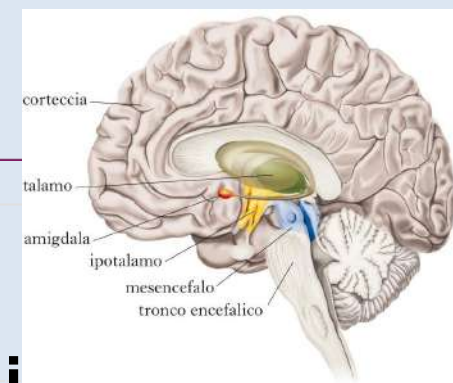


Alessandra Fermani

alessandra.fermani@unimc.it



**ADOLESCENTI:
REALMENTE UN BUCO
NERO?**



Emozioni e processi decisionali

- *Descartes' Error: Emotion, Reason, and the Human Brain.* Damasio contrasta la drastica separazione tra emozione e intelletto introdotta da Cartesio. Senza sentimenti di fondo sarebbe il nucleo stesso della rappresentazione del sé ad essere infranto.

Cambiamenti sociali adolescenti

- Società: ruolo del figlio come bene prezioso (arrivo tardi alla maternità, nuove tecniche di fecondazione assistita)
- Divertimento che si sostituisce all'impegno
- Fase adolescenziale protratta e non più come passaggio
- Maggiori cambiamenti umorali

Identità

- Erikson (1950): l'acquisizione dell'identità è il compito di sviluppo centrale dell'adolescenza
- Marcia (1966): individuazione dei possibili esiti del processo identitario

		Impegno	
		Presente	Assente
Esplorazione	Presente	ACQUISIZIONE	MORATORIUM
	Assente	BLOCCO	DIFFUSIONE

Un nuovo modello (Crocetti e Meeus, 2006)....

- **Impegno:** fa riferimento alle scelte fatte negli ambiti rilevanti dell'identità e alla misura in cui gli individui si identificano con la tali scelte
- **Esplorazione in profondità:** rappresenta una modalità di vivere l'impegno attivamente, per esempio riflettendo su di esso, cercando informazioni o confrontandosi con altre persone
- **Riconsiderazione dell'impegno:** fa riferimento ai tentativi degli individui di confrontare i loro impegni con altre alternative disponibili e agli sforzi di cambiare gli impegni assunti in quanto non sono soddisfacenti

QUANTO SONO IMPORTANTI I LEGAMI DI ATTACCAMENTO?

Lo sviluppo del cervello è sotto controllo genetico ma è comunque plasmato anche dall'ambiente che lo circonda e dall'esperienza.

Le connessioni nervose tra neurone e neurone (sinapsi) sono più numerose se il piccolo cresce con la madre presente o se invece ne viene allontanato anche per periodi relativamente brevi.

Le implicazioni per il cervello umano e ambienti malsani/carenti possono esercitare sullo sviluppo del bambino effetti deleteri.

Anche modificazione sistema limbico (es. risposta a segnali di paura)



- I legami d'attaccamento e la qualità delle cure ricevute determinano forti variazioni nei circuiti cerebrali che potrebbero essere responsabili del perché amiamo come amiamo, cioè come viviamo l'innamoramento (ossitocina), l'amore, la fedeltà/monogamia (Attili, 2017).
- Le prime esperienze non producono le stesse reazioni in tutti gli individui. Il piacere di instaurare relazioni affettive deriva da cause genetiche (regolazione della produzione degli oppioidi, le droghe dell'organismo, che fanno associare lo stare con gli altri a una sorta di ricompensa, Panksepp, 2003) ma soprattutto sociali.

Attaccamento sicuro

- Caretaker affettuoso, sensibile, contatto gradevole e risposta alle esigenze di conforto contribuiscono alla rappresentazione mentale di noi stessi come persona degna di essere amata e amabile. I positivi accadimenti affettivi precoci vengono impressi nella memoria procedurale del bambino e, se non modificati, hanno effetti a lungo termine.
 - Legami sentimentali stabili, monogamici, improntati all'impegno, alla fiducia nel partner e disponibilità a prendervi cura dell'altro. Capacità autoregolatoria delle emozioni, capacità empatica, minore ansia nel pensare di essere abbandonati (nel distacco il dolore non perdura oltre l'anno, c'è capacità di aprirsi a nuove situazioni) e nell'affrontare le difficoltà.
-

Attaccamento evitante

- Cure carenti, spinta all'estrema autonomia e poco contatto fisico portano l'individuo a pensarsi come persona che deve cavarsela da sola, non degna di essere amato.
 - Indifferenza al rinforzo sociale, piacere ridotto nello stare insieme ad altri, poco bisogno di appartenenza e desiderio di solitudine, in risposta al sorriso alla RMF mostrano bassa attivazione delle aree cerebrali deputate alla gratificazione
 - Incapacità a prendersi cura del partner, forte controllo emozionale (si può contare solo su se stessi) incapacità di intimità fisica ed emotiva. Difficoltà a mantenere legami stabili o nell'innamoramento, continua attrazione della novità/promiscuità e di sensazioni forti con nuovi partner per attivare processi neuronali di eccitazione (dreem sekers).
 - Alla base c'è la volontà inconscia di non coinvolgersi per paura di essere rifiutati e soffrire. Viene mostrato minore dolore per una rottura ma spesso il controllo emotivo cela comunque ansietà.
 - Gli individui evitanti sono genitori meno capaci di attivarsi empaticamente di fronte a distress da parte dei figli (emerge il ricordo doloroso dell'infanzia e si attuano strategie di coping difensivo e di disinvestimento emotivo)
 - LUDUS , PRAGMA, STORGE
-

Attaccamento ambivalente invischiato



- Cure imprevedibili portano a strutturare una personalità con bassa autostima, al sentirsi fragili/vulnerabili, poco amabili, ma a farsi carico della relazione affettiva.
- Una dipendenza dall'amore che porta ansia, gelosia, ipercoinvolgimento ossessivo, dolorosa dipendenza dal partner e sua idealizzazione. Le aree cerebrali che si attivano sono maggiormente quelle delle emozioni ma con minore capacità di saperle regolare (es. iper attivazione dell'amigdala come stato continuo di allarme che si manifesta con gelosia patologica)
- MANIA, LUDUS

Attaccamento disorganizzato

- Cure imprevedibili, maltrattamento e trascuratezza emotiva provocano nel bambino paura irrisolvibile nei confronti di un caregiver violento. La rappresentazione di se stessi è quella di individui indegni di essere amati e anzi violati da chi li dovrebbe proteggere.
- Chi ha subito un trauma nel momento in cui gli si chiede di ricordarlo non incrementa le connessioni cerebrali quindi il dolore ostacolando le funzioni corticali superiori non permette la rielaborazione e impedisce alla coscienza di dare nuovi significati all'esperienza.
- Tendenza ad attaccare il partner o ad essere troppo compiacenti per non essere ulteriormente perseguitati. La struttura evitante – timorosa porta alla continua ricerca dell'amore ma anche alla fuga o distruzione dello stesso legame per timore di essere feriti o rifiutati. Il dolore sociale è conseguenza del rifiuto ed è identico a quello che si prova quando si ha un dolore fisico ad esempio causato da una ferita. I due tipi di dolori si basano su processi neurocognitivi analoghi
- MANIA

8

Come i giovani vivono la tecnologia

Bari, AIP Sociale, 2018

Una serie di statistiche mostrano come mediamente oggi, un **bambino di cinque anni che non ha ancora imparato a scrivere**, abbia già al suo attivo tra le **cinquecento e le seicento ore di utilizzo** delle tecnologie digitali, principalmente **smartphone e tablet**.

All'età di **dodici anni**, il numero di ore sarà salito a **seimila**, per arrivare a **diecimila a quindici anni** e a **quindicimila a diciotto**.

Figura 1.4 - Tempo di esposizione ai mezzi nel giorno medio, per età (2017; minuti)



9

Come i giovani vivono la tecnologia

Bari, AIP Sociale, 2018

Quindicimila ore di utilizzo è una cifra enorme. Per fare un paragone, è la stessa quantità di tempo richiesta **ad un musicista per diventare un professionista.**



Per questo, la differenza tra noi e un **nativo digitale** in relazione all'uso della tecnologia non è diversa da quella **tra noi e un violinista** in relazione all'uso dello strumento.

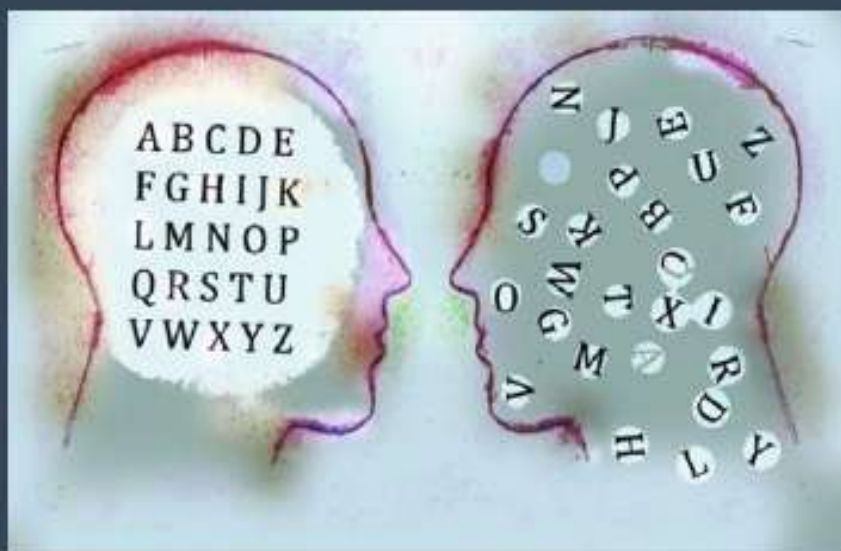
Lui è un "esperto", molti di noi no.

Ma perché?



La capacità di imparare a riconoscere le emozioni passa dal **corpo** (risonanza emozionale dei neuroni specchio).

La mancanza di fisicità dell'altro nei media digitali priva il giovane di un importante punto di riferimento nel processo di apprendimento e comprensione delle emozioni proprie e altrui, favorendo **l'analfabetismo emotivo**



Criticità: una ridotta consapevolezza e quindi controllo delle proprie emozioni, delle ragioni per le quali si prova una certa emozione e l'incapacità a relazionarsi con le emozioni altrui.



Reti Sociali e Identità

Henri Tajfel (1919 – 1982) postula
identifica il Gruppo/Rete come luogo di
nascita dell'**Identità Sociale**:

- **Identificazione**: L'identità è costruita tramite l'adesione alle regole/schemi dei gruppi e
- **Confronto Sociale**: L'identità è costruita tramite il confronto tra il proprio gruppo e "l'altro"

E guidare come un pazzo a fari spenti nella
notte per vedere

Se poi è tanto difficile morire

E stringere le mani per fermare

Qualcosa che

È dentro me

Ma nella mente tua non c'è

Capire tu non puoi

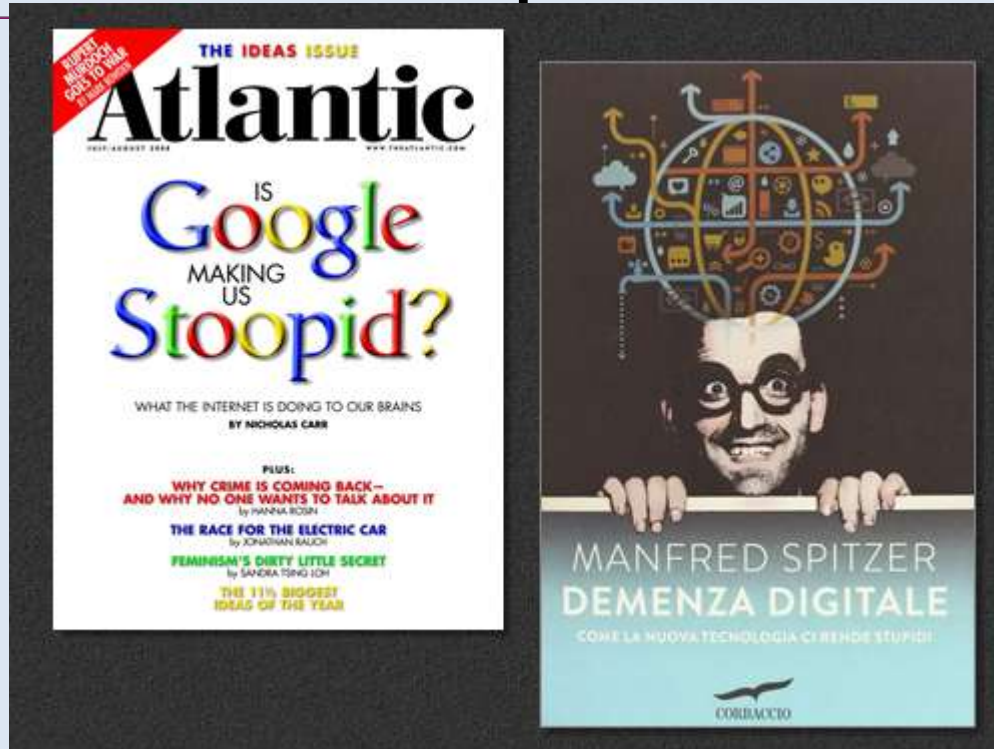
Tu chiamale, se vuoi

Emozioni

Tu chiamale, se vuoi

Emozioni

Ma è proprio come dicono i media che la tecnologia ci rende stupidi?



La realtà è che gli scienziati non sanno bene quali siano gli effetti a lungo termine delle tecnologie sullo sviluppo cognitivo e socio-emotivo e sulla costruzione della propria identità. Siamo di fronte alla **prima generazione che impara a usare la tecnologia prima del codice linguistico.**

DI CERTO SAPPIAMO CHE:

- Cambio del limite in aula i confini non sono quelli fisici perché il mondo è dietro un click.
- Cambio della percezione del senso del luogo (l'identità di luogo, l'appartenenza a una città/scuola/squadra scompaiono)
- Interrealtà e fusione di identità sociali
- Selfie come scatto per altri
- **IL VALORE DELL'ESEMPIO**
- <https://www.youtube.com/watch?v=2ZrU1biPwpc>

Nessuna categorizzazione potrà mai essere esaustiva e discreta

**Anche il neonato è persona in relazione
(Galli, 2009)**

GRAZIE!!

