



# ADOLESCENZA

---

AFFETTIVITÀ E RELAZIONI

FORMATRICI

DOTT.SSA GIULIA VANNUCCI - DOTT.SSA TANIA SGUERRI

# «ADOLESCERE»

---

L'adolescenza è quel periodo lungo e complesso di transizione dall'infanzia all'età adulta, caratterizzato da numerosi cambiamenti in diversi ambiti.

Oggi è possibile dare al fenomeno dell'adolescenza una spiegazione che tiene conto anche delle modifiche che avvengono a livello cerebrale.

Le recenti acquisizioni in ambito neurofisiologico e neuroscientifico sullo sviluppo cerebrale mostrano come alla base dei comportamenti tipici dell'adolescenza vi siano precise ragioni neurologiche.

# CERVELLO ADOLESCENTE

---

- PRUNING SINAPTICO

- MIELINIZZAZIONE

- NEUROPLASTICITÀ

# PRUNING SINAPTICO

---

Per mantenere la rete cerebrale organizzata ed efficiente, a partire dalla preadolescenza fino ai vent'anni inizia un processo detto pruning o potatura sinaptica che rimuove, entro la fine dell'adolescenza, il 50% delle sinapsi che si son formate durante l'infanzia, lasciando le connessioni più importanti ed eliminando quelle che non sembrano più necessarie.

# MIELINIZZAZIONE

---

La mielina è una guaina isolante che ricopre gli assoni dei neuroni e che migliora l'efficienza della conduttività neurale rendendo la trasmissione dei messaggi più rapida. Durante l'adolescenza la quantità di mielina quasi raddoppia in alcune regioni cerebrali rendendo ancora più rapida la propagazione dei messaggi nervosi.

Questi processi che coinvolgono la sostanza grigia e la sostanza bianca permettono un incremento cognitivo rapido. Queste conoscenze hanno ripercussioni importanti sull'educazione, la prevenzione e l'intervento.

# NEUROPLASTICITÀ

---

Le diverse parti del cervello umano hanno differenti ritmi di sviluppo durante la crescita. **La corteccia prefrontale** e in particolare la dorsolaterale è l'ultima area corticale a raggiungere lo spessore definitivo, intorno ai 30 anni.

Il lobo frontale è la porzione più anteriore del cervello e si occupa di una serie di funzioni cognitive di alto livello, le funzioni esecutive: consente di ragionare in modo critico e con giudizio, controllare gli impulsi e inibire atteggiamenti inappropriati, pianificare gli eventi, prendere decisioni ponderate, definire priorità e organizzare i pensieri, comprendere le intenzioni e il punto di vista altrui.

Circuiti specifici della corteccia prefrontale sottendono all'empatia, ovvero la capacità di sentire e riconoscere le emozioni altrui, che permette di predire il comportamento dell'altro e tenerne conto nella relazione interpersonale.

Di contro, nelle **aree limbiche** si verifica una maggiore attività.

Il sistema limbico comprende una serie di strutture sottocorticali, tra cui l'amigdala, situate nella parte più profonda e antica del telencefalo ed è responsabile della regolazione emotiva e delle reazioni primitive ed istintuali.

# SISTEMA DELLA RICOMPENSA

---

Il **sistema limbico** è inoltre connesso con il Nucleo Accumbens e riceve proiezioni dopaminergiche dal mesencefalo, partecipando quindi al sistema di ricompensa.

Il sistema di ricompensa dal punto di vista anatomo-funzionale è una struttura complessa che si origina nei nuclei profondi dell'encefalo ed è distribuita nei centri cerebrali preposti al comportamento motivazionale ed emozionale.

Ogni qual volta si prova gratificazione, sia di tipo fisico che di tipo psicologico, il sistema di ricompensa rilascia dopamina, un neurotrasmettitore molto potente che funge da rinforzo.

Il circuito di ricompensa spinge ad adottare e ripetere quei comportamenti che hanno dato piacere e innesca il noto meccanismo della dipendenza.

Durante l'adolescenza il livello di base della dopamina è inferiore a quello caratteristico di altre età mentre il suo rilascio in relazione alle esperienze compiute è maggiore.

Così come è incredibilmente plastico allo stesso tempo e per gli stessi meccanismi di sviluppo cerebrale, il cervello adolescente è più fragile e vulnerabile. L'esposizione a **fattori traumatici** o tossici può facilmente avere effetti negativi in questa fase di vita. Potrebbe infatti comportare un pruning non favorevole o un'inibizione della moltiplicazione cellulare.



NATIVI DIGITALI

*“Nativo Digitale”* è una locuzione usata per identificare coloro che fin dalla nascita hanno vissuto a contatto con i mezzi di comunicazione digitali e le svariate tecnologie che sono emerse negli ultimi anni, ad esempio i social networks, i blog, ma anche i tablet e gli smartphone.

Marc Prensky(2001)

**B  
U  
I  
L  
D  
I  
N  
G**

**B  
R  
I  
D  
G  
E  
S**

## ECCESSIVO RICORSO AL VIRTUALE

Cosa c'è dietro?

Cosa manca?

**DISIMPEGNO**

(Bauman)

**VS**

**STIMOLO**

“La connessione con gli altri ci rende  
partecipi di una sacra unità”

(Bateson, 1991)

Nell'ottica educativa contemporanea, gli strumenti più utilizzati sono diventati la vicinanza e la relazione, in un assetto che vede i genitori indossare sempre più spesso i panni dei confidenti, dei consulenti e degli «sponsor evolutivi» dei propri figli, con ricadute significative sulla loro crescita. Spostando quindi l'ago della bilancia verso una sempre maggiore richiesta di autonomia, espressione della propria soggettività e grandiosità.

Ecco che questi aspetti vanno ad incrociarsi con un terzo elemento caratteristico di queste generazioni, la tecnologia che si propone come ponte socializzante nel processo di strutturazione dell'identità di cui come professionisti dovremo tener conto ed essere in grado di maneggiare.  
(Lancini)

La conversazione, anche quella online, è lo strumento che preserva la realtà, indebolendo o eliminandone alcuni aspetti, dando apparente consistenza, prevedibilità e stabilità ad altri.  
(Manfrida)

# TEEN DATING VIOLENCE

---

**La teen dating violence**, ovvero l'aggressività nelle prime esperienze sentimentali, rappresenta uno dei più importanti fattori di rischio per la violenza nelle relazioni adulte.

C'è ormai un accordo unanime nel ritenere che se la violenza fisica e psicologica entra nel codice di una relazione sentimentale tra adolescenti si amplificano le aree di rischio.

Da un'indagine di Telefono Azzurro e Doxa (2014) su più di 1500 adolescenti italiani (52% maschi, 48% femmine) tra gli 11 ed i 18 anni, emerge come al 22,7% del campione sia capitato che il/la proprio/a partner urlasse contro di lui/lei.

Il 13,9% riferisce di essere stato/a oggetto di insulti da parte del/della partner, mentre il 32,8% degli intervistati conosce qualcuno che è stato insultato dal/dalla partner.

# TEEN DATING VIOLENCE: FORME E CARATTERISTICHE

---

**Fisica:** avviene nei casi in cui il/la partner che ne è vittima, viene picchiato, stratonato o qualsiasi altra forma di aggressione fisica da parte del perpetratore

**Sessuale:** avviene quando si fanno pressioni o si minaccia il/la partner per avere rapporti sessuali senza il suo consenso, nonché tutti quei casi in cui uno dei partner cerca di **imporre di non usare un certo tipo di contraccettivo**

**Psicologica:** avviene nei casi in cui il/la partner aggressivo/a minaccia il/la partner o danneggia la sua autostima. Esempi di questo tipo di “dating violence” sono: chiamare con nomi che possono provocare un senso di vergogna di imbarazzo o di vittimizzazione in modo voluto e provocato; tenere lontano il/la partner dall’affetto degli amici e dei familiari; le umiliazioni e le minacce verbali, molestie per telefono, sms, e-mail o attraverso le reti sociali; il controllo e la limitazione della libertà di movimento del partner. **A tal proposito, un terzo dei ragazzi intervistati dichiara che il/la proprio/a partner vuole sempre essere informato/a su tutto, dice loro cosa devono o non devono fare o, addirittura, vieta loro di incontrare altre persone. In questo caso, la problematica risiede nel fatto che spesso i giovani interpretano un’attenzione e un attaccamento eccessivi come una vera e propria prova di amore.**

## TEEN DATING VIOLENCE

*“Mi diceva che non potevo postare certe foto sui social perché sembravo una poco di buono e se decidevo di farlo lo stesso mi faceva sentire in colpa”*

*“Non voleva che andassi a ballare con le mie amiche perché aveva paura che qualche altro ragazzo mi corteggiasse, mentre lui ci andava”*

*“Mi chiedeva di mandargli la posizione e metteva in dubbio tutto quello che gli dicevo. Io mi giustificavo ma non era mai abbastanza per lui”*

# CAMPANELLI D'ALLARME

---

1. **MANIE DI CONTROLLO:** verifica i like sotto i post e le fotografie, gli orari di accesso alle chat e delle conversazioni nelle chat private, dicendoti frasi del tipo “se non hai niente da nascondere perché non posso vedere?”. Vuole conoscere la password per accedere al telefono e ai social network? Controlla il profilo e il tuo orario di entrata su whatsapp?
2. **GIUSTIFICAZIONI E PROVE:** chiede di inviargli la localizzazione per essere certo/a di dove ti trovi, oppure di inviargli una foto per assicurarsi di sapere con chi sei, dove sei e come ti sei vestita/o, tanto da non farti sentire più completamente libera/o.
3. **TI SENTI IN TRAPPOLA E SCHIACCIATA DAI DIVIETI:** ti proibisce di uscire da sola o solo con gli amici o comunque si ingelosisce e si arrabbia quando non rispondi subito al telefono quando non sei con lui o con lei. E' geloso dei tuoi amici e del rapporto che hai con loro. Vuole sempre sapere cosa vi dite e cosa fate, soprattutto se sono dell'altro sesso.
4. **ACCUSE CONTINUE:** si irrita e si arrabbia se determinati amici o conoscenti mettono “mi piace” ai tuoi post e se chatti o ti scambi commenti con qualcuno. Controllando tutto quello che fai, i profili e le chat, ti accusa facilmente anche di cose non vere, associa alcuni fatti, spesso inesistenti, e non si fida delle tue parole.
5. **RICATTI SUBDOLI:** capita di subire da parte del partner ricatti o minacce di pubblicare o inviare ad amici e parenti foto intime e compromettenti tanto da non lasciarti scelta.

# CAMPANELLI D'ALLARME

---

6. **MANCA COMPLETAMENTE LA FIDUCIA:** ripete spesso “non ci credo”, “mi stai mentendo”, alludendo al fatto che tu non gli risponda sinceramente. Infatti, se ribatti alle sue accuse e convinzioni, si irrita facilmente, perché vuole avere ragione ed è convinto/a che tu abbia torto.
7. **E' ONNIPRESENTE E SEMBRA LA TUA OMBRA:** può succedere che, con la scusa della sorpresa, ti raggiunga quando esci con i tuoi amici, che ti accompagni dappertutto o che lo/la incontri per caso, ti fa credere di farlo per amore, per farti un'improvvisata, mentre in realtà è insicurezza e mania di controllo.
8. **LITIGATE CONTINUE TRA URLA E INSULTI:** quando si arrabbia, arriva agli insulti e alle offese, ti fa sentire in colpa. Può arrivare ad aggredirti, anche fisicamente, e a minacciarti di voler interrompere la relazione anche con frasi del tipo: “se mi ami, devi darmi la password”, “se non fai quello che ti dico, ti lascio”, “sei tu che ti comporti male, e mi fai essere geloso”.
9. **MINACCIA DI SUICIDARSI SE LO LASCI O LA LASCI:** questa è una delle peggiori minacce che si possano subire. Ci si trova incastrati nella relazione e non ci si sente più liberi di prendere una decisione perché si ha paura che l'altro possa suicidarsi per colpa nostra.
10. **LACRIME DI COCCODRILLO:** dopo i suoi scatti d'ira e reazioni impulsive e violente rivolte verso te o verso oggetti che ti spaventano, una volta passata la rabbia segue sempre una parte di scuse e di pentimento, dicendo che non lo farà mai più.

# SPECIFICITÀ DELLA VIOLENZA DI GENERE IN ADOLESCENZA

---

- Il concetto di relazione può essere diverso da quello che si ritrova nelle coppie adulte: «stare insieme» può significare comportamenti molto diversi che possono andare da frequentazioni molto sporadiche, a uscite più stabili o anche a relazioni serie e durature.
- Per le ragazze può essere più difficile allontanarsi, anche fisicamente, da un partner violento. Spesso frequentano la stessa scuola e si vedono quotidianamente, o possono condividere la stessa compagnia di amici, rendendo particolarmente complesso capire di chi fidarsi.
- Genitori o altri adulti possono minimizzare la gravità di certi agiti, contribuendo all'isolamento delle vittime e alla legittimazione del comportamento degli autori.
- Quando un adolescente esercita un comportamento violento e ne riceve una risposta positiva (ad esempio: non essere punito, far sì che la fidanzata faccia ciò che vuole o che gli amici lo rispettino o lo considerino popolare per essersi saputo imporre) diventa più propenso a ripeterlo in futuro.
- Le modalità relazionali sperimentate in adolescenza possono essere trasferite in età adulta e la violenza può essere vista come un'espressione normale dello stare in coppia.

Subire violenza all'interno di una relazione può mandare in pezzi la convinzione di un/un'adolescente di essere una persona di valore, dignitosa ed indipendente, capace di far fronte agli eventi della vita in maniera matura e rispettosa dei propri bisogni e desideri. Per la vittima adolescente il mondo diventa un luogo pieno di confusione e spaventoso nel quale viene messa in dubbio la propria capacità di comprendere come stanno andando le cose. Risulta inoltre compromessa la percezione che la vittima ha rispetto alle proprie abilità di sapersi proteggere e funzionare in modo autonomo. Nel tentativo di dare un senso alla relazione abusante, l'adolescente spesso si assume la responsabilità della sua vittimizzazione. L'adolescente può infatti credere: «se l'abuso è successo per colpa mia, allora posso controllarlo».

# CYBERVIOLENZA DI COPPIA

---

Le forme di violenza menzionate possono essere esercitate anche tramite canali digitali.

Con CYBERVIOLENZA DI COPPIA si intende indicare i comportamenti violenti perpetrati da partner tramite mezzi di comunicazione quali e-mail, sms, blog, smartphone, social network.

Include minacce, intimidazioni, molestie, insulti, utilizzo dei social network del partner senza il suo consenso, sottrazione delle password, invio non desiderato di immagini con contenuti sessuali, creazioni di gruppi on line al fine di incitare all'odio verso, ad esempio, la persona che ha deciso di interrompere la relazione.

Tali modalità violente possono essere molto invalidanti per le vittime, spesso già esposte ad un abuso privato che possono vedere ampliato alla sfera pubblica.

# DIFFUSIONE ILLECITA DI IMMAGINI O VIDEO SESSUALMENTE ESPLICITI

---

Scopo di umiliare, danneggiare o ricattare la persona ritratta.

In alcuni casi ha portato anche al suicidio della vittima.

Quali indicazioni dare?

# ATTENZIONE

- ❑ Oltre l'80% dei ragazzi coinvolti in uno studio negli Stati Uniti (615 ragazzi 13-18 anni) ha dichiarato di non aver mai rivelato di aver ricevuto proposte sessuali indesiderate.
- ❑ Oltre il 70% non ha mai rivelato dei video intimi condivisi e diffusi senza il consenso né delle diffamazioni sui social network o sui gruppi on-line.

**I GENITORI SOTTOSTIMANO  
DRAMMATICAMENTE L'ENTITÀ DEL  
FENOMENO**

# ANCHE I RAGAZZI SUBISCONO VIOLENZA?

---

Secondo alcune ricerche, la violenza nella coppia sarebbe simmetrica, con ragazze e donne ugualmente violente o addirittura più violente dei loro partner (Archer 2000).

Gli studi che propongono questi risultati analizzano però indicatori di violenza limitati e relativi alla sola violenza fisica, spesso non prendendo in considerazione la violenza psicologica e quella sessuale che colpiscono in maniera preponderante le ragazze e che possono avere un forte impatto sulla loro salute psicofisica.

Gli stessi studi non considerano poi il contesto in cui la violenza si verifica: le ragazze, infatti, spesso agiscono in modo violento per paura di e per difendersi dalle aggressioni di un partner, mentre i ragazzi lo fanno generalmente per il desiderio di controllare la loro compagna (Teten et al., 2009).

Infine è importante considerare che le ragazze riportano ferite più serie e conseguenze psicologiche più invalidanti rispetto ai maschi, in seguito ad aggressioni che sono più gravi e frequenti di quelle che vedono coinvolti i ragazzi (Molidor, Tolman 1998).

# IMPATTO DELLA VIOLENZA SULLA SALUTE

---

- Bassa autostima
- Disinteresse a quello che accade in famiglia, a scuola o in altri contesti di vita
- Problemi di memoria e concentrazione
- Difficoltà scolastiche
- Disturbi del sonno
- Disturbi del comportamento alimentare
- Sintomi depressivi / Attacchi di panico
- Abuso di sostanze / Autolesionismo

# ESITI VIOLENZA SESSUALE NELLE RAGAZZE

---

- Sentimenti di colpa, vergogna, sintomi depressivi
- Ansia
- Disturbo post traumatico da stress
- Disturbi alimentari
- Abuso di alcol o droghe
- Atti di tentato suicidio
- Malattie sessualmente trasmissibili, gravidanze indesiderate
- Ridotta capacità di considerare la propria sessualità come qualcosa di controllabile (rapporti sessuali non protetti, promiscuità, ipersessualizzazione)
- Nessun sintomo palese di disagio o malessere

Avere il bisogno a volte  
di stare soli

Avere dubbi e  
farsi domande  
sulla relazione

Coltivare i propri  
hobbies e le  
proprie amicizie

Da quali ingredienti  
è costituita una  
relazione nutriente?

Rispettare la  
privacy  
dell'altro

Parlare liberamente  
della sessualità,  
delle proprie  
esperienze e  
volontà

Prendere  
decisioni di  
comune accordo  
parlandone

Mantenere la  
propria libertà di  
scelta, di parola e  
di pensiero

# Grazie



Dott.ssa Tania Sguerri

Dott.ssa Giulia Vannucci



[tania.sguerri@incontro.coop](mailto:tania.sguerri@incontro.coop)

[p](mailto:giulia.vannucci@incontro.coop)

[giulia.vannucci@incontro.coop](mailto:giulia.vannucci@incontro.coop)

[op](mailto:giulia.vannucci@incontro.coop)



<https://www.aiutodonna.info/>