

ADOLESCENZA AFFETTIVITA' E NUOVE TECNOLOGIE

Orietta Sponchiado
14.02.2022
Istituto Max Planck
(Lancenigo)



ADOLESCENTI E ADULTI (PRIMA DEL VIRUS)

Immersi precocemente nel bagno delle relazioni tra pari: dagli amici del nido alla dipendenza dai coetanei



Le relazioni senza corpo: spesso distanti ma mai soli

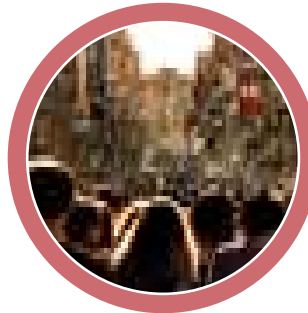
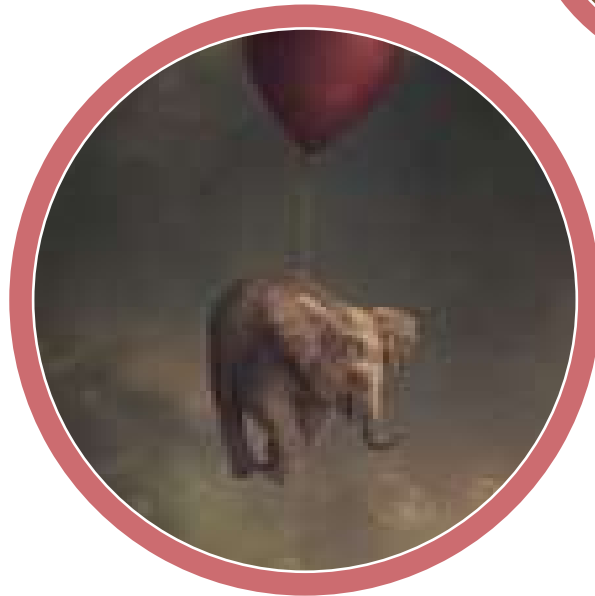


Fotografati, ripresi e immortalati da sempre

ADOLESCENTI E ADULTI (PRIMA DEL VIRUS)

Famiglia affettiva, relazionale,
dove spesso entrambi i genitori
lavorano: dal padre simbolico
alla madre virtuale

Identità e genere:
fluidità e mobilità



Società individualista, della
scomparsa della comunità
educante, della paranoicizzazione
del mondo esterno

Società dei molti competitor,
dell'immagine, della popolarità,
del successo, della caduta del
confine tra ciò che è
intimo/privato e ciò che è
pubblico

ADOLESCENTI E ADULTI (PRIMA DEL VIRUS)

- ❖ Anticipazione e precocizzazione delle esperienze;
- ❖ Modelli educativi «iperideali»: madri e padri soffrono la sofferenza dei figli;
- ❖ Dolori, inciampi, fallimenti intollerabili;
- ❖ Ora si fa sul serio!



ADOLESCENTI E ADULTI (PRIMA DEL VIRUS)

- ❖ I no e le regole sono fondamentali, limiti e paletti aiutano a crescere!
- ❖ Si creano le basi dell'emergenza educativa odierna: bambini adultizzati e adolescenti infantilizzati;
- ❖ Perdita di credibilità e autorevolezza adulta a discapito del potere orientativo dei coetanei, della sottocultura mass mediatica, della rete, degli youtuber e degli influencer.



ADOLESCENTI E ADULTI (PRIMA DEL VIRUS)

- ❖ Invincibilità e onnipotenza vs. mortalità ed esperienza del limite
- ❖ Trasgressione vs. delusione (disagi e patologie della vergogna)
- ❖ Internet: dipendenza vs. fisiologia e adattamento
- ❖ Promozione facile vs. dispersione



ADOLESCENTI E ADULTI (NEI GIORNI DEL VIRUS)

- ❖ Controllo vs. responsabilità;
- ❖ Banalizzazione vs. dolore, fatica;
- ❖ Convocazione e attività aggiuntive in base al talento personale;
- ❖ Offerta di spazi e tempi di socializzazione on line con i coetanei.



ADOLESCENTI E ADULTI (NEI GIORNI DEL VIRUS)

- ❖ Meno «voti» e maggiore autorevolezza docente;
- ❖ Quale scuola per quale futuro;
- ❖ Prevenzione ed educazione sanitaria!



INTERNET IN ADOLESCENZA: NUOVE NORMALITÀ E NUOVE DIPENDENZE



IGEN – POST MILLENNIALS – GENERAZIONE Z

Gli adolescenti odierni, oltre a utilizzare la tecnologia fisiologicamente per relazionarsi con l'esterno, possono incappare in un utilizzo che per modi e tempi risulta esagerato ed eccessivo agli occhi degli adulti

FOMO(*Fear of missing out*) - Intollerabile sentirsi tagliati fuori, non viste non pensati

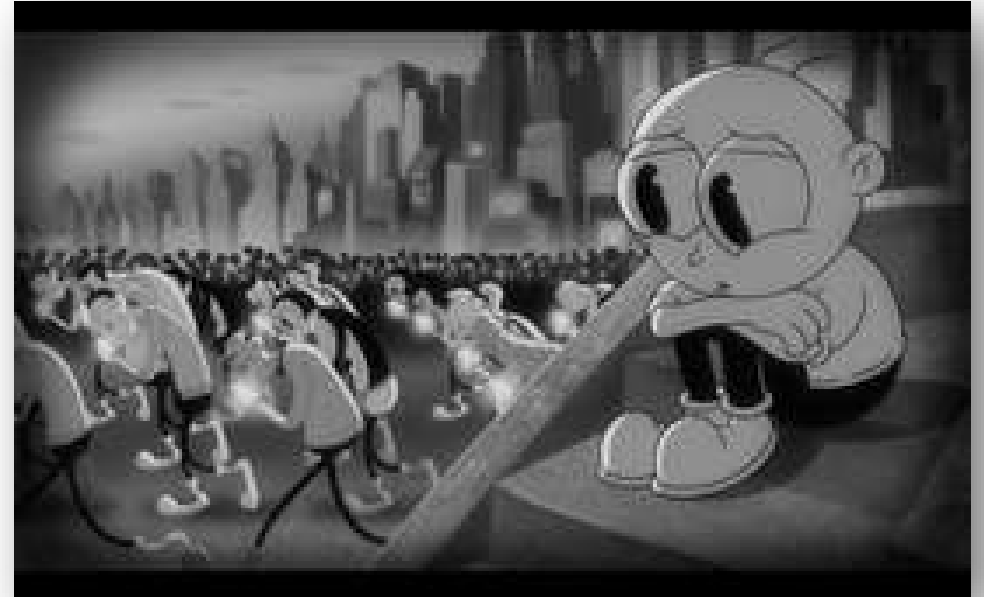
Tecno-ottimisti vs Tecno-pessimisti:
normalizzazione vs patologizzazione

Adolescente ≠ dipendente da internet

DIPENDENZA DA INTERNET

Internet addiction: termine ed entità nosografica ancora dibattuta e incerta, non uniformità diagnostica

- Cautela diagnostica; «dipendenza» costrutto complesso, soprattutto in adolescenza



«Internet addiction» o «Problematic Internet Use»

«Interazione eccessiva con la rete, connotata da un rapporto di dipendenza e dominanza, al quale si accompagnano modificazioni del tono dell'umore, fenomeni di tolleranza, astinenza, conflitto e rischio di ricadute»

(Griffiths, 1996)

DIPEDENZA DA INTERNET

Young (1998): almeno 5 sintomi dei seguenti

Salienza: Ti senti eccessivamente assorbito da Internet? (ad esempio, pensi al collegamento precedente o pianifichi già la prossima sessione online)?

Effetto tolleranza: Senti il bisogno di passare sempre più tempo collegato alla Rete per ottenere la stessa soddisfazione?

Mancanza di controllo: Hai ripetutamente tentato di controllare, ridurre o interrompere l'uso di Internet, ma senza successo?

Effetto sull'umore: Ti senti irrequieto, nervoso, depresso o irritabile quando tenti di ridurre o interrompere l'uso di Internet?

Perdersi in Rete: Rimani online più a lungo di quanto originariamente intendessi?

Conseguenze sulla vita offline: Hai rischiato di compromettere o perdere una relazione significativa, il lavoro o un'opportunità formativa o di carriera a causa di Internet?

Nascondersi: Hai mentito ai familiari, al terapeuta o ad altri per nascondere l'entità del tuo coinvolgimento nella Rete?

• **Fuga** dai problemi: Usi Internet come mezzo per sfuggire dai problemi o per alleviare l'umore disforico (per esempio, sentimenti di impotenza, colpa, ansia, depressione)?

CLASSIFICAZIONE DIPENDENZE DA INTERNET

- ❖ Cyber Relational Addiction
- ❖ Information Overload
- ❖ Computer Addiction (Mud e giochi di ruolo)
- ❖ Cybersex Addiction
- ❖ Net Compulsion (Giochi d'azzardo e commercio on line)



INTERNET GAMING DISORDER

Sono inclusi solo videogiochi non legati al gioco d'azzardo. Non viene considerato l'utilizzo di internet richiesto per lavoro o studio, nè il tempo passato su social network e siti porno.

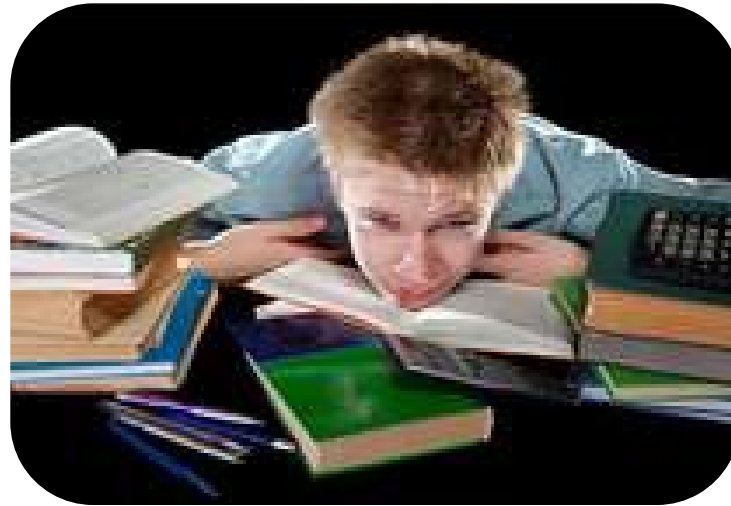


INTERNET ADDICTION IN ADOLESCENZA (KO ET AL. 2005)

Almeno 6 sintomi del criterio A e presenza di criteri B-C



A – preoccupazione per attività svolte online, impulso incontrollato a connettersi, tolleranza, ritiro, mancanza di controllo, tempo e impegno spesi online, compromissione decision making



B – mancato adempimento obblighi scolastici e domestici, compromissione relazioni sociali, violazione regole scolastiche o legge



C – esclusione di disturbo psicotico e bipolare

FATTORI DI RISCHIO

Genere maschile,
Bassa età,
Tempo di
connessione

Locus of control esterno,
Attaccamento insicuro e
dissociazione

Alto sensation seeking
(disinibizione e
susceptibilità alla noia),
Bassa autostima

Timidezza,
Stress elevato e
coping di
evitamento



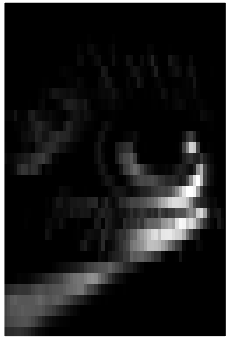
ADOLESCENZA E PREVARICAZIONE ONLINE



Adolescenza età delle sperimentazioni e costruzione della propria identità



La tecnologia offre un aiuto nella sperimentazione di sé ma può generare l'illusione di giocare con la propria identità



Importanza dello sguardo dei pari: bisogno di conferme



Lo sguardo dei pari reali e virtuali può diventare implacabile generando vissuti di vergogna e mortificazione



Comportamenti violenti nascondono senso di inadeguatezza ad affrontare i compiti di crescita

CONSEGUENZE E RISCHI



Se incapace di chiedere aiuto,
o se il contesto è disattento,
senso di schiacciamento



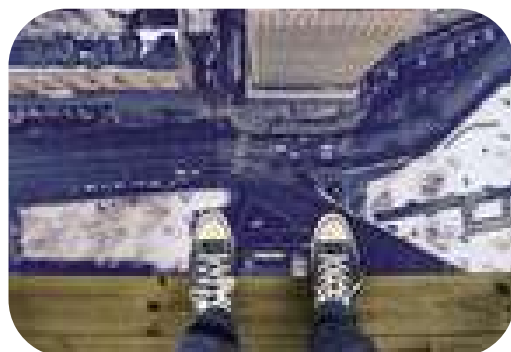
Sintomi fisici: mal di pancia,
mal di testa...



Sintomi psicologici: stati
d'ansia e disistima,
depressione



Abbandono scolastico,
isolamento sociale



Possibile desiderio di ritorsione
con messa in atto di condotte
a rischio o devianti



Ideazione suicidaria: desiderio
di voler sparire
(cyberbullicidio)

CONCLUSIONI

Quello che succede in rete è fortemente legato a ciò che avviene nella quotidianità della scuola o altri luoghi di socializzazione

Non è possibile pensare di contrastare un fenomeno online senza agire su ciò che succede offline

Bisogna partire innanzitutto dal sostegno alla crescita, promuovendo negli adolescenti l'accettazione delle proprie parti fragili, che generano vissuti di vergogna e inadeguatezza, e offrendo loro un supporto adulto alla formazione di una identità integrata



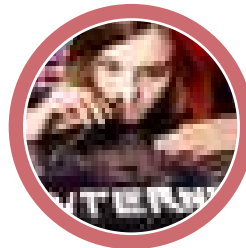
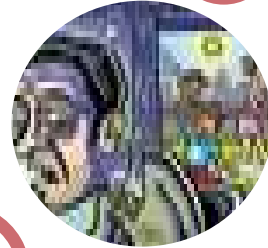
SESSUALITÀ IN ADOLESCENZA: PIÙ SEXTING E MENO SESSO



PORNOGRAFIZZAZIONE

Internet ha abbattuto gli ostacoli economici e di anonimato rendendo possibile una disponibilità sconfinata di immagini e testi pornografici, la pornografia si estende oltre i confini in cui era presente nel passato

Processo sociale della cultura post-moderna (McNair 1996)

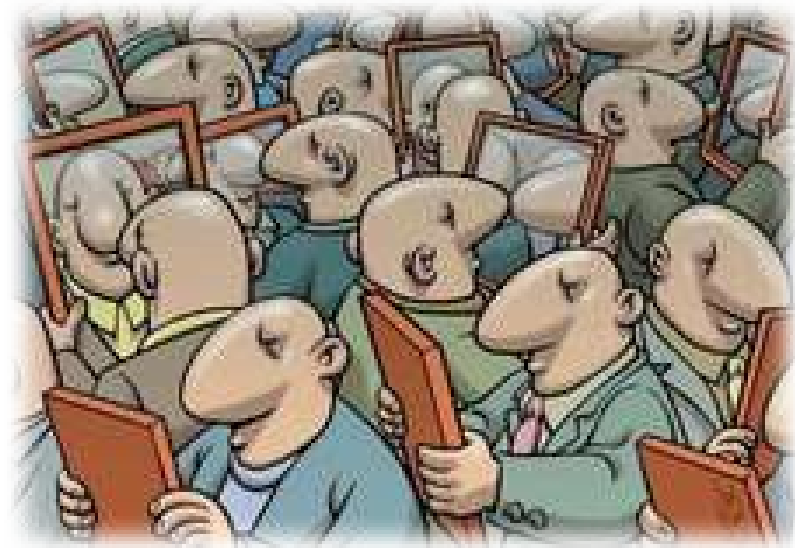


Pornografia come metafora di tutto ciò che è reso visibile quando non dovrebbe, (pornografia dell'informazione, della comunicazione, delle scene di vita quotidiana)

Trasgredisce i confini del pudore perché si mostra in tv, pubblicità, teatro, cinema d'autore, video clip musicali

SOCIETÀ DEL NARCISISMO

- ❖ Il Sé è più importante dell'oggetto
- ❖ Espressione libera di sé
- ❖ Importanza dello sguardo di ritorno
- ❖ Modelli ideali di riferimento
- ❖ Adolescenza come “età dell'oro”, eterna giovinezza
- ❖ Indefinitezza dei ruoli e dei generi
- ❖ Sperimentazione e libertà dei costumi sessuali



PRECOCIZZAZIONE



SELFIE

AUTORITRATTO come strumento elettivo attraverso cui gli individui del nostro tempo parlano al mondo di sé, del proprio corpo, ma anche dei costumi sociali, dei NUOVI MODELLI DI GENERE con cui si identificano



SELFIE IN ADOLESCENZA



- **SPERIMENTAZIONE:** condotte di prova da condividere con le amiche prima del post, laboratorio in cui sperimentare, trovare sostegno nella crescita, nel processo di mentalizzazione del corpo e costruzione dell'identità di genere
- **FORMA ELETTIVA DI ESIBIZIONE:** alla ricerca di approvazione e riconoscimento

AUTORITRATTO
COME
ESPRESSIONE DEL
SÈ

NUOVI MODELLI DI IDENTIFICAZIONE

Identità di genere fluida: femminilizzazione del maschile e virilizzazione del femminile



NUOVI MODELLI DI IDENTIFICAZIONE



Corpo onnipotente, autarchico



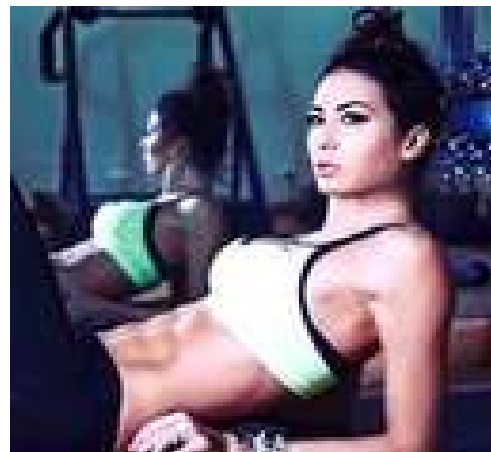
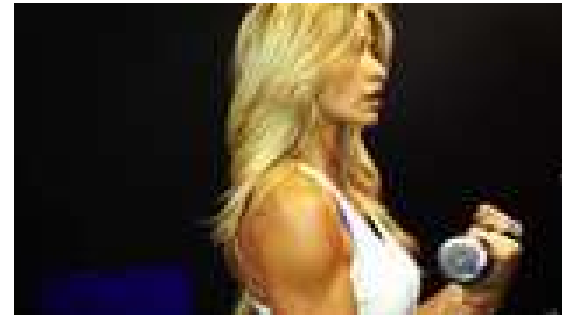
«TUTTO IN UNO»: il corpo estetico della contemporaneità parla il linguaggio del Sé grandioso, contrario alla complementarietà, alla differenziazione, al bisogno dell'altro



Virilizzazione del femminile

NUOVI MODELLI DI IDENTIFICAZIONE

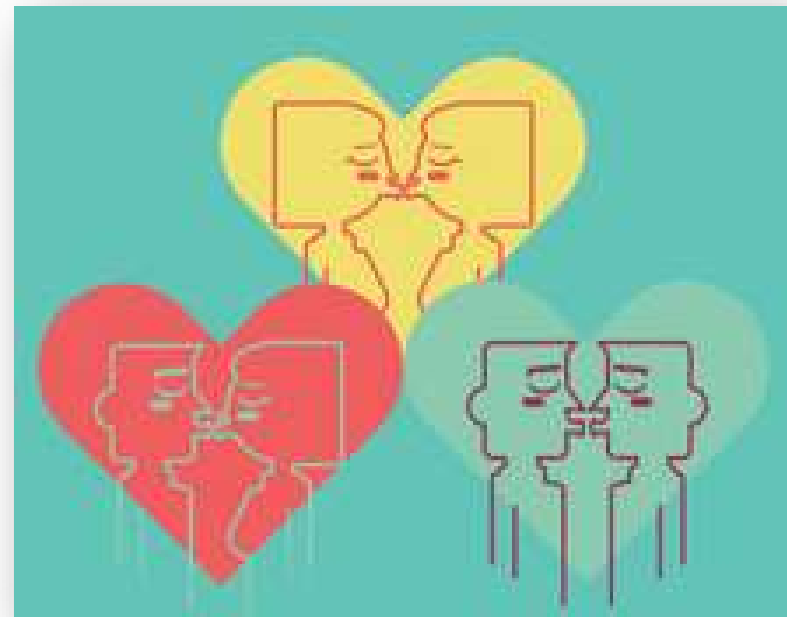
Corpo giovane, erotico ma anche atletico, muscoloso, prestazionale: la naturalezza, la fragilità, l'imperfezione sono bandite



SESSUALITÀ IN RETE

In adolescenza

- ❖ Ricerca di informazioni, esplorazione e scoperta
- ❖ Utilizzo in gruppo (es. chatroulette) per gioco
- ❖ Sesso on line poco praticato in adolescenza:
 - è un' interazione fallace: manca il corpo reale e la relazione
 - è rischioso: favorisce la perdita del controllo nella gestione della propria intimità



L'AMORE IN ADOLESCENZA

OGGI- narcisistico

- Il valore più importante è **realizzarsi**, ottenere **successo e felicità**. La coppia è al servizio del sé
- L'obiettivo primario è l'**intensità** che tenga sempre conto delle esigenze di un "IO E TE"
- Verginità come segno di immaturità: prestazione, vergogna e recessione sessuale



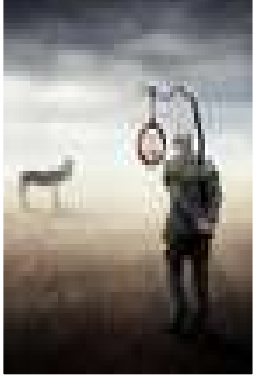
L'AMORE IN ADOLESCENZA

IERI- romantico

- L'educazione sentimentale insegnava il valore della **sacrificialità**, della **devozione** e della **dipendenza** (soprattutto alle femmine)
- L'obiettivo primario era la **durata** e la costruzione di un "NOI"
- Verginità come valore : intenso desiderio, **trasgressività** e **colpa**



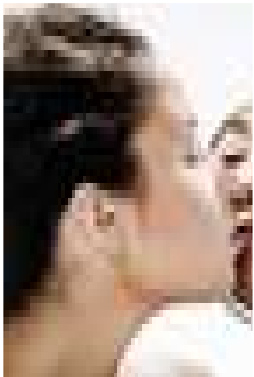
SESSUALITÀ E NARCISISMO



Paura di essere trasparenti e non amati
alimenta l'uso del corpo attraverso codici
narcisistici e sessualizzati



La sessualità viene rappresentata come un
esercizio atletico e prestazionale volto a
collaudare il proprio potere seduttivo e
ricercare rispecchiamento, popolarità e
valorizzazione, piuttosto che uno scambio
emotivo e affettivo



Meno sesso reale e più sesso virtuale



Anche il sesso subisce l'influenza
dell'idealizzazione (del proprio e altrui
corpo, dell'incontro sessuale)

PAURA DELLA SESSUALITÀ



Più sesso fuori dalla coppia: l'amato deve trovarti competente, il partner sessuale non necessariamente scissione sessualità e affetti diluisce la dipendenza

“Relazione aperta” come protezione dai rischi del legame, scongiura la vergogna, la paura dell'abbandono



Paura dell'intimità: alcool e sesso, ebbrezza necessaria per affrontare la prima volta e la sessualità in generale. Atto sessuale come *perform*

SEXTING IN ADOLESCENZA

Controllo del bisogno affettivo e dell'oggetto

- ❖ Scissione del corpo dagli aspetti affettivi e relazionali
- ❖ Protezione dal rischio del rifiuto:
 - garantisce l'indipendenza affettiva
 - protegge dall'esposizione del corpo reale e «totale»



SEXTING E RECESSIONE SESSUALE

- Stare nella mente dell'altro vs nel corpo dell'altro
- Più sexting meno sesso: più eccitamento e meno complementarità
- «*Catching feelings*»: »prendersi un sentimento» come fosse un malanno, paura dell'amore, dei sentimenti e delle relazioni di dipendenza (Twenge, 2017)
- «Recessione sessuale»: la pratica sessuale è in forte diminuzione tra i giovani a causa della difficoltà a gestire la relazione e il legame di dipendenza dall'altro. Gli adolescenti odierni fanno meno sesso rispetto a quelli delle generazioni precedenti. Sperimentano una maggiore vulnerabilità fisica ed emotiva correlata al sesso



SEXTING COME NUOVA NORMALITÀ

Sexting entra a far parte della relazione di coppia, come un nuovo codice della pratica amorosa.

Rimanda all'urgenza del bisogno di contatto e relazione

Virtualizza l'esigenza evolutiva di mettere alla prova il corpo erotico e di testare le capacità seduttive

Consente il collaudo e la sperimentazione della femminilità, la verifica della capacità di accendere il desiderio nell'altro

Permette di ricevere immediatamente sguardi di approvazione e valorizzazione del sé nascente sé

Al centro non c'è tanto il corpo erotico e la pulsione sessuale ma il **corpo narcisistico**: il bisogno di valorizzazione e rispecchiamento è più forte dell'impulso sessuale, dell'accoppiamento reale



SEXTING COME CONDOTTA A RISCHIO

A volte il sexting assume risvolti allarmanti e preoccupanti

- Alcune ricerche ne indicano la correlazione con l'impulsività, difficoltà emotive e problemi di comportamento (per es. fumare, bere alcool e usare sostanze)
- Non è un comportamento trasgressivo ma può indicare la ricerca di una soluzione alla fatica di crescere, di mentalizzare il corpo. Indicatore della fragilità del sé
- Può segnalare un profondo disagio e un tentativo di soluzione di un blocco evolutivo e di gestione del dolore psichico
- L'adolescente è alla ricerca di uno sguardo capace di donare valore, riconoscimento e rispecchiamento, che può confermare il proprio diritto di esistere, ad essere pensato e amato

LE TENTAZIONI ESTREME DI INTERNET MORIRE DI POPOLARITÀ



«SIAMO L'ESERCITO DEL SELFIE, DI CHI SI ABBRONZA CON L'IPHON»

Il selfie è ancora vissuto come un autoscatto?

- ❖ Documenta in tempo reale la vita del protagonista ad una platea di destinatari
- ❖ Socializza il privato
- ❖ Fa trionfare il Sé sull'oggetto
- ❖ In adolescenza assume una funzione di sperimentazione di diverse parti del sé all'interno di un processo di costruzione identitaria
- ❖ I destinatari sono i coetanei
- ❖ Racconta della paura di non essere visto e quindi di essere dimenticato
- ❖ Ricerca visibilità, riconoscimento, valorizzazione, ammirazione

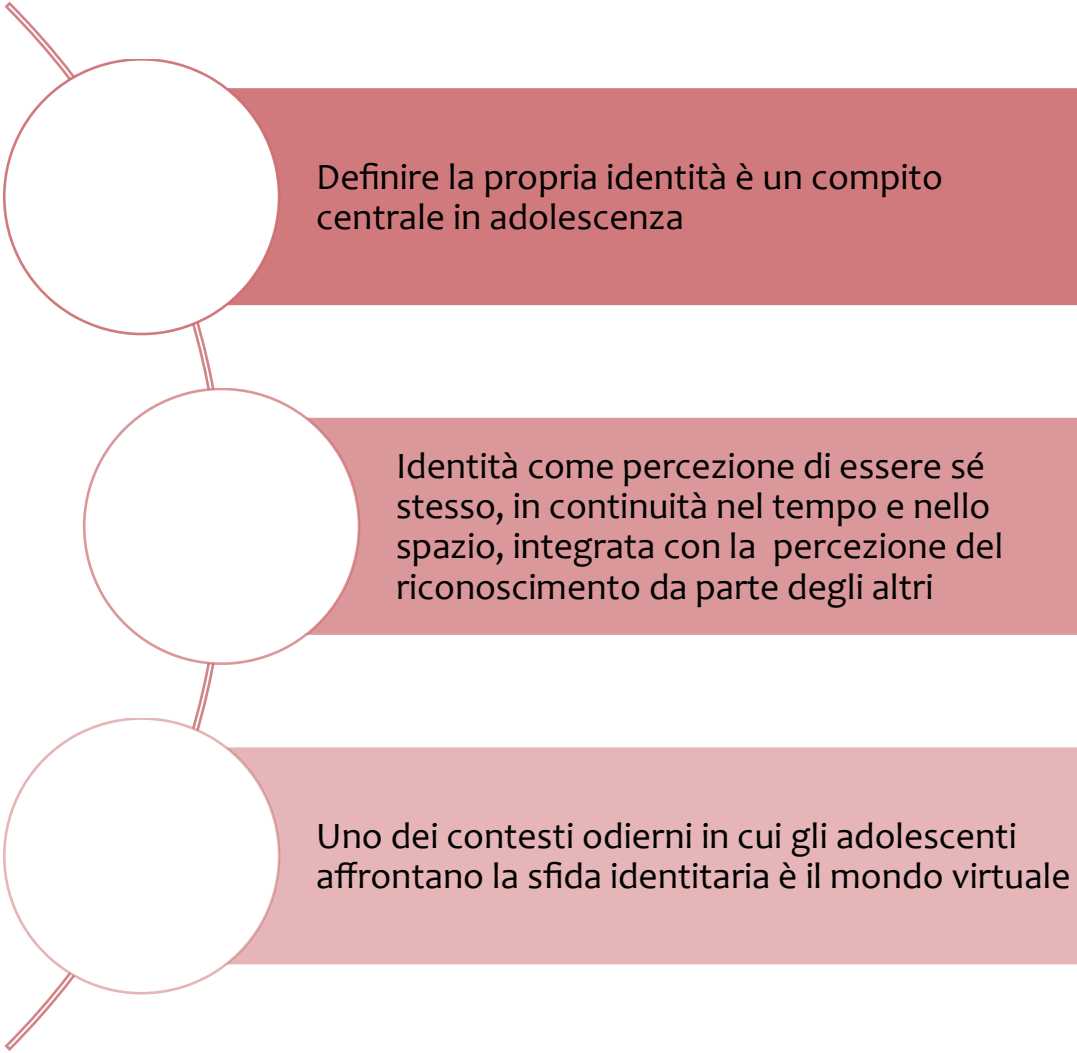


APPARTENENZE A GRUPPI RADICALI



IDENTITÀ E APPARTENENZA ONLINE

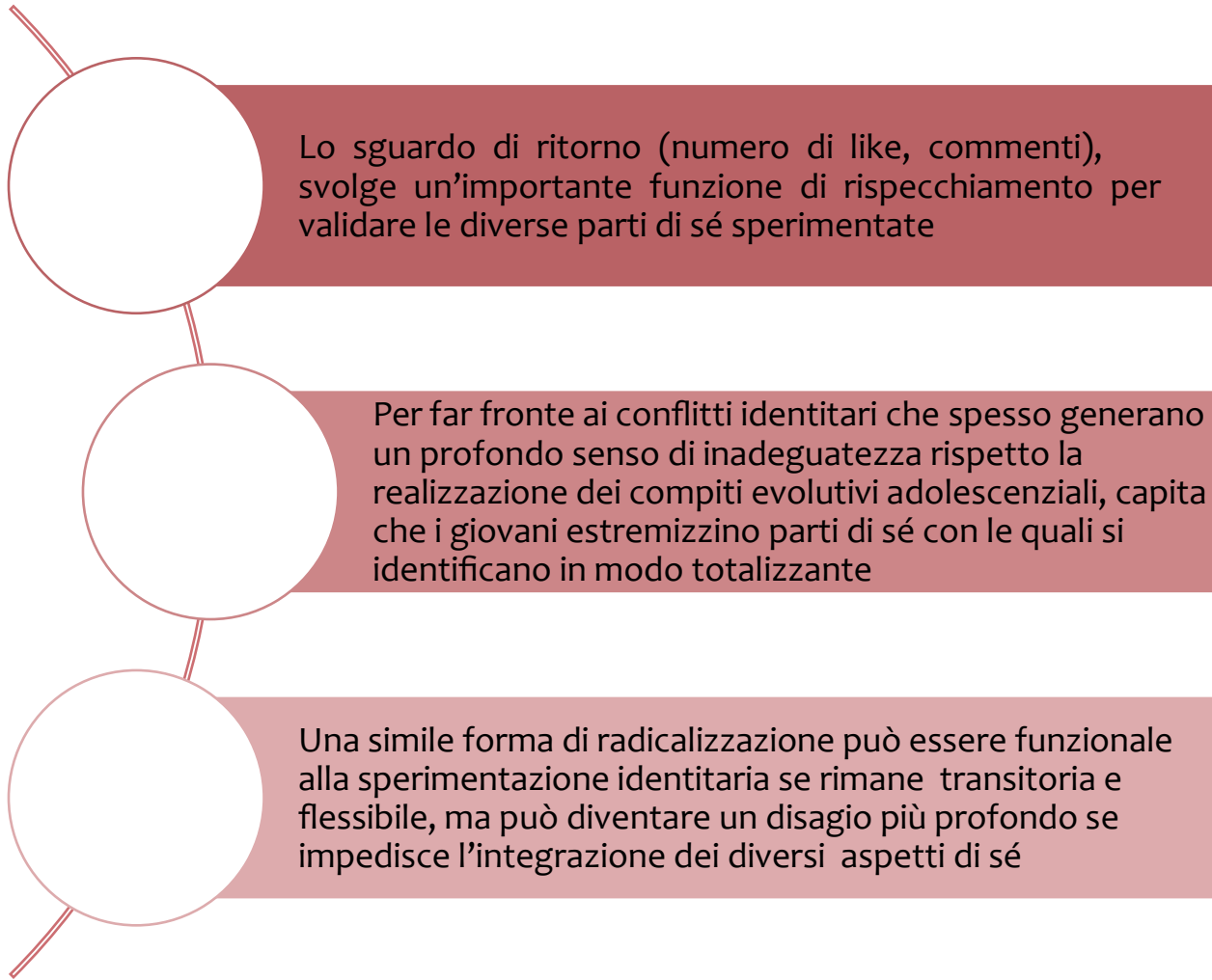
Dalla fisiologia alla patologia



Definire la propria identità è un compito centrale in adolescenza

Identità come percezione di essere sé stesso, in continuità nel tempo e nello spazio, integrata con la percezione del riconoscimento da parte degli altri

Uno dei contesti odierni in cui gli adolescenti affrontano la sfida identitaria è il mondo virtuale



Lo sguardo di ritorno (numero di like, commenti), svolge un'importante funzione di rispecchiamento per validare le diverse parti di sé sperimentate

Per far fronte ai conflitti identitari che spesso generano un profondo senso di inadeguatezza rispetto la realizzazione dei compiti evolutivi adolescenziali, capita che i giovani estremizzino parti di sé con le quali si identificano in modo totalizzante

Una simile forma di radicalizzazione può essere funzionale alla sperimentazione identitaria se rimane transitoria e flessibile, ma può diventare un disagio più profondo se impedisce l'integrazione dei diversi aspetti di sé

IDENTITÀ E APPARTENENZA ONLINE

Dalla fisiologia alla patologia

Il concetto d'appartenenza è strettamente legato a quello d'identità

Il senso d'appartenenza è l'esperienza di sentirsi accettato, voluto e valorizzato

La costruzione identitaria avviene in interazione continua con l'ambiente affettivo e sociale a cui apparteniamo

Il bisogno d'appartenenza, rispetto al sistema familiare prima, e ai vari gruppi ricercati per affinità poi, è un sistema motivazionale di base, innato e predeterminato

Appartenere a gruppi di pari, con cui si condividono interessi e necessità risponde al fisiologico bisogno adolescenziale di sentirsi parte di un gruppo di coetanei con cui costruire un proprio nuovo sistema di valori, che concorre a definire la propria identità nascente.



PENSARE RISPOSTE ADULTE ALTERNATIVE



Angosce di ruolo degli adulti
esitano in: demonizzazione di
internet divieti e censure



Non sono le uniche strade
percorribili, sono facilmente
aggirabili, minacciano la
comunicazione e la relazione



Internet è un ambiente il cui
utilizzo va compreso all'interno
del percorso di realizzazione
dei compiti evolutivi di ognuno

Quindi quali potrebbero essere risposte alternative?

Relazione, dialogo, uso consapevole, meno controllo, più curiosità e condivisione

PENSARE RISPOSTE ADULTE ALTERNATIVE

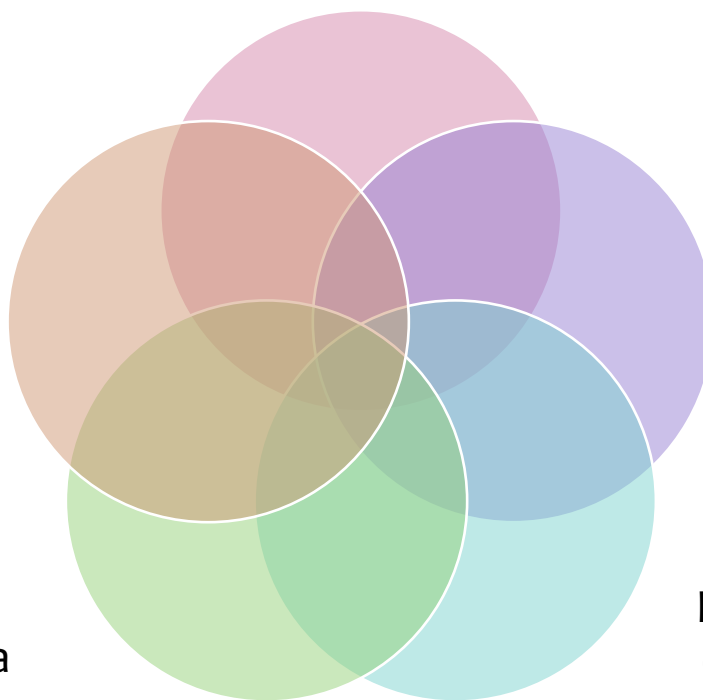
Interessarsi autenticamente alla vita online dei propri figli, domandano e parlando di quello che succede e di quello che trovano in Internet

Creare una cultura adulta capace di meglio comprendere l'utilizzo soggettivo delle tecnologie in funzione dell'età

Agire in ottica preventiva: informando dei rischi e sfruttando le opportunità della rete

Fare spazio al dolore e sostenere la complessità della crescita

Porsi come punto di riferimento di fronte ai dubbi dei giovani su quanto avviene online



Ogni dolore
insegna una
lezione, e
ogni lezione
ti cambia.

Franco Belfio



STUDIO DI PSICOLOGIA E PSICOTERAPIA DOTT.SSA ORIETTA SPONCHIADO

- *Psicologa – psicoterapeuta*
- *Consulente Tecnico di Parte*
- *Mediatore Familiare*
- *Esperta in Terapie Interculturali*
- *Esperta in Psicologia Scolastica*

*Piazza Menon, 2
31056
Biancade di Roncade (TV)*

*Cell. 348 74 87 655
orietta.sponchiado@email.it
www.orietta.sponchiado.it*



Orietta Sponchiado Studio di Psicologia e Psicoterapia

Grazie per l'attenzione!