

PREADOLESCENZA E ADOLESCENZA:
CAMBIAMENTI EVOLUTIVI, SVILUPPO
DELL'IDENTITÀ, RIORGANIZZAZIONE DELLE
RELAZIONI



Cambiamenti e conseguenze psicologiche in preadolescenza

Preadolescenza: 11-14 anni

Cambiamenti fisiologici, cognitivi e di vita

Cambiamenti evolutivi

- Trasformazioni corporee e maturazione sessuale
- Incremento dell'attività dell'amigdala: intensificazione delle emozioni, sensibilità agli stimoli sociali (Nelson et al., 2005)
- Sviluppo cognitivo: la struttura del pensiero diventa astratta, la realtà percepita come realizzazione del possibile → messa in discussione della realtà così com'è → es. disillusione verso le figure genitoriali

Cambiamenti nello *stile di vita*: nuova scuola, cambiano compagni, insegnanti, organizzazione didattica, tempi, attività

Conseguenze sullo sviluppo psicologico

- Necessità di rielaborare il nuovo corpo sessuato e generativo
- Ipersensibilità (Steinberg, 2005)
- Modificazioni nei rapporti con gli adulti e con i coetanei:
 - ambivalenza nella relazione con i genitori
 - relazioni in gruppi di coetanei dello stesso sesso

La pubertà

- Produzione di ormoni sessuali (estrogeni e testosterone) → cambiamenti fisici: sviluppo dei caratteri sessuali primari e secondari, forte crescita in altezza e peso
- Ampia variabilità individuale nell'inizio della pubertà (10-16 F, 12-16 M)

Fattori che determinano la pubertà precoce:

- fattori genetici (Mustanski et al., 2004)
- alimentazione ricca di grassi
- esperienze stressanti nell'infanzia (→ ormoni dello stress stimolano l'ipotalamo)
- esposizione alla luce e al calore del sole
- Corpo oggetto di preoccupazione ed ansia: difficoltà e problemi dovuti a crescita precoce o ritardata

Compiti evolutivi in adolescenza

Adolescenza: 14-20 anni circa (variabilità dovuta a fattori culturali, storici, individuali, ambientali)

Costruzione di una propria identità definita e distinta (processi di differenziazione e individuazione) (Palmonari, 2000)

- Mentalizzazione del nuovo corpo sessuato (Charmet, 2000)
- Distacco psicologico dai genitori
- Costruzione di nuovi legami affettivi e sociali

Superamento del conflitto tra “Sé non integrati” (Sé sociale, Sé sessuato, Sé aggressivo, Sé creativo, Charmet, 2000)

Mentalizzazione del corpo

Compito: Costruire un'immagine mentale del nuovo corpo sessuato con significati relazionali, affettivi, erotici, generativi

CORPO = luogo di comunicazione della propria identità, dei propri valori, del proprio status

Primi interlocutori: coetanei

Tra i contenuti problematici da elaborare (perché in contrasto con la fragilità narcisistica dell'adolescente):

- *mortalità* del corpo adulto
- *complementarietà* del corpo adulto

Quando non c'è sostegno, ma solitudine accompagnata da sviluppo precoce e incapacità di elaborarlo: "mentalizzazione" può divenire disfunzionale

Cambiamenti nel rapporto con i genitori

Distacco psicologico dai genitori e “ricontrattazione” del potere

- tramonto dell’immagine dei genitori come depositari della conoscenza: rottura del legame di sudditanza culturale
- fattori che determinano la “separazione” dai genitori:
 - desiderio sessuale esogamico
 - corpo dotato di potenziale aggressivo
 - pulsione sociale
 - bisogno di conoscenza
- conflitto tra relazione con i genitori e nuove forme di vita sociale
OGGI RIDOTTO dalle nuove caratteristiche delle relazioni familiari (Charmet, 2009)
- il distacco comporta la riduzione del *rifornimento narcisistico* fornito dai genitori

Cambiamenti nel rapporto con i genitori (2)

Ostacoli al processo di separazioni dai genitori

- Lutto reale
- Divorzio o separazione dei genitori
- Divorzio o separazione dei genitori
- Bocciatura scolastica

Risorse che favoriscono il processo di separazione dai genitori

- Piccolo gruppo monosessuale di amici coetanei
- Amica/o del cuore
- Primo amore di coppia
- Adulto competente

Spostamento di affetti in adolescenza

Processo di disinvestimento dei vecchi oggetti d'amore (genitori, linguaggio e oggetti infantili, ritmi domestici della vita infantile)

2 fasi:

- 1) spostamento di attenzione ed energie su di sé (fase narcisistica fisiologica)
- 2) spostamento di attenzione ed energie verso gli oggetti esterni, caratterizzato da oscillazione tra successi e insuccessi

“Lavoro del lutto” per il processo di separazione dagli oggetti d'amore: può essere *fisiologico* o *depressivo* (sterilità affettiva, perdita di progettualità, senso di inadeguatezza)



Costruzione di un'identità personale indipendente da quella dei genitori

Il gruppo dei pari in preadolescenza e adolescenza

Il gruppo svolge un'importante funzione di sostegno nello svolgimento dei compiti evolutivi

- sostegno affettivo (che lenisce il senso di colpa relativo al processo di separazione dalla propria famiglia)
- sostegno nel processo di mentalizzazione del nuovo corpo
- sostegno nelle condotte esplorative
- interiorizzazione di valori di riferimento elaborati insieme ai coetanei (sostegno al processo di costruzione di un nuovo soggetto sociale)

Caratteristiche delle relazioni con i pari nella preadolescenza

Piccoli gruppi monosessuali: sostegno nella realizzazione dei compiti evolutivi sessualmente differenziati

Gruppo femminile

- Necessità di mentalizzare un nuovo corpo sessuato e generativo (accoglienza)
- Forte orientamento all' esplorazione del mondo *interno*

Gruppo maschile

- Necessità di mentalizzare un nuovo corpo sessuato, generativo + potenzialmente aggressivo
- Forte orientamento all' esplorazione del mondo *esterno*

Caratteristiche delle relazioni con i pari in adolescenza: il grande gruppo eterosessuale

caratteristiche

- aperto alle relazioni con soggetti sovragruppali
- conservatore (es. di riti, modalità scherzose, ricordi, abitudini)
- conformismo e intolleranza per le diversità

funzioni

- rispecchiamento reciproco ed elaborazione d'identità
- sperimentazione di nuovi ruoli e nuove forme d'interazione (palestra all'interazione nel mondo adulto)
- confronto e nuovi apprendimenti
- gestione del vuoto emotivo e dell'ansia connessi al progressivo distacco dalla famiglia

La coppia amicale in preadolescenza e adolescenza

caratteristiche: connotati fortemente etici (legame fondato su lealtà, riservatezza, condivisione di segreti e vitalità)

funzioni

- racconto di sé e della propria famiglia + elaborazione condivisa di una nuova cultura: sostegno nel processo di separazione
- rappresenta un'immagine speculare del sé (→ favorisce l'esplorazione del sé)
- precorre la relazione di coppia

Sviluppo di un nuovo senso di sé in adolescenza

- Struttura del pensiero diventa astratta → ampliamento degli orizzonti del sé: molti ipotetici sé vengono confrontati con la rappresentazione del proprio sé
- Cambiamenti fisici + maturazione sessuale
- Cambiamenti nello stile di vita



“*crisi di identità*”: sperimentazione di diversi aspetti dell'identità passando da un'esperienza all'altra → integrazione delle diverse espressioni di sé nella creazione di un'identità coerente (Erikson, 1963)

Teoria degli stadi psicosociali di Erikson (1968)

Stadio	Crisi psicosociale	Età
1	Fiducia vs. sfiducia	0-1
2	Autonomia vs. vergogna e dubbio	1-3
3	Iniziativa vs. senso di colpa	3-6
4	Industriosità vs. inferiorità	6-pubertà
5	Identità vs. diffusione di identità	adolescenza
6	Intimità vs. isolamento	giovinezza
7	Generatività vs. stagnazione	maturità
8	Integrità dell'Io vs. disperazione	anzianità

Sviluppo dell'identità in adolescenza: modello teorico di Marcia (1966, 1980)

Verifica empirica del modello di Erikson: indagine sullo “stato di identità” relativo a determinati contenuti (lavoro, convinzioni religiose, credenze politiche, atteggiamento sessuale)

Individuazione di 4 diversi “stati di identità” definiti dalle dimensioni dell'esplorazione e dell'impegno:

- diffusione
- esclusione/blocco
- moratoria
- raggiungimento dell'identità

Critiche ai modelli di Erickson e Marcia

i dati di numerose ricerche condotte dagli anni '80 ad oggi (Bosma, Jack, 1990; Coté, Levine, 1988; Dogana, 2002) mostrano che

- lo sviluppo dell'identità non si esaurisce nel periodo adolescenziale (o la crisi può sopraggiungere più tardi, e lo sviluppo dell'identità può essere vissuto nei primi anni dell'età adulta)
- per la maggior parte dei giovani i cambiamenti nell'identità e nell'autostima sono gradualmente
- la costruzione dell'identità avviene in termini relativi, in modo differenziato (rispetto a tempi, livelli di criticità e risoluzioni) in diversi ambiti di vita

Adolescenti e comportamenti a rischio

In adolescenza emergenza di comportamenti diversi (es. guida pericolosa, alimentazione disturbata, furto, vandalismo, alto consumo di alcol) che possono compromettere il benessere fisico, psicologico e sociale (Jessor, 1998)

- nella maggior parte dei casi scompaiono o si riducono nell'età seguenti → non sono interpretabili come psicopatologia
- non possono essere spiegati come risultato di ripetizione meccanica di modelli offerti dai pari



Azioni autoregolate, dotate di senso, che svolgono delle *funzioni* legate allo *sviluppo dell'identità* (es. adultità, sperimentazione di sé, trasgressione, differenziazione, affermazione di autonomia) e alla *partecipazione sociale* (es. condivisione di azioni ed emozioni, emulazione e superamento, rito di legame) (Bonino, Cattelino, Ciairano, 2003)

Fattori di protezione dei comportamenti a rischio

Fattori di protezione dei comportamenti a rischio: caratteristiche o situazioni che diminuiscono la probabilità di coinvolgimento/riducono il coinvolgimento in atto/moderano fattori di rischio

- famiglia: modelli positivi, disapprovazione esplicita, stile educativo autorevole
- scuola: soddisfazione, benessere, successo scolastico
- comunità: offerta di luoghi di aggregazione per attività significative a livello personale e sociale; presenza di gruppi che offrono possibilità di sperimentare situazioni, che propongono sfide e richiedono elevate abilità per affrontarle, che offrono occasioni di riflessione
- coetanei: modelli non trasgressivi/oppositivi/coinvolti in attività a rischio; grado di accordo con i genitori

Prevenzione dei comportamenti a rischio

- Prevenzione basata sulle funzioni: favorire il ricorso a comportamenti salutari sul piano individuale e sociale per raggiungere obiettivi di sviluppo rilevanti



Azione preventiva diretta

- Fornire modelli di comportamento positivi
- Fornire informazioni mirate sui comportamenti a rischio e sulle loro funzioni

Azione preventiva indiretta

- Fornire sostegno affettivo, dialogo e supervisione
- Potenziare le life skill: autoefficacia, capacità risolutiva, progettualità, utilizzo di regole, comunicazione efficace, empatia, pensiero critico, e creativo, gestione delle emozioni
- Offrire attività socialmente rilevanti e con assunzione di responsabilità