

Psicologinews.it

Scientific

**La Trappola
Multidimensionale:
Complessità Clinica e
Rischi Vitali nei
Disturbi del
Comportamento
Alimentare (DCA)
di Antonia Bellucci
pag 31**

**L'Ombra del Digitale:
Un'Analisi
approfondita sulla
Nomofobia e la
Trasformazione
dell'Identità Moderna
di Ilenia Gregorio
pag 34**

**La genitorialità
nell'era digitale:
quale funzione
riflessiva?
di Flavia La Gona
pag 42**



**Quanto è oscuro il *DARK*?
Riflessioni psicologiche, cliniche e
sociali, sul fenomeno *Dark*
di Lia Corrieri pag 4**

**Stimming
di Anna Borriello, Francesca Dicè pag
18**

**Tentativi di suicidio e atti autolesivi nei
disturbi del neurosviluppo: il dramma
del disallineamento cognitivo
di Roberto Ghiaccio – Dora Sorrentino
pag 25**



REDAZIONE

Anna Borriello

Antonia Bellucci

Cinzia Saponara

Francesca Dicè

Ilenia Gregorio

Lia Corrieri

Roberto Ghiaccio

Nicoletta Del Monaco

Supplemento mensile a:

psicologinews.it

Autorizzazione Tribunale
di Napoli n° 32

del 10/11/2020

Direttore Responsabile

Raffaele Felaco

redazione@psicologinews.it

Chiuso il: 15 maggio 2025

**C O M I T A T O
SCIENTIFICO**

Caterina Arcidiacono

Rossella Aurilio

Gino Baldascini

Paolo Cotrufo

Pietro Crescenzo

Emanuele Del Castello

Massimo Doriani

Antonio Ferrara

Mariafrancesca Freda

Massimo Gaudieri

Michele Lepore

Giovanni Madonna

Nelson Mauro Maldonato

Fortuna Procentese

Aristide Saggino

Sergio Salvatore

Raffaele Sperandeo

Antonio Telesca

Rino Ventriglia

INDICE

Quanto è oscuro il *DARK*?

R i f l e s s i o n i
psicologiche, cliniche e
sociali, sul fenomeno
Dark

di Lia Corrieri pag 4

Stimming

di Anna Borriello,
Francesca Dicè pag 18

**Tentativi di suicidio e
atti autolesivi nei
disturbi del
neurosviluppo: il
dramma del
disallineamento
cognitivo**

di Roberto Ghiaccio –
Dora Sorrentino pag 25

**La Trappola
Multidimensionale:
Complessità Clinica e
Rischi Vitali nei Disturbi
del Comportamento
Alimentare (DCA)
di Antonia Bellucci
pag 31**

**L'Ombra del Digitale:
Un'Analisi approfondita
sulla Nomofobia e la
T r a s f o r m a z i o n e
dell'Identità Moderna
di Ilenia Gregorio pag 34**

**La genitorialità nell'era
digitale: quale funzione
riflessiva?
di Flavia La Gona
pag 42**

Quanto è oscuro il **DARK**?

R i f l e s s i o n i psicologiche, cliniche e sociali, sul fenomeno **Dark**

di Lia Corrieri

*"I'm lost in a forest
All alone"*^[1]

Qualche giorno fa ho ritrovato il biglietto d'ingresso a una mostra fotografica che avevo avuto occasione di visitare nel 2024 presso il Museo di Roma in Trastevere. La rassegna dal titolo *80's Dark Rome*^[2] ruotava attorno a una serie di ritratti, noti come *Dark Portraits*, che il fotografo Dino Ignani^[3] aveva scattato a giovani della scena *dark* romana nei primi anni Ottanta del Novecento. Ricordo le espressioni malinconiche ma anche divertite, incuriosite e perfino sfidanti dei soggetti fotografati; soprattutto rammento la forza della loro immagine, del loro trucco, dei loro abiti, in una parola, della

loro estetica. Un'estetica spesso scolpita sul modello offerto da musicisti che, come Siouxsie Sioux^[4] e Robert Smith^[5], in quegli anni iniziarono a ostentare un trucco cadaverico simile al *make up* adottato dalle dive del cinema muto^[6] (Steele, 2008) e da personaggi delle pellicole espressioniste d'avanguardia (Cooke, 2007)^[7]. È infatti grazie anche questi artisti che l'estetica *dark* ha saputo affermarsi nell'immaginario collettivo tanto da essere, almeno in parte, inglobata e commercializzata dal mercato *mainstream* (Soares, 2025) arrivando a condizionare, in un legame d'influenza reciproca, settori come moda e cinema così come testimoniato dalle creazioni dello stilista Alexander McQueen^[8] (Steele, 2008) e da personaggi cinematografici come Edward Mani di Forbice (Potter, 1992)^[9]. Nello specifico, l'immagine *dark* viene descritta dal critico musicale Simon Reynolds (2005/2018) come:

una combinazione di
pallore cadaverico, capelli neri
cotonati o arruffati, camicie

con balze stile Reggenza, cappelli a cilindro, abiti di pelle, colletti alti inamidati e appuntiti, il tutto accompagnato da gioielli religiosi, magici o macabri (orecchini d'osso, rosari, pentacoli, croci egizie, teschi), in genere d'argento. (p. 564).

Sebbene alcune di queste caratteristiche dell'immagine *dark* siano divenute ormai una sorta di marchio di fabbrica, degli scatti di Ignani colpisce come ognuno dei soggetti ritratti sembrava mostrare una propria unicità nell'interpretare questa estetica a testimonianza di come, probabilmente, non esistesse un modo univoco di percepirsi e rappresentarsi come *dark*. Dopotutto, già Reynolds (2005/2018, p. 564), trattando proprio questo fenomeno, aveva osservato: "Le culture di successo consentono la differenziazione dentro l'uniformità: il loro stile è abbastanza ampio da lasciarti esprimere la tua individualità, eppure sufficientemente organico da essere subito riconoscibile".

Il lavoro di Ignani attorno a questi giovani *dark* degli anni Ottanta mi ha così incuriosita, continuando ad affascinarmi nel tempo, da chiedermi se non fosse possibile provare a offrire una lettura più squisitamente psicologica di questo fenomeno.

Ma prima di tutto che cosa è effettivamente il *dark*?

Come notato da Tosoni (2019), in letteratura non sembra esserci una definizione univoca del fenomeno sia perché poco indagato sia perché in continuo cambiamento. Il *dark* sembra infatti variare in base a diversi fattori sia contestuali, come il periodo storico e l'area geografica, che individuali, come l'età, l'orientamento sessuale, la sensibilità politica, la propria storia personale (Tosoni & Zuccalà, 2013). Sebbene infatti il *dark* sia caratterizzato da un linguaggio e da codici comuni fortemente influenzati dal contesto in cui è nato, ovvero la Gran Bretagna tra gli anni Settanta e Ottanta del XX secolo, continua a essere un fenomeno multiforme difficile da

inquadrare in categorie puramente descrittive (Tosoni & Zuccalà, 2013). A tal proposito, affermano Tosoni e Zuccalà (2013), indagando sociologicamente il fenomeno *dark* nella Milano degli anni Ottanta del Novecento:

[...] i codici del *dark* assumono il loro autentico significato a partire dal vissuto di chi, in quegli anni, si trovava in piena adolescenza o ne era da poco uscito; da come ciascuno immaginava le sue prospettive future; da quanto accadeva nel proprio spazio privato o in quello pubblico della città. Una specifica città. Il *dark* è infatti un linguaggio comune, sufficiente a riconoscersi, ma ciò che con quel linguaggio si vuole esprimere cambia di contesto in contesto, di città in città. (p. 18)

Già Tosoni (2019) aveva evidenziato che lo stesso termine con cui si designa tale fenomeno non è univoco nei vari contesti; infatti il termine inglese *dark* utilizzato comunemente nel panorama italiano non è adottato dalla scena anglosassone che

predilige invece l'espressione *goth*, in riferimento all'aggettivo inglese *Gothic* (ovvero *gotico*), volto a evidenziare una generica "atmosfera minacciosa" (Reynolds, 2005/2018, p. 560; Tosoni, 2019)^[10]. Tale espressione rimanda all'arte gotica e in particolare alla letteratura che, contrapponendosi alla corrente illuministica, è caratterizzata da una ricerca artistica fondata su specifiche tematiche, quali la tristezza, la tragedia, la morte, il nichilismo, l'eterno, il fantastico, il sovrannaturale, il profondo, il fascino per l'antico, la paranoia ecc. ecc. (Punter, 1996, come citato in Tassi *et al.*, 2018; Reynolds, 2005/2018; Zohu, 2024). Tali tematiche tratteggiano il *dark* sia come *linguaggio* (Tosoni & Zuccalà, 2013), inerente anche a uno specifico *genere musicale* (Reynolds, 2005/2018)^[11], che come *subcultura* (Reynolds, 2005/2018; Tosoni & Zuccalà, 2013; Tosoni, 2019), concepibile "in senso sociologico, come visione del mondo distinta da quella

dominante, che può farsi controcultura nel momento in cui il distacco si accende dei toni dell'opposizione" (Tosoni & Zuccalà, p. 18) [\[12\]](#). Probabilmente è proprio questa tendenza a porsi come alternativa alla prospettiva *mainstream*, rifiutando quindi la categorizzazione e le classificazioni tipiche della cultura dominante, a rendere ancora più difficile la definizione di tale fenomeno (Jaspers, 2004) che sembra comunque ruotare attorno a degli specifici cardini (Reynolds, 2005/2018; Tosoni & Zuccalà, 2013; Martínez-Ferrer & Stattin, 2019; Zohu, 2024). A tal proposito, Tosoni e Zuccalà (2013) individuano alcuni elementi basilari, tra i quali: i luoghi d'incontro e aggregazione (ad esempio, locali e centri sociali), una particolare sensibilità (traducibile appunto nella ricerca di una prospettiva alternativa a quella offerta dalla cultura dominante) e, come già esplicitato, la musica e la moda associate a una peculiare estetica (Tosoni & Zuccalà, 2013). Tali elementi favorirebbero l'espressione di

sé e rappresenterebbero un modo per manifestare ed esprimere i propri sentimenti di insicurezza di fronte a un qui e ora percepito come alienante, se non addirittura traumatico, tanto da poter interpretare il *dark* anche come una possibile modalità di evasione e rifiuto rispetto alla realtà attuale (Reynolds, 2005/2018; Kilpatrick, 2005, come citato in Tassi *et al.*, 2018; Baddeley, 2006, come citato in Tassi *et al.*, 2018).

In linea con diversi articoli giornalistici [\[13\]](#), è interessante notare come gli studi condotti in ambito psicologico tendano a indagare il fenomeno da una prospettiva prettamente clinica e spesso focalizzata su di un *target* di adolescenti e/o giovani adulti (Young & West, 2006; Stack *et al.*, 2012; Young *et al.*, 2014; Bowes *et al.*, 2015; Swami, 2017; Tassi, *et al.*, 2018; Martínez-Ferrer & Stattin, 2019; Ter Bogt *et al.*, 2021; Becht & Ter Bogt, 2024; McConnell *et al.*, 2024).

Alcuni di questi studi si sono concentrati sul *dark* inteso prettamente come genere musicale evidenziando, per

esempio, come anche la sola predilezione per questo stile possa rappresentare un campanello d'allarme verso un'eventuale sintomatologia depressiva latente (Ter Bogt *et al.*, 2021). Ponendo l'accento sul rapporto tra la musica e il suicidio, Stack e colleghi (2012) hanno ipotizzato come una possibile fonte di rischio non risieda tanto e solo nell'attenzione che diversi testi di musica *dark* sembrano rivolgere al tema suicidario, funzionando così da possibili *trigger*, quanto piuttosto nell'incontro - peraltro mediato probabilmente anche da ulteriori fattori - tra le caratteristiche individuali del fruitore e la tematica della "disperazione senza speranza", ricorrente all'interno di questo genere musicale. Uno studio condotto da McConnell e collaboratori (2024) ha tuttavia specificato che difficoltà di adattamento psicologico da adulti sembrano riguardare soprattutto i maschi che nel corso dell'adolescenza e della prima età adulta hanno manifestato una forte affinità per la musica *dark*. Una

recente indagine longitudinale condotta in Olanda (Becht, Ter Bogt, 2024), centrata sulla connessione tra la chiarezza del concetto di sé e le preferenze musicali tra la prima adolescenza e la giovane età adulta, ha inoltre osservato come la musica *dark* sembri essere particolarmente importante per i giovani che presentano problematiche identitarie e che si manifestano, nello specifico, con difficoltà a sviluppare uno stabile e coerente senso di Sé nel tempo e nei diversi contesti di vita.

Altre ricerche, focalizzate sulla subcultura *dark* piuttosto che sul solo genere musicale, hanno evidenziato come l'identificazione dei giovani con questa sottocultura possa rappresentare un possibile fattore predittivo fortemente associato sia all'autolesionismo (con ideazione suicidaria e non) che a veri e propri tentativi suicidari nel corso della vita (Young *et al.*, 2006; Young *et al.*, 2014). Bowes *et al.* (2015), analizzando i dati di uno studio longitudinale di coorte condotto in Gran Bretagna,

hanno evidenziato come i giovani che si auto-identificavano con la subcultura *dark* rappresentavano un gruppo con maggiori probabilità di vulnerabilità psicologica rispetto ai coetanei che non si riconoscevano in questa subcultura. Questi autori hanno osservato un'associazione tra l'auto-identificazione come *dark* a 15 anni e lo sviluppo di una sintomatologia sia depressiva che autolesionista a 18 anni, indipendentemente dai principali fattori confondenti come, per esempio, la storia di depressione materna e la percezione dell'immagine corporea (Bowes *et al.*, 2015). Una ricerca sviluppata da Martínez-Ferrer e Stattin (2019) ha inoltre sottolineato come l'identificazione degli adolescenti con una subcultura, come quella *dark*, possa rappresentare un fattore di moderazione tra l'umore depresso e i comportamenti autolesivi. È inoltre noto che le giovani donne della subcultura *dark* sembrano essere più propense a riportare

un'immagine corporea negativa e una sintomatologia associata a disturbi alimentari (Swami, 2017).

All'interno del contesto italiano spicca un'interessante ricerca condotta da Tassi *et al.* (2018) su di un campione di giovani adulti appartenenti alla subcultura *dark*. Lo studio si è focalizzato su alcune caratteristiche di personalità, evidenziando come i comportamenti autolesivi dichiarati dai partecipanti all'indagine correlavano con misure associate sia al disturbo *borderline* di personalità che alle condotte autolesive senza ideazione suicidaria con funzione di autoregolazione emotiva (Tassi *et al.*, 2018). Tale autoregolazione emotiva sarebbe volta a tutelare l'integrità del Sé di fronte a una realtà che - come rilevato in precedenza - viene spesso percepita dagli esponenti di questa subcultura come alienante e traumatica (Tassi *et al.*, 2018). Dopotutto già Young *et al.* (2014) avevano sottolineato come in questa subcultura le condotte autolesive senza ideazione

suicidaria potrebbero coincidere sia con un tentativo di autoregolazione emotiva ma anche con una possibile modalità di rinforzo dell'identità gruppale e con una comunicazione del proprio malessere rivolta al proprio contesto sociale.

Nonostante studi di questo tipo abbiano l'indiscusso merito di offrire osservazioni importanti per il benessere psicologico degli adolescenti e dei giovani adulti vicini alla subcultura *dark*, non sono però esenti dal rischio sia di rinforzare gli stereotipi che spesso ruotano attorno a questo mondo (Kiilakoski & Oksanen, 2011) sia di escludere persone di altre fasce d'età, magari più anziane, ma che comunque si identificano con questa subcultura (Hodkinson, 2011). È doveroso, infatti, ricordare che le persone appartenenti a subculture, compresa quella *dark*, possono essere a rischio di una maggior discriminazione anche in contesti di vita più tipicamente associati all'età adulta come, ad esempio, quello professionale (Fauquet-

Alekhine, 2016). La discriminazione può basarsi anche sul solo abbigliamento un aspetto che nel caso della subcultura *dark* non stupisce, considerata la già citata forza di questa estetica e la presenza di un'immagine così insolita se non addirittura scioccante (Bešić & Kerr, 2009). Non a caso Martínez-Ferrer e Stattin (2019), nell'ipotizzare programmi di prevenzione rivolti ai giovani *dark*, pongono l'accento sulla necessità di considerare alcuni degli elementi basilari del fenomeno come, ad esempio, il trucco e l'abbigliamento, e la musica e, più in generale, quei simboli e riferimenti simbolici che erano stati evidenziati anche dal lavoro sociologico di Tosoni e Zuccalà (2013).

Riassumendo, la subcultura *dark* potrebbe rappresentare una sorta di nicchia ecologica (Tassi *et al.*, 2018) che, da una parte, rischia di rinforzare specifici stati psichici, come la melanconia, concependoli come modalità di espressione non conforme rispetto ai valori sociali della cultura dominante, ma che, d'altro canto, ha il merito di provare a offrire uno

spazio di accoglienza comunitaria soprattutto ai ragazzi che, trovandosi frequentemente a contatto con questi vissuti depressivi, tendono a essere isolati dai gruppi normativi dei pari (Young *et al.*, 2014; Martínez-Ferrer & Stattin, 2019; Becht & Ter Bogt, 2024).

In letteratura sembra però esserci una scarsità di studi psicologici, clinici e non, specificatamente interessati ai possibili significati, sia individuali che gruppal, assunti dal *dark* nel mondo contemporaneo (e/o negli anni passati) in Italia (e/o all'estero) tra persone, anche di diverso genere, giovani e meno giovani. Considerando i risultati emersi dagli studi descritti precedentemente, ricerche di stampo psicologico (sia clinico che non) potrebbero invece risultare interessanti nella speranza di implementare dei programmi di prevenzione specificatamente rivolti a questa subcultura, cercando però di valorizzare anche le risorse della sottocultura stessa, senza cadere nella discriminazione e nella

patologizzazione a tutti i costi del fenomeno in oggetto. Ad esempio, in linea con Goulding e Saren (2009) che ipotizzano come il *dark* possa rappresentare una sorta di *performance*, potrebbe esser interessante osservare se tale estetica, fondata su specifici simboli, non possa essere letta come un tentativo di mettere in scena, o in gioco, una riflessione attorno a ciò che, come la morte, è spaventoso e scomodo per la cultura *mainstream*, offrendo quindi uno spazio di riflessione, anche psicologica, in merito.

Bibliografia^[14]:

Amador, V. (2012). The Gothic in Contemporary Fashion. In *The Gothic: Studies in History, Identity and Space* (pp. 135-145). Inter-Disciplinary Press, 2012. ISBN-13: 9781848880993

Becht, A., & Ter Bogt, T. (2024). "I Can See Clearly Now": On the time-varying associations between self-concept clarity and music preferences across

adolescence into young adulthood. *Psychology of Music*, 03057356251414392. DOI: 10.1177/03057356251414392

Bešić, N., & Kerr, M. (2009). Punks, Goths, and Other Eye-Catching Peer Crowds: Do They Fulfill a Function for Shy Youths?. *Journal of Research on Adolescence*, 19(1), 113-121.

Bowes, L., Carnegie, R., Pearson, R., Mars, B., Biddle, L., Maughan, B., Lewis, G., Fernyhough, C., & Heron, J. (2015). Risk of depression and self-harm in teenagers identifying with goth subculture: a longitudinal cohort study. *The Lancet Psychiatry*, 2(9), 793-800. DOI: [http://dx.doi.org/10.1016/S2215-0366\(15\)00164-9](http://dx.doi.org/10.1016/S2215-0366(15)00164-9)

Cooke, P. (2007). *World Cinema's 'Dialogues' with Hollywood*. Palgrave Macmillan. ISBN 13: 978-1403998958

Fauquet-Alekhine, P. (2016). Clothing-based discrimination at work: The case of the goth subculture. *British Journal of*

Education, Society and Behavioural Science, 13(4), 1-16. DOI: 10.9734/BJESBS/2016/21592

Golden, E. (1998). *Vamp: The Rise and Fall of Theda Bara*. Vestal Press. ISBN-13: 978-1879511323

Goulding, C., & Saren, M. (2009). Performing identity: An analysis of gender expressions at the Whitby goth festival. *Consumption, Markets and Culture*, 12(1), 27-46. DOI: <https://doi.org/10.1080/10253860802560813>

Hodkinson, P. (2011). Ageing in a spectacular 'youth culture': continuity, change and community amongst older goths. *The British Journal of Sociology*, 62(2), 262-282. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1468-4446.2011.01364.x>

Jasper, A. (2004). 'I am not a goth!' The unspoken morale of authenticity within the Dutch gothic subculture. *Etnofoor*, 17.

Kiilakoski, T., & Oksanen, A. (2011). Soundtrack of the school shootings: Cultural script, music and male

rage. *Young*, 19(3), 247-269.
DOI: 10.1177/110330881101900301

Martínez–Ferrer, B., & Stattin, H. (2019). Self-harm, depressive mood, and belonging to a subculture in adolescence. *Journal of adolescence*, 76, 12-19. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.08.003>

McConnell, C., Poulin, F., White-Gosselin, C. É., & Lacourse, É. (2024). Trajectories of goth music preferences in adolescence and psychological adjustment in adulthood. *Journal of youth and adolescence*, 53(4), 927-939. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10964-023-01873-9>

Potter, R. A. (1992). Edward Schizohands: The postmodern gothic body. *Postmodern Culture*, 2(3).

Reynolds, S. (2018). *Post punk: 1978-1984*. minimum fax. ISBN-13: 9788875219543

Soares, M. P. (2025). Revisiting the subcultural/post-

subcultural debate: Assessing the relevance of Hodgkinson's subcultural substance in contemporary Goth culture. *International Journal of Cultural Studies*, 28(4), 852-869. DOI: 10.1177/13678779251330915

Stack, S., Lester, D., & Rosenberg, J. S. (2012). Music and suicidality: A quantitative review and extension. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 42(6), 654-671. DOI: 10.1111/j.1943-278X.2012.00120.x

Steele, V. (2008). *Gothic: dark glamour*. Yale University Press. ISBN-13: 978-0300136944

Swami, V. (2017). Negative body image and eating disorder symptomatology among young women identifying with goth subculture. *Body image*, 21, 30-33. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.02.001>

Tassi, F., Ciucci, E., Baroncelli, A., & Batani, A. (2018). Callous-unemotional traits, borderline personality, and

self-injury in gothic subculture. *European Journal of Developmental Psychology*, 15(5), 580-593. DOI: <https://doi.org/10.1080/17405629.2017.1320279>

Ter Bogt, T., Hale III, W. W., Canale, N., Pastore, M., & Vieno, A. (2021). Goth music and depressive symptoms among adolescents: A longitudinal study. *Journal of youth and adolescence*, 50(9), 1925-1936. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10964-020-01294-y>

Tosoni, S. & Zuccalà, E. (2013). *Creature simili: il dark a Milano negli anni Ottanta*. Agenzia X. ISBN-13: 978-8895029726

Tosoni, S. (2019). Dark enactments in milan: A practice-centred exploration of an Italian post-punk subculture of the '80s. *Sociologica*, 13(3), 27-44. DOI: <https://doi.org/10.6092/issn.1971-8853/9475>

Young, R., Sweeting, H., & West, P. (2006). Prevalence of deliberate self harm and

attempted suicide within contemporary Goth youth subculture: longitudinal cohort study. *Bmj*, 332(7549), 1058-1061.

Young, R., Sproeber, N., Groschwitz, R. C., Preiss, M., & Plener, P. L. (2014). Why alternative teenagers self-harm: exploring the link between non-suicidal self-injury, attempted suicide and adolescent identity. *BMC psychiatry*, 14(1). DOI: <http://www.biomedcentral.com/1471-244X/14/137>

Zhou, M. (2024). Exploring the intersection of subcultures and gender diversity: Using Gothic style as an example. *SHS Web of Conferences*, 199, Article 02004. <https://doi.org/10.1051/shsconf/202419902004>

Sitografia:

BBC NEWS (2006). *Goths 'more likely to self-harm'*. Consultato in data Aprile 28, 2026 da <http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/4905898.stm>

BBC NEWS (2015). *Young goths 'at risk of depression'*. Consultato in data Aprile 28, 2026 da <https://www.bbc.com/news/health-34065763>

Healy, M. Los Angeles Times (2015). *Goth teens are more prone to be depressed or hurt themselves, study shows*. Consultato in data Aprile 28, 2026 da <https://www.latimes.com/science/sciencenow/la-sci-sn-goth-teens-self-harm-depression-20150827-story.html>

Cineteca di Bologna. *Edward Mani di Forbice*. Consultato in data Aprile 28, 2026 da <https://cinetecadibologna.it/programmazione/proiezione/edward-mani-di-forbice/>

Cineteca di Bologna. *Il gabinetto del dottor Caligari*. Consultato in data Aprile 28, 2026 da <https://cinetecadibologna.it/distribuzione/film/caligari/>

Ignani, D. *Sito ufficiale*. Consultato in data Aprile 28, 2026 da <https://www.dinoignani.net>

Fabretti, C. per Ondarock. *Siouxsie & The Banshees – La regina della notte*. Consultato in data Aprile 28, 2026 da <https://www.ondarock.it/dark/siouxsiesioux.htm>

Museo di Roma in Trastevere, *Dino Ignani. 80's Dark Rome*. Consultato in data Aprile 28, 2026 da <https://www.museodiromaintrastevere.it/it/mostra-evento/dino-ignani>

Salzano, L. per Ondarock. *Cure – L'innocenza perduta*. Consultato in data Aprile 28, 2026 da <https://www.ondarock.it/dark/cure.htm>

The Cure. *Official Website*. Consultato in data Aprile 28, 2026 da <https://www.thecure.com/bio/>

The Guardian (2006). *Teen goths prone to suicide, study shows*. Consultato in data Aprile 28, 2026 da <https://www.theguardian.com/society/2006/apr/14/socialcare.uknews>

Vogue Italia. *Alexander McQueen: 20 sfilate*

indimenticabili. Consultato in data Aprile 28, 2026 da <https://www.vogue.it/moda/gallery/alexander-mcqueen-20-sfilate-indimenticabili-best-passerella>

[1] “Mi sono perso in una foresta, completamente solo” [Traduzione dell’Autrice]. La strofa riportata è tratta dal brano *A Forest* presente nell’album *Seventeen Seconds* pubblicato nel 1980 dal gruppo musicale britannico *The Cure*, tra i massimi esponenti della musica *dark* (Salzano per Ondarock). Si rimanda al sito ufficiale della *band* presente in sitografia.

[2] Si rimanda alla sitografia per la pagina *web* del Museo di Roma in Trastevere dedicata al progetto espositivo di Dino Ignani dal titolo *80’s Dark Rome*.

[3] Si rimanda alla sitografia per il sito ufficiale dell’artista.

[4] Susan Janet Dallon, in arte *Siouxsie Sioux*, nota per essere stata la *frontwoman* del gruppo musicale britannico *Siouxsie & The Banshees*, coniugando la sua sonorità col genere *punk* ha gettato le basi sia della musica che dell’immagine e dell’estetica *dark* (Fabretti per Ondarock; Reynolds, 2005/2018).

[5] Robert James Smith è fondatore e *frontman* della *band* musicale britannica *The Cure* che, nonostante siano considerati tra i fautori di una musicalità più “*soft dark*”, hanno avuto comunque un forte impatto sulla scena musicale,

contribuendo a rendere il genere un fenomeno di massa grazie soprattutto alla voce di Smith (Salzano per Ondarock; Reynolds, 2005/2018, p. 571)

[6] Dive del cinema muto che, come *Theda Bara*, erano solite rappresentare il personaggio della *femme fatale* spesso sfoggiavano un *make-up* caratterizzato da un incarnato bianco in contrasto con i toni scuri adottati per gli occhi e per le labbra. Per un’iconografia si rimanda all’opera di Golden (1998) citata in bibliografia.

[7] Basti pensare a “Cesare il sonnambulo”, il personaggio interpretato da Conrad Veidt nel film muto *Il gabinetto del dottor Caligari* (*Das Cabinet des Dr. Caligari*, 1920) di Robert Wiene. Per l’iconografia si rimanda alla sitografia e, nello specifico, alla pagina *web* dedicata al film, curata dalla Cineteca di Bologna.

[8] Lee Alexander McQueen è stato uno stilista britannico e fondatore dell’omonima casa di moda, la cui cifra stilistica si è molto basata sulla sua personale interpretazione degli elementi gotici applicati alla moda contemporanea (Amador, 2012). Per l’iconografia si rimanda alla sitografia e, in particolare, alla pagina di *Vogue Italia* dedicata allo stilista e alle sue sfilate.

[9] Edward Mani di Forbice è il personaggio, interpretato da Johnny Depp, protagonista dell’omonima pellicola (*Edward Scissorhands*, 1990) diretta da Tim Burton. Per l’iconografia si rimanda al sito della Cineteca di Bologna riportato in sitografia.

[10] Nel presente articolo viene usato unicamente il termine *dark* per semplicità espositiva.

[11] Corrente di musica *rock* sviluppatasi come ulteriore espressione del *post-punk* e originatasi nei locali della Soho londinese degli anni Settanta e Ottanta del XX secolo (Reynolds, 2005/2018).

[12] Ritengo opportuna una breve annotazione sul termine *subcultura*, spesso abusato soprattutto nei media. Attualmente tale concetto potrebbe infatti essere ritenuto superato da alcuni approcci teorici nell'ambito delle scienze sociali (Tosoni, 2019). La difficoltà a ritenere ancora attuale come strumento di indagine e interpretativo dei fenomeni socioculturali osservati potrebbe derivare, ad esempio, dalla loro fluidità che li contraddistingue nella contemporaneità (Tassi *et al.*, 2018). Nonostante questo, alcuni autori tendono a concettualizzare ancora il fenomeno *dark* come una vera e propria subcultura, seppur questa interpretazione influenzata da alcuni elementi post-subculturalisti (Pereira Soares, 2025). Pur rilevante, questo dibattito teorico interno alla ricerca sociologica non inficia l'indagine più strettamente psicologica sul fenomeno centrata sull'intreccio tra soggettività e appartenenza culturale.

[13] BBC NEWS (2006) *Goths 'more likely to self-harm'*; The Guardian (2006) *Teen goths more prone to suicide, study shows*; BBC News (2015) *Young goths 'at risk of depression'*; Healy – Los Angeles Times (2015) *Goth teens are more prone to be depressed or hurt themselves, study shows*;

[14] Nota redazionale. Nel corpo del testo ho deciso di separare con il segno / l'anno di pubblicazione dell'opera originale dall'anno di pubblicazione dell'edizione italiana consultata per la stesura dell'elaborato al fine di rendere più agevole la lettura.

Stimming

**di Anna Borriello,
Francesca Dicè**

Lo stimming, termine che deriva dall'espressione inglese "self-stimulatory behavior", consiste in una serie di comportamenti ripetitivi e autostimolanti, che tradizionalmente in italiano sono definiti "comportamenti stereotipici" o "stereotipie". Si tratta di comportamenti che possono apparire insoliti o fuori contesto, ma che svolgono una funzione regolativa importante e possono coinvolgere i diversi sensi, come l'udito, l'olfatto e il tatto, il movimento del corpo (stimming motorio), l'uso della voce (stimming verbale) o la manipolazione di oggetti. I gesti ripetitivi possono essere limitati a contesti specifici, o presentarsi con determinate emozioni ma tutti esprimono il bisogno di gestire la propria interiorità. Spesso infatti sono utilizzati come meccanismo di auto-regolazione, per ridurre lo stress e l'ansia, esprimere

stati d'animo, favorire la concentrazione e ristabilire l'equilibrio interiore. Inoltre, tali comportamenti possono anche rappresentare una forma di auto-stimolazione sensoriale. Sebbene lo stimming sia riconosciuto come uno dei criteri diagnostici per l'autismo nel Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali DSM-5 e nell'International Classification of Diseases (ICD-11), rientrando tra i criteri diagnostici, in realtà rappresenta un fenomeno molto più ampio e trasversale, presente — in forme diverse — anche nella popolazione generale. Tali manifestazioni possono essere erroneamente interpretate portando alla stigmatizzazione sociale. Lo stimming si configura come un comportamento in cui l'individuo cerca di ottenere una sensazione di piacere o di soddisfazione attraverso la stimolazione di determinate parti del proprio corpo. Tali comportamenti possono assumere forme diverse a seconda della persona e delle proprie specifiche esigenze. Alcune persone, ad esempio, possono ripetere frasi, parole

o specifici suoni, altre possono agitare le mani o le gambe, mentre altre ancora possono concentrarsi su oggetti particolari o su determinati movimenti. Lo stimming, inoltre, può variare in intensità e frequenza a seconda delle situazioni e dello stato emotivo dell'individuo. Questi comportamenti possono essere definiti come auto-stimolatori, in quanto forniscono una stimolazione sensoriale che può essere piacevole o soddisfacente per la persona. Tuttavia, lo stimming, può anche essere adoperato per proteggersi da un ambiente eccessivamente stimolante veicolando e contenendo, in questo modo, il proprio disagio e la propria sofferenza. A tal riguardo, dal punto di vista psicologico, lo stimming è spesso una strategia di autoregolazione sensoriale ed emotiva, funzionale a:

- ❖ ridurre l'ansia o lo stress
- ❖ gestire un sovraccarico sensoriale
- ❖ aumentare la concentrazione
- ❖ esprimere emozioni intense

Il concetto di stimming è particolarmente rilevante nel contesto della neurodiversità, soprattutto nelle persone con spettro autistico. In questi casi, lo stimming può essere più frequente, evidente o necessario per mantenere un equilibrio interno. Negli ultimi anni tuttavia, viene riconosciuto come una forma legittima di adattamento all'ambiente. Nella Sindrome di Rett, ad esempio, si manifesta attraverso movimenti ripetitivi e stereotipati delle mani, come torcere, stringere o battere le mani. Questi comportamenti rappresentano una delle caratteristiche distintive della sindrome e svolgono un ruolo importante nella gestione della stimolazione sensoriale e dello stress. Anche nel Disturbo Ossessivo Compulsivo (DOC), lo stimming può essere presente come parte della gamma di comportamenti messi in atto per gestire l'ansia e lo stress. In alcune persone con DOC, i comportamenti di stimming si manifestano attraverso movimenti ripetitivi, conteggi mentali o rituali che servono a

ridurre la tensione interna. Queste azioni, pur avendo una forma diversa rispetto a quelle osservate nell'autismo, rispondono alla stessa necessità di autoregolazione. Oltre all'autismo e alla Sindrome di Rett, lo *stimming* è osservabile anche in altre condizioni neurodivergenti come l'ADHD e la schizofrenia. Le persone con ADHD, ad esempio, possono ricorrere a comportamenti di *stimming* per mantenere la concentrazione e regolare i livelli di attenzione, soprattutto in situazioni che richiedono un alto grado di autocontrollo. In condizioni come la schizofrenia, invece, i comportamenti stereotipati possono rappresentare un meccanismo di coping per affrontare lo stress. In tutti questi casi, lo *stimming* si configura come una risposta adattiva, che permette all'individuo di gestire meglio le proprie emozioni e di affrontare le sfide quotidiane. Sebbene meno evidente, lo *stimming* è comune anche tra le persone neurotipiche. In contesti sociali, tuttavia, alcune forme di *stimming*

vengono scoraggiate o considerate inappropriate. Approfondire lo *stimming* in chiave psicologica significa spostarsi da una descrizione fenomenologica (che cosa si osserva) a una comprensione funzionale (perché accade). In questa prospettiva, i comportamenti auto-stimolatori non sono semplici "stereotipie", ma risposte complesse che emergono dall'interazione tra sistemi neurobiologici, regolazione emotiva e contesto ambientale. Uno dei modelli più utilizzati per comprendere lo *stimming* è quello dell'*arousal* psicofisiologico. Secondo questa prospettiva, ogni individuo tende a mantenere un livello ottimale di attivazione interna. Lo *stimming* può quindi funzionare come:

- ❖ strategia di *down-regulation*: riduce l'iperattivazione (ansia, sovraccarico sensoriale, stress)
- ❖ strategia di *up-regulation*: aumenta l'attivazione in condizioni di sottostimolazione o noia

Ad esempio, dondolarsi o ripetere movimenti ritmici può avere un effetto calmante, mentre tamburellare o stimolazioni tattili rapide possono aiutare a mantenere vigilanza e concentrazione. Questa funzione regolativa è coerente con modelli come la *teoria polivagale*, che collega il comportamento alla regolazione del sistema nervoso autonomo. Dal punto di vista della psicologia dello sviluppo e della neuropsicologia, lo *stimming* è strettamente legato ai processi di integrazione sensoriale, in termini di ipersensibilità o iposensibilità. In tal senso, lo *stimming* può essere interpretato come un tentativo attivo di:

- ❖ filtrare o modulare input sensoriali
- ❖ creare stimoli prevedibili e controllabili
- ❖ compensare una difficoltà nell'organizzazione percettiva

In questo senso, il comportamento non è disorganizzato, ma rappresenta una forma di *auto-organizzazione*

sensoriale. Un altro livello di analisi riguarda i principi dell'apprendimento, in particolare il condizionamento operante. Molti comportamenti di *stimming* si mantengono perché:

- ❖ producono rinforzo positivo (piacere sensoriale diretto)
- ❖ producono rinforzo negativo (riduzione di uno stato avversivo, come ansia o tensione).

Nel tempo, queste associazioni si consolidano, rendendo lo *stimming* una risposta automatica a determinati stati interni o situazioni. In ambito clinico, questo spiega perché tentativi di soppressione diretta (senza alternative funzionali) risultano spesso inefficaci o controproducenti. Sebbene spesso interpretato come comportamento "ripetitivo", lo *stimming* può avere anche una dimensione espressiva. In assenza di canali comunicativi più convenzionali (o in condizioni di sovraccarico), questi comportamenti possono:

- ❖ segnalare disagio o bisogno di pausa

- ❖ esprimere emozioni intense (eccitazione, gioia, frustrazione)
- ❖ comunicare un bisogno sensoriale specifico.

In questa prospettiva, lo stimming diventa parte di un sistema comunicativo non verbale, che richiede interpretazione contestuale piuttosto che correzione automatica. Alcune ricerche suggeriscono che lo stimming possa influenzare anche i processi cognitivi, in particolare:

- ❖ attenzione sostenuta
- ❖ inibizione comportamentale
- ❖ regolazione esecutiva

Movimenti ripetitivi o stimolazioni sensoriali leggere possono aiutare a:

- ❖ mantenere il focus su compiti monotoni
- ❖ ridurre la dispersione attentiva
- ❖ creare una “base ritmica” che facilita l’organizzazione mentale.

Un aspetto cruciale, spesso trascurato, riguarda il masking (mascheramento), ovvero l’inibizione volontaria dello stimming per conformarsi alle

norme sociali. Dal punto di vista psicologico, il masking può comportare:

- ❖ aumento dello stress e dell’affaticamento
- ❖ riduzione dell’autenticità percepita
- ❖ rischio di ansia e burnout, soprattutto nelle persone neurodivergenti

La soppressione prolungata di strategie autoregolative efficaci può compromettere l’equilibrio emotivo e cognitivo. Dal punto di vista psicologico, lo stimming è un fenomeno multifunzionale che riflette il tentativo dell’individuo di mantenere equilibrio tra mente, corpo e ambiente. Ridurlo a un comportamento “anomalo” significa perdere di vista la sua funzione adattiva. Comprenderlo, invece, permette di leggere in modo più accurato i bisogni sottostanti e di promuovere interventi rispettosi, efficaci e centrati sulla persona.

In ogni contesto, lo stimming assume forme e funzioni diverse, adattandosi alle necessità specifiche dell’individuo. È importante riconoscere che questi

comportamenti ripetitivi rappresentano una modalità di autoregolazione e di risposta agli stimoli sensoriali o emotivi, e non sono necessariamente segno di patologia. Comprendere la varietà di manifestazioni dello stimming in condizioni differenti aiuta a promuovere un approccio più empatico e personalizzato, sia in ambito educativo che clinico.

BIBLIOGRAFIA

- ❖ Bradley L., Shaw R., Baron-Cohen S., Cassidy S. (2021). Autistic adults' experiences of camouflaging and its perceived impact on mental health. *Autism in Adulthood*, 3(4), 320–329.
- ❖ Charlton R. A., Entecott T., Belova E., Nwaordu G. (2021). “It feels like holding back something you need to say”: Autistic and non-autistic adults accounts of sensory experiences and stimming. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 89, 101864.
- ❖ Cooper K., Russell A. J., Lei J., Smith L. G. E. (2023). The impact of a positive autism identity and autistic community solidarity on social anxiety and mental health in autistic young people. *Autism*, 27(3), 848–857.
- ❖ Hartanto T. A., Krafft C. E., Iosif A. M., Schweitzer J. B. (2016). A trial-by-trial analysis reveals more intense physical activity is associated with better cognitive control performance in attention-deficit/hyperactivity disorder. *Child Neuropsychology*, 22, 618–626.
- ❖ Jaswal V. K., Akhtar N. (2018). Being vs. appearing socially uninterested: Challenging assumptions about social motivation in autism. *Behavioral and Brain Sciences*, 2018, 1–84.

- ❖ Sterponi L., Chen R. S. Y. (2019). Autism and emotion: Situating autistic emotionality in interactional, sociocultural, and political contexts. In *The Routledge Handbook of Language and Emotion* (pp. 273–284). Routledge.
- ❖ Wang J., Calderon G., Hager E. R., Edwards L. V., Berry A. A., Liu Y., Dinh J., Summers A. C., Connor K. A., Collins M. E., Pritchett L., Marshall B. R., Johnson S. B. (2022). Identifying and preventing fraudulent responses in online public health surveys: Lessons learned during the COVID-19 pandemic. *PLoS Global Public Health*, 3(8), e0001452.

Tentativi di suicidio e atti autolesivi nei disturbi del neurosviluppo: il dramma del disallineamento cognitivo

di Roberto Ghiaccio,
Dora Sorrentino

Introduzione

Per molti anni i disturbi del neurosviluppo sono stati interpretati quasi esclusivamente attraverso categorie descrittive: deficit attentivi, difficoltà comunicative, compromissioni dell'apprendimento, rigidità cognitiva, impulsività, alterazioni adattive. Questa impostazione, pur utile sul piano diagnostico, ha spesso lasciato sullo sfondo una dimensione essenziale: la sofferenza soggettiva. In particolare, il rischio di ideazione suicidaria, tentativi di suicidio e comportamenti autolesivi nelle persone con disturbi del neurosviluppo è stato a lungo sottovalutato.

Negli ultimi anni la letteratura internazionale ha

progressivamente corretto questa visione. Una recente review narrativa pubblicata sul *Journal of Clinical Medicine* ha sintetizzato le evidenze disponibili, mostrando che condizioni come ADHD, disturbo dello spettro autistico, disturbi specifici dell'apprendimento, sindrome di Tourette e disabilità intellettiva possono associarsi a un incremento significativo del rischio suicidario rispetto alla popolazione generale (Gagliano et al., 2024).

Comprendere tale fenomeno richiede però qualcosa di più della semplice elencazione dei fattori di rischio. Richiede una cornice interpretativa capace di collegare neurobiologia, esperienza vissuta e contesto sociale. In questa prospettiva, il concetto di **disallineamento cognitivo** offre una chiave di lettura particolarmente feconda.

Il disallineamento cognitivo come matrice della sofferenza

Con l'espressione disallineamento cognitivo si può indicare la distanza persistente tra il modo in cui una persona percepisce,

elabora e organizza l'esperienza e le richieste implicite del mondo circostante. Non si tratta semplicemente di avere una difficoltà individuale, ma di vivere dentro ambienti costruiti secondo parametri neurocognitivi differenti dai propri.

Il bambino con ADHD che fatica a mantenere l'attenzione in un sistema scolastico centrato sulla continuità esecutiva, l'adolescente autistico costretto a navigare codici sociali opachi, lo studente con dislessia giudicato sulla velocità di lettura più che sulla comprensione, il giovane con Tourette esposto allo sguardo pubblico per tic involontari: tutti sperimentano, in forme diverse, una frizione costante tra funzionamento interno e aspettative esterne.

Quando questa frizione si prolunga nel tempo, il disagio non deriva solo dal disturbo, ma dal continuo fallimento dell'incontro tra individuo e ambiente.

La review del 2024: disregolazione emotiva ed esperienze avverse

Gagliano e colleghi (2024), nella loro revisione, individuano due fattori trasversali di particolare rilevanza nei disturbi del neurosviluppo: la **disregolazione emotiva** e le **esperienze infantili avverse**.

La disregolazione emotiva riguarda la difficoltà nel modulare intensità, durata ed espressione degli stati affettivi. Non significa semplicemente “provare emozioni forti”, ma faticare a trasformarle in esperienza tollerabile. Le esperienze avverse comprendono invece bullismo, trascuratezza, esclusione sociale, conflittualità familiare, abuso e fallimenti ripetuti.

Secondo gli autori, questi elementi possono aumentare direttamente il rischio di autolesionismo e suicidalità oppure agire indirettamente attraverso lo sviluppo di depressione, ansia e altri disturbi psicopatologici (Gagliano et al., 2024).

ADHD: la frattura tra intenzione e prestazione

Nel caso dell'ADHD, numerosi studi mostrano un'associazione significativa con ideazione suicidaria,

tentativi di suicidio e mortalità aumentata, soprattutto quando coesistono depressione, disturbo oppositivo, abuso di sostanze o forte impulsività (James, Lai, & Dahl, 2018).

Tuttavia, oltre alla comorbidità psichiatrica, esiste una dinamica soggettiva specifica. Molte persone con ADHD riferiscono di sapere cosa dovrebbero fare, di volerlo sinceramente fare, ma di non riuscire a tradurre l'intenzione in comportamento stabile. Questo scarto reiterato tra volontà e risultato genera col tempo vergogna, senso di inadeguatezza e autosvalutazione.

Il disallineamento cognitivo qui assume la forma di una mente che comprende l'obiettivo ma non riesce a sostenere le funzioni necessarie per raggiungerlo con continuità.

Autismo: il costo invisibile del masking

Nel disturbo dello spettro autistico il rischio suicidario è oggi ampiamente documentato. Cassidy et al. (2014) hanno osservato alti livelli di ideazione suicidaria negli adulti con sindrome di Asperger, mentre revisioni

successive hanno confermato una vulnerabilità significativa, specialmente nei soggetti senza disabilità intellettiva associata e nelle donne autistiche (Hedley & Uljarević, 2018).

Uno dei concetti più rilevanti è quello di **masking** o **camouflaging**, cioè il tentativo sistematico di imitare comportamenti socialmente attesi per risultare "normali". La persona impara a controllare espressioni facciali, tono di voce, interessi, postura e tempi conversazionali per ridurre l'esclusione.

Se da un lato questa strategia può favorire l'integrazione apparente, dall'altro può produrre esaurimento psichico, alienazione identitaria e senso di non essere accettati per ciò che si è realmente. Il soggetto non si adatta semplicemente al mondo: spesso sacrifica parti autentiche di sé per poterlo abitare.

Disturbi specifici dell'apprendimento: la ferita scolastica precoce

Nei disturbi specifici dell'apprendimento il rischio suicidario è meno discusso,

ma la letteratura segnala una maggiore frequenza di bassa autostima, ansia, sintomi depressivi e vissuti di fallimento cronico (Gagliano et al., 2024).

Molti bambini con dislessia o discalculia possiedono capacità cognitive adeguate o superiori alla media, ma vengono valutati attraverso parametri prestazionali che penalizzano proprio l'area compromessa. Il risultato è spesso una dolorosa discrepanza tra intelligenza percepita internamente e immagine di incompetenza restituita dall'esterno.

Quando il contesto educativo interpreta la lentezza come scarso impegno, il disallineamento cognitivo diventa esperienza di umiliazione.

Disabilità intellettiva: la sofferenza misconosciuta

Un pregiudizio ancora diffuso consiste nel ritenere che la disabilità intellettiva protegga dalla suicidalità per insufficiente consapevolezza cognitiva. In realtà, diversi studi mostrano che pensieri di morte, autolesionismo e condotte suicidarie possono

comparire anche in questi quadri, soprattutto nei livelli lievi e moderati (Merrick et al., 2006; Gagliano et al., 2024).

Il rischio clinico maggiore è che il dolore venga ignorato o banalizzato. Quando la sofferenza non è riconosciuta perché espressa con linguaggio semplice o comportamento disorganizzato, la persona resta doppiamente sola: nel disagio e nella sua incomprensione.

Sindrome di Tourette e disturbi da tic: il corpo esposto

Anche nella sindrome di Tourette e nei disturbi da tic emergono tassi più elevati di depressione, autolesionismo e tentativi di suicidio, specie in presenza di comorbidità con OCD, ADHD e ansia (Gagliano et al., 2024).

Qui il conflitto riguarda spesso il corpo. Il soggetto vive manifestazioni motorie o vocali involontarie che attirano attenzione, scherno o stigma. Il corpo diventa luogo pubblico di una difficoltà privata. La vergogna sociale può così trasformarsi in ritiro e disperazione.

Gli atti anticonservativi come esito del collasso adattivo

I comportamenti autolesivi e i tentativi di suicidio possono essere interpretati, in molti casi, come **atti anticonservativi**: gesti che interrompono la naturale tendenza dell'essere umano alla protezione di sé.

Essi non esprimono sempre un desiderio lineare di morte. Più spesso comunicano il bisogno di interrompere uno stato interno percepito come insostenibile: vergogna cronica, fatica adattiva, senso di esclusione, collasso identitario.

Nell'ottica del disallineamento cognitivo, il gesto anticonservativo segnala il punto in cui la distanza tra soggetto e ambiente diventa psicologicamente intollerabile.

Implicazioni cliniche

Questa prospettiva comporta conseguenze importanti. La prevenzione del suicidio nei disturbi del neurosviluppo non può limitarsi alla gestione sintomatica individuale, ma **deve includere una trasformazione ecologica dei contesti di vita.**

Ciò implica:

- screening sistematico del rischio suicidario nei servizi NDD;
- trattamento precoce di ansia e depressione;
- adattamenti scolastici e lavorativi concreti;
- contrasto al bullismo e allo stigma;
- interventi sulla regolazione emotiva;
- sostegno familiare;
- promozione di ambienti che riconoscano la neurodiversità senza richiedere continua mascheratura.

Conclusione

I tentativi di suicidio nei disturbi del neurosviluppo non possono essere compresi soltanto come espressione di psicopatologia individuale. Spesso rappresentano l'esito estremo di una lunga storia di mancato rispecchiamento tra persona e mondo.

Quando una mente viene letta costantemente come errore da correggere, il rischio non è solo la sofferenza: è che il soggetto finisca per percepirsi eliminabile.

La domanda clinica decisiva, allora, non è soltanto *che cosa*

non funziona nella persona?, ma quanto dolore produce un ambiente incapace di incontrarla?

Bibliografia

Cassidy, S., Bradley, L., Robinson, J., Allison, C., McHugh, M., & Baron-Cohen, S. (2014). Suicidal ideation and suicide plans or attempts in adults with Asperger's syndrome attending a specialist diagnostic clinic: A clinical cohort study. *The Lancet Psychiatry*, 1(2), 142–147.

Gagliano, A., Costanza, C., Di Modica, I., et al. (2024). Neurodevelopmental disorders and suicide: A narrative review. *Journal of Clinical Medicine*, 13(6), 1627. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10970742/>

Hedley, D., & Uljarević, M. (2018). Systematic review of suicide in autism spectrum disorder. *Crisis*, 39(4), 229–238.

James, A., Lai, F. H., & Dahl, C. (2018). Attention deficit hyperactivity disorder and suicide: A review of possible associations. *Current*

Psychiatry Reports, 20(11), 95.

Merrick, J., Merrick, E., Lunsy, Y., & Kandel, I. (2006). A review of suicidality in persons with intellectual disability. *The Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, 43(4), 258–264.

La Trappola Multidimensionale: Complessità Clinica e Rischi Vitali nei Disturbi del Comportamento Alimentare (DCA)

di Antonia Bellucci

I Disturbi del Comportamento Alimentare (DCA) non sono semplici "scelte di vita" o capricci estetici; sono patologie psichiatriche gravi, caratterizzate da una complessa interazione di fattori biologici, psicologici e sociali. Come terapeuti cognitivo-comportamentali, osserviamo come queste condizioni si strutturino attorno a schemi di pensiero rigidi e meccanismi di mantenimento che rendono il trattamento una delle sfide più ardue della medicina moderna.

**1. La Complessità
Eziopatogenetica: oltre lo
Specchio**
I DCA, in particolare
l'Anoressia Nervosa (AN), la
Bulimia Nervosa (BN) e il
Binge Eating Disorder (BED),
si manifestano attraverso

un'eccessiva valutazione della
forma del corpo e del peso.

Tuttavia, la radice del
problema risiede spesso in un
deficit di regolazione emotiva.

Il Modello Cognitivo-
Comportamentale
Transdiagnostico

Secondo la prospettiva di
Fairburn, i DCA condividono
un nucleo psicopatologico
comune:

- **Perfezionismo Clinico:**
standard elevatissimi e
autocritica feroce.
- **Bassa Autostima Nucleare:**
una percezione di sé
incondizionatamente negativa.
- **Intolleranza alle Emozioni:**
l'uso del cibo (o del digiuno)
come strumento per modulare
stati emotivi intollerabili.
- **Difficoltà Interpersonali:**
isolamento sociale che
alimenta il circolo vizioso della
malattia.

**2. I Pericoli: un Rischio
Multiorgano**

La pericolosità dei DCA è
doppia: fisica e psicologica.
L'anoressia nervosa detiene il
triste primato della più alta
mortalità tra tutti i disturbi
psichiatrici.

Complicanze Mediche

1. Cardiovascolari:
bradicardia estrema, aritmie e rischio di arresto cardiaco dovuto a squilibri elettrolitici (potassio basso).
2. Endocrine: amenorrea (assenza di ciclo), osteoporosi precoce e disfunzioni tiroidee.
3. Gastrointestinali: atrofia gastrica, stipsi cronica e danni esofagei (comuni nella bulimia a causa del vomito autoindotto).

Il Rischio Psichiatrico e il Suicidio

Il pericolo non è solo organico. La comorbidità con la depressione maggiore e i disturbi d'ansia è elevatissima. Una percentuale significativa di decessi nei pazienti con DCA non avviene per inedia, ma per suicidio, a testimonianza dell'insostenibile sofferenza psichica sottostante.

3. La Sfida del Trattamento: la CBT-E

La terapia cognitivo-comportamentale "migliorata" (CBT-E) rappresenta attualmente il gold standard. Il lavoro del terapeuta si concentra sulla rottura dei meccanismi di

mantenimento:

- Monitoraggio in tempo reale: per identificare i trigger ambientali ed emotivi.
- Ristrutturazione Cognitiva: per sfidare i "pensieri dietetici" e le distorsioni dell'immagine corporea.
- Esposizione: ridurre l'evitamento di cibi considerati "proibiti" e l'esposizione graduale allo specchio.

I disturbi alimentari sono patologie della connessione: si rompe la connessione con il proprio corpo, con i propri bisogni biologici e con la rete sociale. La complessità del trattamento richiede un approccio multidisciplinare (psichiatra, psicoterapeuta, nutrizionista) che possa affrontare contemporaneamente il ripristino del peso e la ristrutturazione dei processi cognitivi disfunzionali.

Bibliografia Selezionata

- American Psychiatric Association (2023). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed., text rev.). Washington, DC: APA.
- Fairburn, C. G. (2018). La

terapia cognitivo
comportamentale dei disturbi
dell'alimentazione. Edizione
italiana a cura di R. Dalle
Grave. Eclipsi.

- Dalle Grave, R., & Calugi, S.
(2020). Cognitive Behavior
Therapy for Adolescents with
Eating Disorders. Guilford
Press.
- Treasure, J., & Schmidt, U.
(2013). The Specialist
Supportive Clinical
Management (SSCM) guide
for Anorexia Nervosa.
- Westmoreland, P., et al.
(2016). Medical Complications
of Anorexia Nervosa and
Bulimia Nervosa. The
American Journal of Medicine,
129(1), 30-37.

L'Ombra del Digitale: Un'Analisi approfondita sulla Nomofobia e la T r a s f o r m a z i o n e dell'Identità Moderna

di Ilenia Gregorio

Il Paradosso della Connessione Perpetua

Nel panorama della psicologia contemporanea, pochi fenomeni hanno registrato un'ascesa così rapida e pervasiva come la Nomofobia. Sebbene il termine possa suonare quasi ludico o colloquiale, la realtà clinica sottostante rivela una profonda riconfigurazione delle strutture d'ansia dell'essere umano. La Nomofobia non deve essere intesa semplicemente come la paura di non poter fare una telefonata, ma come una complessa reazione fobica situazionale legata alla perdita di accesso a una riserva

infinita di informazioni, contatti sociali e conferme identitarie. Storicamente, l'essere umano ha sempre sviluppato legami con strumenti e oggetti, ma lo smartphone rappresenta un unicum. Esso funge da "protesi cognitiva", un'estensione della memoria e delle capacità relazionali. Quando questa estensione viene rimossa, l'individuo sperimenta una forma di "dolore fantasma" psicologico, innescando risposte fisiologiche tipiche degli attacchi di panico: tachicardia, sudorazione profusa, respiro corto e un senso di disorientamento spaziale e temporale.

La Chimica dell'Attesa: dopamina e cicli di risposta

Per comprendere perché la Nomofobia sia così difficile da eradicare, dobbiamo guardare a ciò che accade nelle profondità del nostro cervello.

Il cuore del problema risiede nel sistema di ricompensa mesolimbico. Ogni volta che percepiamo una notifica, il nostro cervello rilascia una piccola dose di dopamina, il neurotrasmettitore associato al piacere e alla gratificazione. Tuttavia, la potenza dello smartphone risiede nella sua imprevedibilità. Seguendo i principi del rinforzo intermittente — lo stesso meccanismo che rende il gioco d'azzardo così patologico — l'utente è spinto a controllare compulsivamente il dispositivo perché non sa quando arriverà la prossima "ricompensa" sociale. Questo stato di attesa perenne mantiene l'amigdala, il nostro centro di gestione della paura, in uno stato di costante iperattivazione. Di conseguenza, il telefono diventa l'unico regolatore emotivo capace di placare l'ansia che esso stesso ha contribuito a creare.

Il Sonno Frammentato e l'Erosione del Riposo

L'impatto della Nomofobia si estende ben oltre le ore di veglia, infiltrandosi nella qualità del riposo notturno attraverso un meccanismo sia biologico che psicologico. Da un lato, abbiamo l'interferenza fisica della luce blu emessa dagli schermi, che inibisce la sintesi della melatonina, l'ormone fondamentale per la regolazione dei ritmi circadiani. Dall'altro, e forse in modo più insidioso, esiste quello che i clinici chiamano "arousal cognitivo".

L'individuo nomofobico sperimenta una difficoltà persistente nel disimpegnarsi mentalmente dalle attività digitali. Anche quando il telefono è spento sul comodino, la mente rimane ancorata alle possibili interazioni perse (la cosiddetta FoMO, Fear of Missing Out).

Questo porta a un sonno leggero, frammentato da risvegli micro-consci in cui il primo istinto è quello di allungare la mano per toccare lo schermo, verificando che il mondo digitale sia ancora lì. Questa privazione cronica del sonno profondo esacerba a sua volta i sintomi d'ansia e depressione, creando un circolo vizioso che si auto-alimenta.

Verso una Nuova Definizione del Sé

Un aspetto cruciale che emerge dalle interviste cliniche è la percezione dello smartphone come parte integrante dell'Io. In termini psicoanalitici, possiamo parlare di una "frammentazione dell'identità" che si ricompone solo attraverso lo schermo. Per le nuove generazioni, la distinzione tra vita online e offline è ormai obsoleta; esiste

un'unica realtà aumentata digitalmente.

La Nomofobia, dunque, emerge quando questa identità aumentata viene minacciata. Il timore di non essere raggiungibili o di non poter documentare la propria esistenza in tempo reale viene vissuto come una sorta di annullamento sociale. La sfida per la psicologia del prossimo decennio non sarà quella di demonizzare lo strumento, ma di aiutare l'individuo a riscoprire una "presenza" che non sia mediata, ricostruendo i confini tra il sé e l'oggetto tecnologico.

Integrazione tra Cognitivismo, Psicoanalisi e Psicologia Sistemica

Per comprendere appieno perché la separazione dallo smartphone generi un'ansia così paralizzante, dobbiamo immaginare l'individuo come un sistema complesso in cui la

tecnologia si è inserita a livelli differenti. Se il cognitivismo ci spiega come funziona il processo ansioso, la psicoanalisi ci svela perché quel legame è così profondo, mentre l'approccio sistemico-relazionale ci mostra dove questo legame si colloca all'interno della danza delle interazioni umane.

La Prospettiva Cognitiva: Il Deficit di Elaborazione e i Bias di Vigilanza

Dal punto di vista cognitivo, la Nomofobia è interpretata come un disturbo basato sull'elaborazione delle informazioni e sul monitoraggio della minaccia. Il soggetto nomofobico soffre di quello che viene chiamato bias di attenzione: la sua mente è costantemente orientata verso segnali legati allo smartphone (vibrazioni fantasma, luci LED, suoni). A livello cognitivo, si instaura

una credenza disfunzionale: "Se non sono connesso, non posso gestire le emergenze o risolvere i problemi". Questa convinzione genera un carico cognitivo enorme, poiché l'individuo non si affida più alle proprie risorse interne (memoria, orientamento, problem solving), ma delega tutto al dispositivo. Quando lo smartphone viene a mancare, si verifica un vero e proprio "crash" del sistema di monitoraggio: la persona percepisce una perdita di autoefficacia e la realtà circostante diventa minacciosa perché non è più filtrata o "risolvibile" in tempo reale. L'ansia, in questo senso, è il risultato di una valutazione catastrofica della disconnessione.

La Prospettiva Psicoanalitica: L'Oggetto Transizionale e l'Io Frammentato

Se scendiamo nelle profondità dell'inconscio, la psicoanalisi ci offre una chiave di lettura affascinante: lo smartphone come oggetto transizionale evoluto. Donald Winnicott usava questo termine per descrivere quegli oggetti (come la copertina o l'orsacchiotto) che aiutano il bambino a gestire l'ansia da separazione dalla madre. In età adulta, e non solo, lo smartphone svolge una funzione simile, ma con una deriva patologica. Non è più un ponte verso l'autonomia, ma un contenitore delle nostre proiezioni narcisistiche. Per la psicoanalisi, la Nomofobia è una forma di ansia da castrazione simbolica o di frammentazione dell'Io. Le nostre foto, i nostri contatti e le nostre chat sono frammenti della nostra psiche depositati in un contenitore esterno. Perdere il telefono significa perdere una parte del Sé. La

"fobia" non è dunque verso l'oggetto fisico, ma verso il vuoto psichico che la sua assenza rivela: l'incapacità di stare da soli con i propri pensieri e con la propria "mancanza".

La Prospettiva Sistemico-Relazionale: Lo Smartphone come Terzo Incomodo

Infine, l'approccio sistemico sposta il focus dall'individuo alla rete di relazioni. In questa visione, lo smartphone non è un oggetto isolato, ma un attore che partecipa attivamente alle dinamiche familiari e di coppia. La Nomofobia diventa allora il sintomo di un sistema relazionale in cui la comunicazione è mediata o evitata. Spesso, lo smartphone viene utilizzato come uno strumento di triangolazione. In una coppia in conflitto, ad esempio, rifugiarsi nello schermo

permette di "essere presenti ma assenti", evitando il confronto diretto. La paura di restare senza telefono (Nomofobia) è, in ottica sistemica, la paura di dover affrontare la nudità relazionale senza filtri. Inoltre, il sistema sociale odierno impone una "disponibilità illimitata": la famiglia e il gruppo dei pari si aspettano una risposta immediata. La Nomofobia è quindi anche il risultato di una pressione sistemica dove la disconnessione è vista come un atto di tradimento verso il gruppo di appartenenza.

Bibliografia

Argumosa-Villar, L., et al. (2017). Nomophobia: Prediction of smartphone use and its association with personality. *Counselling and Psychotherapy Research*.

Balint, M. (1968). *The Basic Fault: Therapeutic Aspects of Regression*. Tavistock Publications.

Bateson, G. (1972). *Steps to an Ecology of Mind*. Chandler Publishing

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment*. Basic Books

Castells, M. (2010). *The Rise of the Network Society*. Wiley-Blackwell

Cheever, N. A., et al. (2014). Out of sight is not out of mind: The impact of restricting wireless mobile device use on anxiety levels among low, moderate and high users. *Computers in Human Behavior*.

Hallowell, E. M. (2005). *CrazyBusy: Overstretched, Overbooked, and About to Snap!* Ballantine Books

Hussain, Z., & Griffiths, M. D. (2018). The associations between problematic smartphone use and psychological parameters: A systematic review. *International Journal of Mental Health and Addiction*.

Kahneman, D. (2011). *Thinking, Fast and Slow*. Farrar, Straus and Giroux

Kohut, H. (1971). *The Analysis of the Self*. International Universities Press. (Fondamentale per il concetto di "oggetto-sé")

Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.

Lepp, A., Barkley, J. E., & Karpinski, A. C. (2014). The relationship between cell phone use, academic

performance, anxiety, and Satisfaction with Life in college students. *Computers in Human Behavior*. Un'analisi sull'impatto concreto della nomofobia sulle performance cognitive e il benessere generale.

Pashler, H. (1994). Dual-task interference in simple tasks: Data and theory. *Psychological Bulletin*.

Spitzer, M. (2012). *Demenza Digitale. Come la nuova tecnologia ci rende stupidi*. Ed. Corbaccio. (Testo di riferimento per l'analisi dei cambiamenti neuroplastici indotti dall'uso massiccio di tecnologia).

Stanghellini, G. (2020). *Self-idols: Toward a Phenomenology of the Digital Self*. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*.

Watzlawick, P., Beavin, J. B., & Jackson, D. D. (1967).

Pragmatics of Human Communication. W. W. Norton & Company.

Studi Empirici Recenti (2020-2026)

Arpaci, I. (2020). A study on the impact of mindfulness on nomophobia: The moderating role of attachment style. Journal of Health Psychology.

Gezgin, U. B., et al. (2021). Nomophobia and its predictors: A cross-cultural study. International Journal of Mobile Learning and Organisation.

Twenge, J. M. (2017). iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy--and Completely Unprepared for Adulthood. Atria Books.

La genitorialità nell'era digitale: quale funzione riflessiva?

di Flavia La Gona

Nell'ambito della psicologia, comprendere le dinamiche relazionali è un tema di rilevante importanza .

Gli obiettivi di tali indagini si propongono di analizzare il comportamento umano in termini predittivi, sincronici e di adattamento.

Essere genitori oggi significa impegnarsi in una sfida che richiede una costante evoluzione. Complici del nuovo contesto sono la difficoltà a conciliare le pressioni sociali e le aspettative eccessive.

Un'adeguata riflessione psicologica può aiutare a creare un contesto familiare supportivo ed a sviluppare

abilità su come fronteggiare lo stress e l'ansia.

In particolare la funzione riflessiva o *mentalizzazione* trae le sue basi dalla più ampia *Teoria della Mente*^[1], in una visione integrata della dimensione cognitiva, affettiva e relazionale. Essa, è intesa come la capacità di comprendere e riflettere sui propri stati mentali e su quelli altrui, rappresentando uno strumento cruciale nella relazione tra genitori e figli. Nel caso specifico di genitori di adolescenti e di pre-adolescenti, questa competenza può diventare un elemento chiave per favorire un clima di supporto e di comprensione, contribuendo al benessere emotivo e psicologico, sia dei figli che della famiglia nel suo complesso.

I genitori, spesso, si trovano in difficoltà nell' affrontare le

criticità che fanno parte del periodo adolescenziale dei figli. Essi possono reagire con preoccupazione, senso di colpa, frustrazione o con atteggiamenti che involontariamente potrebbero aggravare il problema, come l'attuazione di comportamenti iperprotettivi o eccessivamente critici.

Apprendere le tecniche di riflessione^[2], permette ai genitori di acquisire strumenti utili per comprendere le dinamiche interne dei figli, senza cadere in reazioni impulsive.

A tal proposito, può essere utile adottare l'auto-osservazione riguardo i comportamenti messi in atto da parte delle figure di attaccamento o dei *caregiver*. Ciò consente di prendere maggiore consapevolezza in maniera coerente alle rappresentazioni di sé, in

relazione a ciò che viene richiesto dai contesti intersoggettivi.

L'Autore Bowlby ci ricorda l'importanza dei modelli operativi interni^[3] (Bowlby, 1973). Nel particolare, questi si riferiscono a delle "mappe mentali" sviluppate durante i momenti di interazione con le proprie figure di attaccamento^[4], in particolare con la madre.

Il tipo di relazione che si costruisce durante l'infanzia stima un risultato sulla qualità e sulle condotte conseguenti; come ad esempio in un attaccamento sicuro, si possa interiorizzare una figura materna attenta ai bisogni del figlio, degno di cure. A partire da tale dinamica, si deduce che sia possibile costruire un legame di fiducia, al contrario di un attaccamento insicuro o disorganizzato.

Tali dinamiche influenzano in maniera significativa la regolazione delle emozioni, le aspettative su sé stessi e sugli altri e l'interazione.

In un ottica bio-psico-sociale, l'apprendimento della funzione riflessiva è un requisito fondamentale affinché il bambino nelle differenti e successive tappe evolutive, possa affrontare in maniera adeguata la complessità delle relazioni sociali, dei compiti di sviluppo richiesti dal contesto di riferimento.

La capacità auto-riflessiva si sviluppa all'interno di relazioni di attaccamento sicuro^[5]. Un genitore che risponde in modo empatico e coerente ai segnali emotivi del bambino, favorisce lo sviluppo della capacità di comprendere e regolare le proprie emozioni. Tuttavia, nei contesti familiari in cui si manifesta un disagio psicologico, è possibile che la

funzione riflessiva sia compromessa:

- Da parte del figlio: Il giovane può avere difficoltà ad interpretare i propri stati interni e quelli altrui, contribuendo ad alimentare il disagio ed il rischio d'isolamento.
- Da parte dei genitori: La preoccupazione o lo stress psicologico possono ostacolare la capacità dei genitori di comprendere i bisogni emotivi del figlio.

La tecnologia ha cambiato il modo di essere genitori, offrendo opportunità di connessione e accesso a risorse educative, ma anche rischi di sovra-stimolazione e dipendenza. I genitori sono chiamati a navigare in questo scenario complesso in cui si trovano i figli.

Per i genitori, riuscire ad instaurare un dialogo efficace con i figli di questa generazione, può rappresentare una sfida, ma anche un'opportunità per costruire un rapporto solido e profondo.

Comunicare con i figli delle nuove generazioni richiede empatia, apertura mentale ed una buona capacità di adattarsi. Essere un punto di riferimento per loro, non significa controllare ogni aspetto della loro vita, ma supportarli nella crescita, rispettando la loro unicità e le loro esigenze. Investire tempo ed attenzione nella comunicazione oggi, può creare un legame forte e duraturo domani.

Dal punto di vista dei ragazzi, può essere interessante poter comprendere che l'affettività viene metabolizzata gradualmente nel corpo.

Dalla parte degli adulti è fondamentale educarsi ed approcciarsi all'osservazione e ad essere semplicemente presenti. Occorre che le figure di riferimento familiari o anche extra-familiari guidino i propri figli all'uso responsabile della tecnologia, mantenendo un sufficiente equilibrio tra la vita online ed offline.

La chiave è conoscere i termini più usati senza forzare il loro utilizzo.

Una buona capacità di auto-riflettersi si rispecchia nella regolazione degli stati emotivi, nella costruzione del sé e nelle *social skills*.

Di conseguenza, tale funzione ha un impatto sulla crescita emotiva del bambino e sulla qualità della relazione genitore-figlio, in quanto aiuta a dare un senso significativo anche ai conflitti, sviluppando resilienza e competenze attinenti al *problem solving*.

I benefici della funzione riflessiva per i genitori:

1. Riduzione dello stress genitoriale: Riflettere sui propri stati emotivi e su quelli dei figli, aiutando i genitori a ridurre il senso di frustrazione o di colpa. Comprendere che il comportamento del figlio non è un attacco personale, ma una manifestazione di difficoltà interne, promuove un approccio più empatico.

2. Miglioramento della comunicazione: La funzione auto-riflessiva favorisce un dialogo meno conflittuale. I genitori, imparando a leggere le emozioni dei figli, possono adattare il proprio linguaggio e comportamento, facilitando una maggiore apertura comunicativa con il figlio adolescente.

3. Creazione di un ambiente sicuro: La capacità di riconoscere e validare i vissuti

emotivi dei figli, consente ai genitori di creare uno spazio affettivo sicuro e di sintonizzarsi con loro. Questo ambiente è fondamentale per aiutare il figlio a sentirsi accettato e supportato, senza pressioni esterne.

4. Sviluppo di resilienza a livello sistemico: quando i genitori adottano un approccio resiliente, tutta la famiglia ne trae beneficio. Si riducono le tensioni, e si crea una rete di supporto che favorisce la ripresa del figlio ed il rafforzamento dei legami familiari.

Conclusioni

La funzione riflessiva rappresenta uno strumento potente per migliorare la comunicazione tra i genitori e i figli adolescenti. Radicata nella teoria dell'attaccamento, offre ai genitori un modo per comprendere le emozioni e i

bisogni dei propri figli, creando un ambiente sicuro e supportivo. Investire nello sviluppo di questa competenza, non solo può aiutare il figlio ad uscire dal disagio e dall'isolamento, ma rafforza anche i legami familiari, favorendo una crescita emotiva e relazionale integrata.

Bibliografia

Allen J.G., Fonagy P., Bateman A.W. (2008) *La mentalizzazione nella pratica clinica*. Raffaello Cortina, Milano, 2010.

Bowlby J. (1973) *Attaccamento e perdita*, vol. 2: *La separazione dalla madre* trad. it., Bollati Boringhieri, Torino, 1975.

Fonagy, P., & Allison, E. (2014). *The role of mentalizing and epistemic trust in the therapeutic relationship*. *Psychotherapy*.

Fonagy P., Target M. (2001), *“Attaccamento e funzione riflessiva”*, Raffaello Cortina Editore, Milano.

Jurist, E.L. (2018). *Tenere a mente le emozioni - La mentalizzazione in psicoterapia*. Raffaello Cortina Editore.

[1] Jurist, E.L. (2018). *Tenere a mente le emozioni - La mentalizzazione in psicoterapia*. Raffaello Cortina Editore.

[2] Fonagy, P., & Allison, E. (2014). *The role of mentalizing and epistemic trust in the therapeutic relationship*. *Psychotherapy*.

[3] Bowlby J. (1973) *Attaccamento e perdita*, vol. 2: *La separazione dalla madre* trad. it., Bollati Boringhieri, Torino, 1975.

[4] Fonagy P., Target M. (2001), *“Attaccamento e funzione riflessiva”*, Raffaello Cortina Editore, Milano.

[5] Bowlby J. (1973) *Attaccamento e perdita*, vol. 2: *La separazione dalla madre* trad. it., Bollati Boringhieri, Torino, 1975