la professoressa Patrizia Arfelli, che mi ha sostenuta nella realizzazione della mia tesi dispensandomi preziosi consigli e trasmettendomi la calma e la serenità di cui avevo bisogno. La ringrazio inoltre per essere stata sempre gentile e disponibile nel dedicarmi il suo tempo, nei corridoi per chiarirmi ogni dubbio e a sera inoltrata per rispondere alle mail.

Ringrazio poi la mia famiglia e i miei nonni che mi sono stati accanto e mi hanno supportata durante questo mio percorso di studi. Un grazie speciale va a te Nonna che sono sicura mi guardi da lassù anche in questo giorno per me speciale.

Non posso non ringraziare i miei colleghi di università con cui ho affrontato questi tre anni insieme, in particolare a Margot e Sara, due amiche affidabili e su cui poter contare sempre, loro che mi hanno accompagnata in questo percorso con risate, aperitivi e scleri per i lavori di gruppo e per gli esami. A voi che mi siete rimaste al mio fianco condividendo momenti di ansia (anche troppa) e di felicità.

Vorrei anche ringraziare Ila, Lù e Sere, delle amiche speciali che in poco tempo si sono fatte voler bene e che mi sono state accanto (LETTERALMENTE) nella stesura degli ultimi capitoli pronte a scherzare per distrarmi con le loro risate nei momenti di sconforto, ma dandomi anche la carica per non demordere e continuare.

Infine, voglio ringraziare me stessa e dedicarmi la gioia di questo primo grande passo per il mio futuro, per non aver mollato di fronte ad ogni minima difficoltà ed inconveniente ed essere andata avanti cercando di essere più forte di prima.

## **Bibliografia**

### **Capitolo 1:**

- Ammaniti, M. (2018). Adolescenti senza tempo. Raffaello Cortina Editore.
- Bonino, S. e Cattelino, E. (1998). Adolescenti e Salute: dalla ricerca all'intervento, i comportamenti a rischio per la salute ed a rischio psicosociale in adolescenza. Regione Piemonte, Assessorato sanità. Torino.
- Confalonieri, E., Olivari, M. G. (2021). Il corpo imperfetto. Edizioni San Paolo.
- Julien, R. M. (1997). Droghe e farmaci psicoattivi. Zanichelli Editore. Bologna
- Palmonari, A. (2001). Gli adolescenti. Il Mulino.
- Pietropolli Charmet, G. (2000). I nuovi adolescenti, padri e madri di fronte a una sfida. Raffaello Cortina Editore.
- Pietropolli Charmet, G. (2008). Fragile e spavaldo, ritratto dell'adolescente di oggi. Laterza Editori.
- Pietropolli Charmet, G. (2018). L'insostenibile bisogno di ammirazione. Laterza Editori

### **Capitolo 2:**

- Amerio, P., Boggio, P., Cavallo, P., Palmonari, A. e Pombeni, M.L. (1990). Gruppi di adolescenti e processi di socializzazione. Bologna: Il Mulino.
- Ammaniti, M. (2018). Adolescenti senza tempo, Raffaello Cortina Editore
- Arace, A. (2019). Adolescenti a scuola. Psicologia dello sviluppo e dell'educazione per l'insegnamento. Firenze: Mondadori Università.
- Bandura, A. (2000). Autoefficacia. Teorie e applicazioni. Trento: Edizioni Erickson.
- Cavalli, A. e Argentin, G. (2007). Giovani a scuola. Un'indagine della Fondazione per la Scuola realizzata dall'Istituto IARD. Bologna: Il Mulino.
- Gardner, H. e Davis, K. (2014). Generazione App. La testa dei giovani e il nuovo mondo digitale. Milano: Feltrinelli.
- Jeammet, P. (1992). Psicopatologia dell'adolescenza. Roma: Borla
- Molinari, L. e Speltini, G. (2011). Il contesto scolastico. In A. Palmonari, Psicologia dell'adolescenza (254-273), Bologna: Il Mulino.
- Palmonari, A. (2001). Gli adolescenti. Bologna: Il Mulino.
- Palmonari, A. (2011). Psicologia dell'adolescenza. Bologna: Il Mulino.
- Palmonari, A. (2011). I gruppi di coetanei. In A. Palmonari, Psicologia dell'adolescenza (209-228), Bologna: Il Mulino.

- Palmonari, A. (2011). Le relazioni amicali in epoca virtuale. In A. Palmonari, *Psicologia dell'adolescenza* (209-228), Bologna: Il Mulino
- Rubini, M. e Moscatelli, S. (2011). I rapporti con le istituzioni. In A. Palmonari, *Psicologia dell'adolescenza* (276-294), Bologna: Il Mulino.
- G. Montinari e E. Pelanda, *La relazione adolescenti-adulti. Riflessioni Psicoanalitiche ed esperienze cliniche*. Roma: Il Pensiero Scientifico Editore.
- Turuani, L., Cirillio, L. e Lancini, M. (2012). Adolescenti in crisi e mondo virtuale. Tra ritiro e sovraesposizione sociale. In G. Montinari e E. Pelanda, *La relazione adolescenti-adulti. Riflessioni Psicoanalitiche ed esperienze cliniche*. Roma: Il Pensiero Scientifico Editore.
- Vanni, F. (2012). *Le relazioni adolescenti-adulti*. Roma: Il Pensiero Scientifico Editore.
- Vanni, F. (2012). Scuola e dintorni. Adolescenti e adulti nei contesti extrafamiliari. In *La relazione adolescenti-adulti*. Roma: Il Pensiero Scientifico Editore.
- Zani, B. (2021). Le relazioni famigliari. In A. Palmonari, *Psicologia dell'adolescenza*, (187-208), Bologna: Il Mulino.

### **Capitolo 3:**

- Amianto, F. (2017). *Breakdown adolescenziale: sfide e risorse. Problematiche psicologiche in adolescenza e strategie possibili di soluzione*. Torino: Ananke.
- Malizia, N. (2016). *Suicidio e tentato suicidio in adolescenza. Cause, motivi, significati e interventi*. Roma: Bonanno Editore.
- Marocco Muttini, C. 2008. *Disagio adolescenziale e scuola*. Libreria UTET.
- Molinari, L. e Speltini, G. (2011). Il contesto scolastico. In A. Palmonari, *Psicologia dell'adolescenza* (254-273), Bologna: Il Mulino.
- Olivieri Ferraris, A., Rusticelli, A., Stevani, J. e Zaccariello, T. (2009). *Chiamarsi fuori. Ragazzi che non vogliono più vivere*. Milano: Giunti Editore.
- Palmonari, A. (2011). *Psicologia dell'adolescenza*. Bologna: Il Mulino.
- Pommereau, X. (1996). *La tentazione estrema. Gli adolescenti e il suicidio*. Parigi: Dunod.
- World Health Organization (WHO). (1999). *Figures and facts about suicide*. Geneva.
- World Health Organization (WHO). (2014). *Preventing suicide. A global imperative*. Geneva.

## **Sitografia**

### **Capitolo 1:**

- Aparecida Conti, M., Toral Bertolin, M. N., Verzinhasse Peres, S. (2008). The media and the body: what the young people have to say? (<https://www.scielo.br/j/csc/a/V9gG6CJFt3gVTY3b7st4Yxf/?lang=pt>)
- Cegolon, L., Xodo C. C., Mastrangelo, G. (2010). Characteristics of adolescents who expressed indifference or no interest towards body art. (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2965721/>)
- Fischer, RMB. (2002). Il dispositivo pedagogico dei media: modi di educare sulla (e attraverso) la TV. educ. Ricerca.
- Gaeta, G., Del Castello, E., Cuomo, S., L'Effuso, Pirera, M., Boccalatte. (1998). Personal, familial and environmental factors influencing the inclination of smoking in adolescents: differences between sexes and between city and small-town dwellers. (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9659800/>)
- Istituto Superiore di Sanità. (2018-2021). Fumo e alcol tra gli adolescenti nelle Regioni italiane: i dati della sorveglianza Health Behaviour in School-aged Children (HBSC). (<https://www.epicentro.iss.it/ben/2021/3/fumo-alcol-adolescenti-hbsc>)
- Khanlou, N. (2004). Influences on adolescent self-esteem in multicultural Canadian secondary schools. (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15363020/>).
- Raustorp, A., Lindwall, M. (2014). Physical self-esteem--a ten-year follow-up study from early adolescence to early adulthood. (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24803608/>)
- Salute.gov.it. (2018). Giovani e fumo.
- Sutfin, E. L., Szykman, L. R., Chapman Moore, M. (2008). Adolescents' responses to anti-tobacco advertising: exploring the role of adolescents' smoking status and advertisement theme. (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18661389/>)
- Verplanken, B., Velsvik, R. (2008). Habitual negative body image thinking as psychological risk factor in adolescents. (<https://europepmc.org/article/MED/18514136>)
- Weinshenker, N. (2002). Adolescence and body image. (<https://europepmc.org/article/med/12046161>)

### **Capitolo 2:**

- Caravita, 2004, L'alunno prepotente. Conoscere e contrastare il bullismo nella scuola. (<https://publicatt.unicatt.it/handle/10807/29528>)
- La Barbera, D., La Paglia, F. e Valsavoia, R. (2009). Social network and addiction.

(<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19592725/>)

-Laursen, B., Coy, K. C. e Collins, W. A. (1998). Reconsidering Changes in Parent-Child Conflict across Adolescence: A Meta-Analysis.

(<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9680687/>)

-Ministero della salute, 2021, Bullismo e cyberbullismo.

(<https://www.salute.gov.it/portale/saluteBambinoAdolescente/dettaglioContenutiSaluteBambinoAdolescente.jsp?lingua=italiano&id=4469&area=saluteBambino&menu=scuola>)

-MIUR. (2019). La dispersione scolastica nell'anno scolastico 2016/2017 e nel passaggio all'anno scolastico 2017/2018

(<https://www.miur.gov.it/documents/20182/2155736/La+dispersione+scolastica+nell%27a.s.2016-17+e+nel+passaggio+all%27a.s.2017-18.pdf/1e374ddd-29ac-11e2-dede-4710d6613062?version=1.0&t=1563371652741#:~:text=2016%2F2017%20e%20nel%20passaggio%20all'a.,cittadinanza%20non%20italiana%2C%20il%20Graf>)

-Shaw, L. H. e Gant, L. M. 2002, In defense of the internet: the relationship between Internet communication and depression, loneliness, self-esteem, and perceived social support.

(<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12025883/>)

### **Capitolo 3:**

-APA, 2003

- Centro Moses, La Prevenzione del Suicidio: uno Sguardo sull'Adolescenza.

(<https://www.centromoses.it/psicologia-clinica/articoli/la-prevenzione-del-suicidio-uno-sguardo-sulladolescenza/>)

-Cooperativa sociale onlus Mirafiori, Progetto “Un Ponte tra ospedale e territorio.

(<https://www.cooperativamirafiori.com/servizi/area-residenziale/progetto-un-ponte-tra-ospedale-e-territorio/>)

- Corriere della sera, 2020, Torino, i tentativi di suicidio degli adolescenti aumentati 5 volte.

([https://torino.corriere.it/cronaca/20\\_dicembre\\_11/torino-tentativi-suicidio-adolescenti-aumentati-5-volte-b5ff0732-3bf2-11eb-aad9-ba761f429210.shtml](https://torino.corriere.it/cronaca/20_dicembre_11/torino-tentativi-suicidio-adolescenti-aumentati-5-volte-b5ff0732-3bf2-11eb-aad9-ba761f429210.shtml))

-Ghirini, S. e Vichi, M. (2020). Caratteristiche e andamento temporale della mortalità per suicidio in Italia: uno studio descrittivo sugli ultimi 30 anni.

([https://www.epicentro.iss.it/ben/2020/4/mortalita-suicidio-italia#:~:text=L'Italia%20con%20un%20tasso,tra%20le%20donne%20\(2\).](https://www.epicentro.iss.it/ben/2020/4/mortalita-suicidio-italia#:~:text=L'Italia%20con%20un%20tasso,tra%20le%20donne%20(2).))

- Harmer, B., Lee, S., Doung, T. H., Saadabadi, A. (2022). (Suicidal Ideation.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33351435/>)

- Khatcherian, E., Zullino, D., De Leo, D. e Achab, S. (2022). Sentimenti di solitudine: comprensione del rischio di ideazione suicidaria negli adolescenti con dipendenza da Internet. Un modello teorico per rispondere a una revisione sistematica della letteratura, senza risultati. (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8872550/>)
- La Tazza Blu, prevenzione per le vittime di suicidio in adolescenza. (<https://www.latazzablu.org/>)
- Martorana, M. e Sichi, Z. (2021). I giochi mortali via social. Profili giuridici alla luce della prima condanna in Italia per la Blue Whale Challenge. (<https://www.altalex.com/documents/news/2021/06/22/giochi-mortali-via-social>)
- Minozzi, S., Saule, R., Amato, L. e Davoli, M. (2021). Impatto del distanziamento sociale per covid-19 sul benessere psicologico dei giovani: una revisione sistematica della letteratura. (<https://www.recentiproggressi.it/archivio/3608/articoli/35873>)
- OMS,1986
- QuotidianoSanità, 2021, Suicidi tra i giovani. Tentativi raddoppiati con la pandemia ([https://www.quotidianosanita.it/studi-e-analisi/articolo.php?articolo\\_id=98117](https://www.quotidianosanita.it/studi-e-analisi/articolo.php?articolo_id=98117))
- Rainone, A., Tenore, K., Bertuzzi, A., Cantarano, S., Carenti, M. R., Cruciani, L., De Angelis, A., Fabene, G., Govetto, C., Gregni, Liso, E., Pietracci, F., Sabatini, P., Sisto, M., Spennato, A. e Tommasi, D. (2014). Il fenomeno del suicidio: epidemiologia e definizioni. (<https://www.fioriti.it/riviste/pdf/2/2Rainoneweb.pdf>)
- Regione Piemonte, 2020, Disagio adolescenziale: aumento dei passaggi in Pronto soccorso e dei tentativi di suicidio (<https://www.regione.piemonte.it/web/temi/sanita/salute-materno-infantile/disagio-adolescenziale-aumento-dei-passaggi-pronto-soccorso-dei-tentativi-suicidio#>)
- Regione Autonoma Valle d'Aosta, Progetto regionale per la prevenzione del suicidio. ([https://www.regione.vda.it/sanita/servizi\\_territorio/salute\\_mentale/progetto\\_regionale\\_prevenzione\\_suicidio\\_i.aspx](https://www.regione.vda.it/sanita/servizi_territorio/salute_mentale/progetto_regionale_prevenzione_suicidio_i.aspx))
- Sher, L. (2020). L'impatto della pandemia di COVID-19 sui tassi di suicidio (<https://academic.oup.com/qjmed/article/113/10/707/5857612>)
- Shinetssetseg, O., Jung, Y. H., Park, Y. S., Park, E. e Jang, S. (2022). Association between Smartphone Addiction and Suicide. (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9517102/>)
- Strippoli, S. La Repubblica. (2022). Torino, raddoppiati i casi di disagio psichico tra i giovanissimi: "È un'epidemia".

([https://torino.repubblica.it/cronaca/2022/06/10/news/torino\\_raddoppiati\\_i\\_casi\\_di\\_disagio\\_psichico\\_tra\\_i\\_giovanissimi\\_e\\_unepidemia-353216300/](https://torino.repubblica.it/cronaca/2022/06/10/news/torino_raddoppiati_i_casi_di_disagio_psichico_tra_i_giovanissimi_e_unepidemia-353216300/))

-Tortola, L. (). Suicidio e adolescenza: i segnali da cogliere. (<https://www.lucatornatola.it/psicologo/suicidio-adolescenza-segnali/>)

- UNICEF, 2022, Brief - un'analisi con focus sull'Europa del rapporto annuale dell'Unicef "La condizione dell'infanzia nel mondo: Nella mia mente".

-Vichi, M. e Ghirini, S. ISS (2020). Il fenomeno suicidario in Italia. Aspetti epidemiologici e fattori di rischi. (<https://www.epicentro.iss.it/mentale/giornata-suicidi-2020-fenomeno-suicidario-italia>)

-Wikipedia, Effetto Werther. ([https://it.wikipedia.org/wiki/Effetto\\_Werther](https://it.wikipedia.org/wiki/Effetto_Werther))

### **Filmografia:**

-Zerocalcare, 2021, Strappare lungo i bordi.