

Associazione Erich Fromm
Un Nuovo Umanesimo al servizio dell'Uomo

Dalla parte dell' Uomo

Rivista Trimestrale

settembre 2011

n° 4

Direttore: Paolo Cardoso

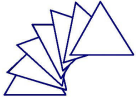
Direttore responsabile: Maurizio Gori

Comitato di Redazione: Paolo Cardoso
Maurizio Gori
Andrea Maio
Lucia Mattesini
Maddalena Poneti

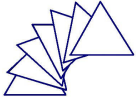


SOMMARIO

RIFLESSIONI SUL FILM-DOCUMENTARIO: “FRANK GEHRY. CREATORE DI SOGNI” DI S. POLLACK.....	4
CARATTERISTICHE E PRINCIPI DELLA COMUNICAZIONE: UNO SGUARDO PANORAMICO	10
1. Linee guida della comunicazione	10
2. Funzioni e caratteristiche della comunicazione	13
3. Gli elementi della comunicazione.....	14
4. La comunicazione non verbale	16
4.1 Canali, sistemi e segnali della comunicazione non verbale.....	17
4.2 Le abilità non verbali	19
4.3 La voce.....	20
5. 1.5 Le abilità verbali.....	21
6. Comunicazione come protezione.....	23
7. La capacità di ascolto	24
8. I comportamenti assertivo, anassertivo e aggressivo.....	24
9. L'autonomia dei sistemi non verbali e la loro interdipendenza semantica	26
10. Conclusioni.....	26
11. Bibliografia.....	27
I TENTATIVI DI SUICIDIO IN ADOLESCENZA PARTE INTRODUTTIVA.....	29
1. Disamina dei presupposti teorici della psicopatologia dello sviluppo adolescenziale.....	30
1.2 Modelli di sviluppo.....	30
2 I meccanismi di difesa.....	36
2.1 L'acting-out.....	37
2.2 Le diverse modalità di passaggio all'atto.....	39
3 La violenza in adolescenza	40
3.1 L'eteroaggressività.....	40
3.2 L'autoaggressività.....	40
4 Linguaggio	41
5 Sviluppo della mente.....	41
6 Conclusione	42
7 Bibliografia	42



INSERTO SUGLI INTERVENTI AL CONVEGNO DI NEUROSCIENZE TENUTO IL GIORNO 21 MAGGIO 2011	44
1 AMBIENTE ARRICCHITO E CERVELLO: Nicoletta Berardi	45
2 NEUROBIOLOGIA DELLA PASSIONE AMOROSA: Donatella Marazziti.....	45



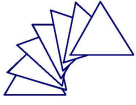
**RIFLESSIONI SUL FILM-DOCUMENTARIO:
“FRANK GEHRY. CREATORE DI SOGNI” di S. Pollack
(parte seconda)**

Rachele Sughi

Ogni qualvolta l'artista crea, crea un cambiamento. Ogni volta che un artista crea un'opera d'arte, cambia il mondo. L'atto del produrre arte produce un mutamento nell'ordine originale delle cose. E' inevitabile. E indubitabile. Se il fare dell'artista produce una trasformazione nel mondo, allora, la questione che mi induce a riflettere é: quale tipo di cambiamento? E per chi? In che modo? Ogni qualvolta mi trovo ad “esplorare” l'opera di un'artista, il mio sguardo sembra sempre voler scavare oltre l'opera, oltre la coltre del tangibile, per trovare qualcosa di non più tangibile, non più visibile, che però l'ha resa tale. Il mio sguardo sembra voler, quasi, cercare la forza primigenia, la natura stessa di quella forza. Il senso, la consapevolezza di quel fare.

Quanta consapevolezza vi è nell'atto del creare? Quanta comprensione del proprio fare vi è in quel creare? Non credo che nel nostro mondo, nella nostra epoca storica, ci sia più spazio alla leggerezza, all'incuranza, all'incoscienza, all'indifferenza, al disinteresse. A maggior ragione nel mondo del fare artistico. L'artista, oggi forse più di sempre, ha una profonda responsabilità all'interno della società contemporanea, e pensare/voler esserne al di fuori, è quanto mai paradossale. Perché niente, in questo mondo è slegato. Tutto è in relazione col tutto. Quindi, ogni mio fare produrrà una conseguenza, una reazione, un effetto nel mio ambiente. Quando rifletto su questo aspetto, profondamente vero, di come funziona la vita, il mondo, l'universo tutto, allora riguardo alle opere di quei pittori, scultori, architetti, ecc., che hanno cambiato “un mondo”. E mi ripongo le stesse domande: quanta comprensione del loro fare vi era in quel creare? Quanta consapevolezza vi era in quell'atto?

Il museo Guggenheim realizzato da Frank O. Gehry, a Bilbao, è una delle opere che mi ha portato a fare molte riflessioni al riguardo.

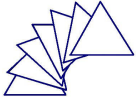


“DALLA PARTE DELL'UOMO”



Figura 1: Museo Guggenheim, Bilbao (1997)

Ad oggi è, forse, l'edificio più famoso al mondo, benché ampiamente e profondamente criticato. Per un folto gruppo di critici, tuttavia, rappresenta un punto di svolta nella storia dell'architettura. Frank Gehry, alcuni affermano, ha saputo dare musicalità, sensualità all'architettura. L'edificio sembra liquefarsi, fondersi, trasformarsi in continuazione. E' un farsi e disfarsi per crearsi nuovamente, per ricrearsi sempre. Sempre diverso. Questo, penso, sia l'aspetto che mi attrae maggiormente di quest'opera: è un'architettura "viva", che ha all'interno, forze che la rigenerano continuamente. Esattamente come nell'essere umano. Forse anche per questo, ad un primo sguardo, crea disorientamento, inquietudine: ha qualcosa che si ricollega all'umano. Nel suo essere materia che "pulsava di vita propria", provoca sconcerto, turbamento e, al tempo stesso, curiosità, attrazione.



“DALLA PARTE DELL'UOMO”



Figura 2 : Museo Guggenheim, Bilbao (1997), dettaglio

Per la comunità di Bilbao, il museo Guggenheim di Frank Gehry, ha rappresentato l'inizio di un cambiamento, di uno sconvolgimento dell'ordine originale delle cose. Questo edificio ha mutato il corso della storia, la vita di una città, di una comunità. Ha mutato il mondo degli abitanti di Bilbao. La “presenza” del museo ha creato un effetto dirompente. E non poteva essere altrimenti. Il suo “carattere” incombente, quasi insolente, aggressivo, non lascia immuni. Non lascia “liberi”. In qualche modo ci vincola, ci lega a sé. Come un essere vivente, appunto. La sua presenza sembra lasciare qualcosa addosso. Qualcuno ha scritto che fa paura. Che non è un'opera innocua. Qualcun altro ha detto che non lascia via di scampo. Non lascia via di uscita.

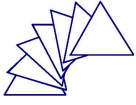
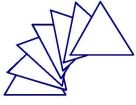


Figura 3 : Museo Guggenheim, Bilbao (1997), dettaglio

E proprio questo mi fa soffermare nuovamente a riflettere sul potere dell'opera d'arte, dell'artista. E sulla consapevolezza del proprio operare. L'arte cambia il mondo, attenzione artisti! Lo cambia davvero. E avere la consapevolezza o meno di questo cambia tutto.



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

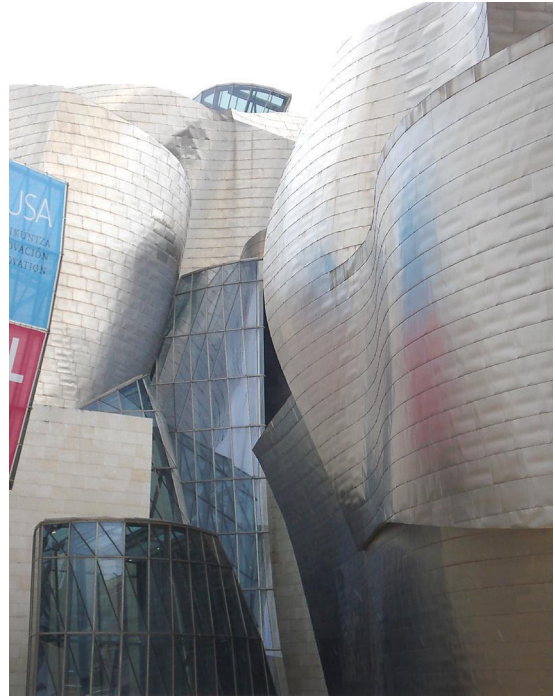
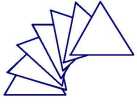


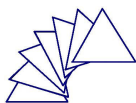
Figura 4 : Museo Guggenheim, Bilbao (1997), dettagli

Il film-documentario “F. Gehry, creatore di sogni” racconta questo. Anche questo. Di come un edificio costruito per “conservare”, “mantenere in vita”, “preservare” l’opera dell’uomo, possa creare un danno all’uomo stesso. Di come un edificio atto a “difendere dai pericoli”, passa diventare un pericolo esso stesso. L’arte non è innocua, non è “naturalmente” pacifica. Occorre renderla tale. E questo dipende dall’individuo che la crea. In ultima analisi “F. Gehry, creatore di sogni” ci ricorda che l’opera d’arte svela noi stessi, come siamo realmente. Inevitabilmente. Da sempre.



“DALLA PARTE DELL'UOMO”





CARATTERISTICHE E PRINCIPI DELLA COMUNICAZIONE: UNO SGUARDO PANORAMICO

Paolo Cardoso, Roberta De Florio, Chiara Del Furia, Eliana Lavilla, Antonella Leccese

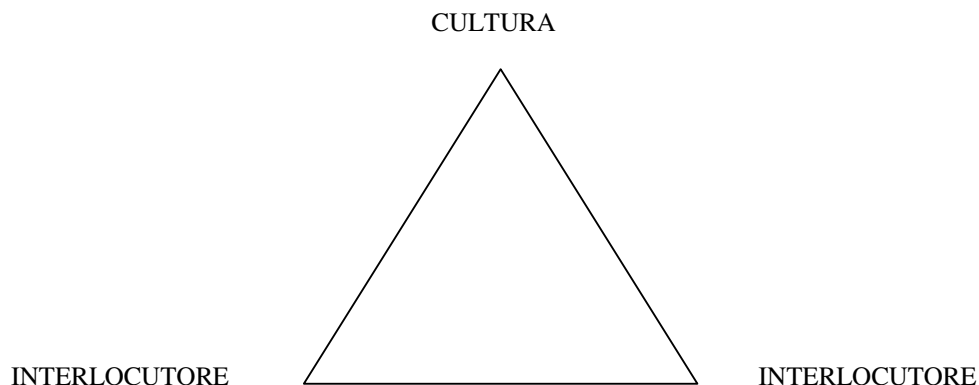
1. Linee guida della comunicazione

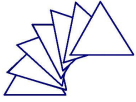
La comunicazione è il fondamento di tutti i rapporti umani e, pur facendone un uso quotidiano, non sempre siamo consapevoli delle logiche sottese ad essa, dei processi che questa innesca e delle incredibili potenzialità connesse.

Uno dei primi studi scientifici sulla comunicazione può essere fatto risalire a Paul Watzlawick il quale, all'interno del volume *“La pragmatica della comunicazione umana”* (1971), ha concettualizzato i principi fondamentali della comunicazione, definendola come: *“uno scambio interattivo fra due o più partecipanti, dotato di intenzionalità reciproca e di un certo livello di consapevolezza, in grado di far condividere un determinato significato sulla base di sistemi simbolici e convenzionali di significazione e di segnalazione secondo la cultura di riferimento”*.

Egli sottolineò come *“le nevrosi, le psicosi e in generale le forme di psicopatologie non nascono nell'individuo isolato, ma nel tipo di interazione patologica che si instaura tra individui”*, ponendo quindi l'accento sull'importanza dell'interazione esistente tra le persone che comunicano e l'influenza esercitata su di essi dalla cultura, attraverso i segni e i simboli cui vengono attribuiti significati.

Fig.1 - Piramide della struttura interattiva della comunicazione.





“DALLA PARTE DELL'UOMO”

Watzlawick basa la sua elaborazione teorica su cinque assiomi, affermazioni basilari che riflettono i meccanismi che si innescano nell'interazione tra segni e simboli e sono:

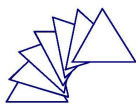
1. non si può non comunicare;
2. ogni comunicazione ha un aspetto di contenuto e un aspetto di relazione;
3. la natura di una relazione dipende dalla punteggiatura delle sequenze di comunicazione tra i comunicanti;
4. gli esseri umani comunicano sia con il modulo verbale (numerico) che con quello non verbale (analogico);
5. tutti gli scambi di comunicazione sono simmetrici o complementari, a seconda che siano basati sull'uguaglianza o sulla differenza.

Il primo assioma afferma che è impossibile non comunicare, anche se si è in silenzio. Ad esempio quando siamo in uno scompartimento ferroviario qualcuno può iniziare a parlarci. Noi possiamo non rispondere (rifiuto della conversazione), rispondere o mandare segni di insofferenza (sbadiglio, rispondere a monosillabi ecc.). Un importante principio fissato da Watzlawick è che in una sequenza di comunicazione, ogni scambio di messaggi restringe il numero delle possibili mosse successive. In analogia con il gioco: in ogni gioco interpersonale una mossa cambia, in modo spesso irreversibile, la configurazione del gioco. In quest'ottica, ogni nostro comportamento, ogni interazione umana diviene comunicazione, che al suo interno assume significati diversi.

Il secondo assioma volge l'attenzione al fatto che la comunicazione ha un aspetto di contenuto e uno di relazione, dove il secondo definisce il primo. Pertanto, a seconda di come noi esprimiamo un contenuto, questo definisce anche la relazione: ad esempio si può dire “mangia”, come un invito, un ordine, una minaccia, in base al tono e al volume della voce.

Seppure in questo caso il contenuto sia il medesimo, in riferimento all'atto del mangiare, è possibile che venga espressa una relazione diversa, implicita nella qualità del messaggio stesso. Un invito implica una relazione paritetica, a differenza dell'aspetto di comando, tipico di relazioni asimmetriche.

Solitamente il canale verbale veicola meglio il contenuto, mentre il non verbale di cui parleremo più approfonditamente in seguito, veicola meglio la relazione. Questo potrebbe offrire una riflessione sull'importanza di prestare attenzione ai feedback comunicativi, poiché la natura relazionale contenuta nel messaggio classifica il contenuto e potrebbe determinare la reazione



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

dell'interlocutore. Attraverso l'aspetto relazionale contenuto nella comunicazione si trasmette la percezione che abbiamo del nostro interlocutore.

Il terzo assioma implica un processo circolare: ogni azione comunicativa influenza ed a sua volta è influenzata dal comportamento verbale e non verbale dell'interlocutore. “La punteggiatura è il tentativo arbitrario di stabilire nessi di causa ed effetto in sequenza” (Watzlawick, Beavin & Jackson, 1971). “In realtà ogni atto comunicativo rappresenta contemporaneamente uno stimolo, una risposta ed un rinforzo” (Gattone, 2008).

Nel quarto assioma il riferimento al modulo numerico e a quello analogico riprende l'aspetto di contenuto e di relazione implicato nella comunicazione e discusso nel secondo assioma. Il linguaggio, in particolare quello verbale e quello scritto, pone una connessione “digitale” e si attiene solitamente all'aspetto di contenuto. Tutte le modalità non verbali, invece, solitamente riguardano l'aspetto di relazione della comunicazione.

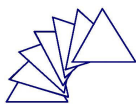
Nell'ultimo assioma, gli autori analizzano la comunicazione in base alla posizione relazionale degli interlocutori. Uno scambio simmetrico avviene tra persone che hanno ruoli analoghi, mentre uno scambio complementare si realizza tra persone che non sono sullo stesso piano per potere, ruolo comunicativo, autorità sociale ecc.

Uno scambio è **simmetrico** quando avviene tra interlocutori che si considerano sullo stesso piano, svolgendo funzioni comunicative e ruoli sociali analoghi; è **complementare** quando fa incontrare persone che hanno una relazione, ma non sono sullo stesso piano per potere, ruolo comunicativo, autorità sociale, interessi.

È bene sottolineare che in poche occasioni la comunicazione è simmetrica (spesso solo in famiglia o con gli amici più stretti). Nella comunicazione interpersonale, la simmetria e la complementarità non sono in sé “buone o cattive”, “normali o anormali”, entrambe svolgono funzioni importanti e sono necessarie nelle relazioni “sane”, questo se si alternano e operano in settori diversi.

Quando nelle relazioni si irrigidisce una delle due modalità di entrare in rapporto con l'altro, si producono patologie o fallimenti comunicativi.

Indipendentemente dagli aspetti strutturali della comunicazione è di fondamentale importanza, a nostro parere, soffermarsi sull'aspetto relazionale che essi veicolano, in quanto la persona interpreta attraverso un filtro soggettivo.



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

Di grande importanza, specialmente oggi, è l'analisi dei fattori culturali legati al linguaggio, perché questi variano moltissimo, ad esempio a seconda del luogo di provenienza e della cultura di appartenenza.

Diviene quindi essenziale tenere conto anche dei valori semantico - linguistici che attribuiscono valori alle parole. Lo studioso Bateson affermava che: *“non c'è nulla di specificatamente simile a cinque nel numero cinque; non c'è nulla di specificatamente simile a un tavolo nella parola - tavolo-”*, intendendo con ciò che tutti conosciamo il significato dell'oggetto tavolo, ma un'attribuzione positiva a quell'oggetto, per esempio “questo tavolo è bello”, può non essere condivisa dagli altri.

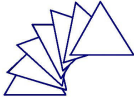
2. Funzioni e caratteristiche della comunicazione

La comunicazione ha molteplici funzioni. La funzione **emotiva o espressiva** relativa all'esprimere i sentimenti e i pensieri; la funzione **informativa**, di trasmissione di dati ed informazioni; la funzione di **“contatto”** che si utilizza per entrare in contatto, per mantenerlo o interromperlo (pensiamo ai saluti, alle esclamazioni, ad esempio). Consideriamo infine le funzioni **poietica**, cioè ciò che rende più armonico e piacevole il discorso, **metalinguistica**, cioè la capacità della lingua di descriversi, di parlare di sé, e quella **persuasiva** usata per convincere gli altri come pubblicità e discorsi politici.

La comunicazione ha anche quattro caratteristiche fondamentali di cui parleremo di seguito.

È, innanzitutto, **un'attività sociale** che avviene all'interno di un gruppo o tra due persone, in altri casi si parla di monologo interiore. La comunicazione è **partecipazione** in quanto sottende l'accordo su significati condivisi e negoziati all'interno di un gruppo o comunità, pertanto ha una matrice culturale e una natura convenzionale. Possiamo poi asserire che è **un'attività cognitiva**, perché c'è una stretta interdipendenza tra il pensiero e la comunicazione stessa. La comunicazione, infine, è **connessa all'azione**, poiché chi comunica ha uno scopo e agisce per arrivare al proprio obiettivo.

Si possono individuare ed apprezzare tutte queste sfumature della comunicazione, ma è nella relazione vis à vis in cui maggiormente si realizzano tutte le potenzialità e la ricchezza comunicativa: in questa occasione avviene un passaggio di informazione (da-a) ma, soprattutto, avviene un'inferenza tra coloro che comunicano, poiché vengono offerti e contemporaneamente accolti gli indizi riguardanti ciò che non è esclusivamente informazione.

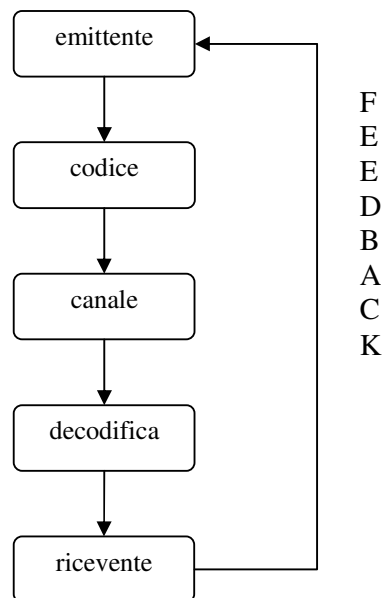


3. Gli elementi della comunicazione

Con il termine “elementi della comunicazione” ci riferiamo a quelle parti che Bateson definisce come costituenti le sequenze comunicative e che permettono la trasmissione del contenuto.

Analizzeremo ora gli elementi di una sequenza comunicativa: essi sono molteplici e dobbiamo considerarli come interrelati tra loro.

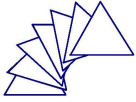
Fig.2 - Gli elementi della comunicazione.



Inizialmente questi elementi sono stati teorizzati nel modello tradizionale di Shannon e Weaver (1948), definito “emittente-messaggio-ricevente” ed era composto dagli elementi presenti anche ora, fatta eccezione per il feedback. Questa importante caratteristica verrà studiata nel modello dialogico, che seguirà la vecchia teoria di stampo comportamentista la quale non considerava tutta la complessità e circolarità del processo comunicativo.

Si parte con la definizione di **emittente** e di **ricevente**, i quali sono, rispettivamente, la persona che comunica il messaggio e il destinatario del messaggio stesso; è da precisare che questi due elementi possono essere costituiti da una sola persona o più persone.

Fondamentale è il **messaggio**, cioè il contenuto di ciò che si comunica. Può essere una informazione, un dato, una notizia o più semplicemente una sensazione. Vi è poi il **codice**, che è il sistema di segni che si usa quando si comunica e senza il quale non avviene la trasmissione del

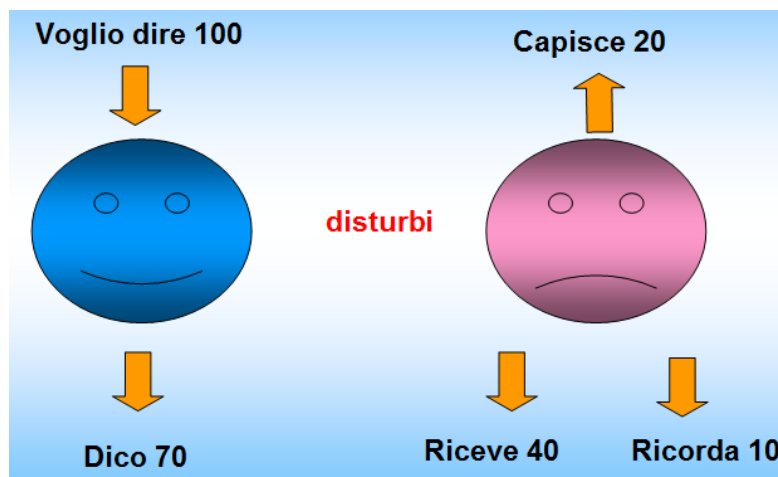


"DALLA PARTE DELL'UOMO"

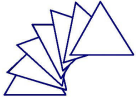
messaggio. Può essere sia una lingua, che un gesto, un grafico oppure un disegno. Questo elemento è distinto dal **canale** che può essere inteso sia come il mezzo tecnico esterno al soggetto con cui il messaggio arriva (telefono, fax, posta ecc.) sia come il mezzo sensoriale coinvolto nella comunicazione (principalmente udito e vista). L'emittente svolge un'importante attività, denominata **codifica**, in cui trasforma idee, concetti e immagini mentali in un messaggio comunicabile attraverso il codice. Parallelamente, il ricevente svolge la **decodifica**, cioè la trasformazione del messaggio da codice in idee, concetti e immagini mentali. Ulteriore elemento è il **feedback**, cioè l'interscambio che avviene tra ricevente ed emittente; è l'informazione di ritorno che permette all'emittente di percepire se il messaggio è stato ricevuto e capito. Infine c'è il **contesto** o ambiente: è il "luogo", fisico o sociale, dove avviene lo scambio comunicativo; esso può incentivare o al contrario disincentivare la comunicazione.

È importante sottolineare che non tutto quello che viene comunicato arriva al ricevente. Di norma infatti, attribuendo al messaggio che una persona vuole comunicare un valore di 100 unità, egli riesce a comunicare solo il 70% di esse. A causa di disturbi nello scambio come rumore, distrazione, barriere, a sua volta il ricevente viene a contatto solo con il 40% di questo, ne capisce solo il 20%, ricordandone infine il 10%.

Fig.3 - I disturbi alla comunicazione.



A tutto ciò che si è appena detto, si aggiunge il fatto che viene ricordato dal ricevente solo il 15-20% di ciò che si sente (pensiamo ad una lezione frontale ad esempio), il 30-35% di ciò che si vede, ma la percentuale di ricordo sale al 60-70% di ciò che si sente, se abbinato a sussidi visivi (pensiamo ad una lezione frontale con una presentazione visiva dei punti salienti).



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

Ciò avviene in conseguenza del fatto che si dà per scontato che si è davvero comunicato tutto ciò che si intendeva dire e che tutto ciò che si comunica è stato davvero percepito dal ricevente.

Bisogna quindi fare attenzione a questi aspetti e non sottovalutarli.

I possibili ostacoli alla comunicazione, che abbiamo accennato prima, sono la distrazione, la limitatezza di capacità del ricevente (per motivi culturali, fisici, ecc), lo scarso interesse, la stanchezza, il distacco emotivo o l'eccessivo coinvolgimento emotivo.

I rimedi possibili a tutto ciò, per colui che parla, sono **l'esprimere con precisione** semantica e sintattica **il proprio pensiero**, cioè essere chiari; **sottolineare i concetti fondamentali** è importante perché, riallacciandoci alle percentuali di prima, possiamo dire che se un concetto viene ripetuto, vi sarà una probabilità più alta che venga ricevuto e ricordato. È utile inoltre **accompagnare le parole con i gesti** per aiutare il ricordo delle prime. Altro rimedio è **dare precedenza alle informazioni riguardanti i fatti rispetto alle opinioni**, evitando così di confondere gli uni dalle altre. Sono importanti anche **l'essere obiettivi, l'identificarsi con l'altro** (per capire così ciò che potrebbe essere ambiguo e spiegarlo) e **definire l'obiettivo** della comunicazione: se l'ascoltatore sa qual è la finalità della comunicazione, saprà coglierne anche gli aspetti salienti.

Per l'ascoltatore, invece, i consigli per evitare una comunicazione non efficace sono:

- ✓ essere disponibili alla comunicazione;
- ✓ avere o acquisire capacità di ascolto;
- ✓ capire e interpretare i significati simbolici dei messaggi;
- ✓ identificarsi con gli schemi di riferimento dell'emittente (immedesimarsi, empatia);
- ✓ porre domande affinché l'emittente precisi il suo pensiero.

4. La comunicazione non verbale

Si considera comunicazione non verbale tutto quel complesso di segnali, gesti, movimenti del corpo, posture, espressioni del volto, direzione dello sguardo, vicinanza e posizione spaziale, contatto corporeo, orientazione, toni di voce ed altri aspetti non verbali del discorso, abiti e ornamenti del corpo.

La comunicazione non verbale riveste un'importanza enorme, infatti le viene attribuito il 70% del valore della comunicazione.

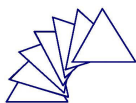
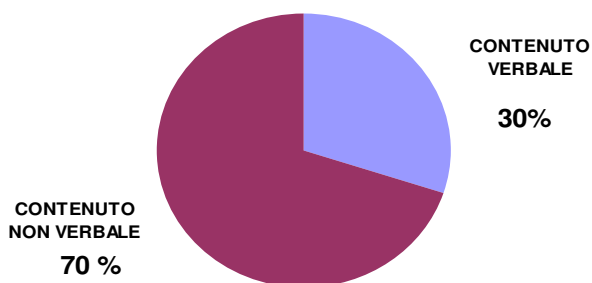


Fig.4 - Comunicazione verbale e non verbale.



Le **funzioni della comunicazione non verbale** sono quelle di esprimere e comunicare il vissuto emotivo, ad esempio attraverso l'espressione del volto, la postura, il tono della voce; trasmettere messaggi di relazione con l'espressione del volto, il sorriso, regolare l'interazione (sguardo, gesti, movimenti, pause); sostenere o sostituire la comunicazione verbale con l'espressione del volto, la postura e i gesti. Attraverso la comunicazione non verbale, possono esprimersi le regole sociali, le differenze culturali e le differenze sessuali. A tutto questo possiamo aggiungere altre quattro funzioni.

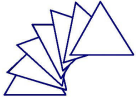
La comunicazione non verbale, se concorde con quella verbale, può **sottolineare il messaggio** espresso, rinforzandolo. Ciò può far sì che si ripeta il messaggio mediante un codice facilmente memorizzabile e più intuitivo.

Non sempre entrambi i codici sono concordi. Verbalmente si può esprimere un messaggio in netta **contrapposizione con il codice non verbale**. Un esempio può essere rappresentato dall'affermare di sentirsi rilassati e felici e spuntano le lacrime.

Un ulteriore caso si può realizzare quando il codice non verbale **sostituisce il messaggio verbale**; per esempio, uno sbadiglio o gli occhi che si chiudono comunicano noia o stanchezza, in assenza di un messaggio verbale comunichiamo al nostro interlocutore il nostro stato emotivo.

Il codice non verbale può, inoltre, **accentuare il messaggio** espresso rimarcando e rafforzando il linguaggio verbale; per esempio, si dice "vai fuori" e si indica la porta con l'indice.

4.1 Canali, sistemi e segnali della comunicazione non verbale



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

I canali della comunicazione non verbale sono numerosi: la distanza interpersonale, il comportamento spaziale (orientamento, contatti fisici, postura), il comportamento motorio-gestuale e il comportamento mimico del volto, ad esempio lo sguardo; l'aspetto esteriore come vestiario e ornamenti.

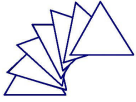
È interessante anche analizzare i quattro sistemi della comunicazione non verbale:

- **cinesico** che comprende i movimenti del corpo, degli occhi e del volto; i nostri movimenti non sono soltanto strumentali alle esecuzioni di un compito o di un'azione, ma implicano la produzione e trasmissione di significati;
- **prossemico** che riguarda la percezione, l'organizzazione e l'uso dello spazio, della distanza e del territorio nei confronti degli altri;
- **aptico** che è l'insieme di azioni di contatto corporeo con un'altra persona;
- **cronemico**, ovvero il modo di concepire ed organizzare il tempo soggettivo della discussione, ad esempio la gestione delle pause, il ritmo, l'alternanza dei turni tra chi parla e chi ascolta.

Approfondendo la tematica dei segnali, evidenziamo la presenza di una particolare classe, composta dai **micro segnali subliminali**, cioè specifici segnali non verbali, brevi e piccoli che comunicano qualcosa al di sotto della soglia di coscienza sia di chi li invia, sia di chi li riceve; essi attuano processi comunicativi, anche se non ce ne rendiamo conto, proprio perché agiscono al di sotto del livello cosciente.

Questi segnali partono dal cervello e finiscono in punti dove la tensione viene scaricata e cioè naso, bocca, parte destra e sinistra del volto.

Essi possono essere di tre tipi. La prima tipologia riguarda i segnali di **gradimento** e sono localizzati nella zona della bocca, esempi di questo tipo sono umettare le labbra, avere le dita vicine alle labbra, mordicchiare le labbra, accarezzarsi, avere il busto in avanti, avvicinarsi. Allontanarsi da una persona, porre il busto indietro o indietreggiare, spazzolarsi, chiudere la giacca, incrociare gambe e/o braccia, passare le mani nel collo della camicia (come senso di soffocamento) sono tutti sintomi di **rifiuto**. Modalità per scaricare la **tensione** sono: arrossamenti, sudorazione, “grattatine” (punta del naso, bocca) e battere il tempo. Conoscendo questi segnali si possono usare come ricalco verbale, per sottolineare ciò che si sta dicendo.



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

Vi sono dei segnali sui quali normalmente non poniamo la nostra attenzione, ma che tuttavia possono esprimere uno stato emotivo, ad esempio battere i piedi indica impazienza, tamburellare con le dita esprime nervosismo, invece dare un calcio esprime rabbia.

C'è un segnale molto evidente, cioè la postura, che esprime un vissuto emotivo, ma anche la posizione sociale, pensiamo al professore in piedi e gli studenti seduti.

Quello che abbiamo descritto finora, cioè il linguaggio, verbale e non, ha la finalità di esprimere ed interpretare la realtà. Noi comunichiamo per far capire il nostro punto di vista, per spiegare e comprendere.

Dobbiamo però porci la domanda se **esiste la realtà oggettiva**.

Quella che ognuno di noi chiama realtà è sempre un'interpretazione soggettiva e questa stessa realtà viene costruita attraverso la comunicazione e l'esperienza. La comunicazione costruisce quindi la realtà e, in ultima analisi, gli stili di vita di ogni persona nel suo contesto (per approfondimenti, si vedano le pubblicazioni che si rifanno alle teorie socio-costruzionista, ad esempio Bateson, 1976)

Alla luce di tutto ciò, è chiaro che la comunicazione è al contempo un sistema complesso e adattivo. E. Morin, studioso della complessità, sostiene che se ad un problema complesso si dà una risposta semplice, questa è sicuramente sbagliata: normalmente, noi ci curiamo poco di analizzare accuratamente tutti gli aspetti della comunicazione e, così facendo, diamo solo una risposta semplice ad un problema che, in realtà, è complesso.

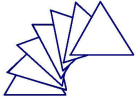
È bene tenere conto anche che la comunicazione, dati i rapporti di asimmetria in cui quasi sempre avviene, è sempre avvolta dall'ambiguità.

4.2 Le abilità non verbali

Le abilità non verbali hanno una grande rilevanza, infatti si manifestano come segni autonomi di comunicazione e fungono da supporto all'espressione verbale di cui sono un complemento. La prima risposta ad una situazione imbarazzante è, generalmente, non verbale: comuni sono il tremore della voce, l'agitazione disordinata delle mani e dei piedi, l'incapacità di espressione verbale ed alcune componenti di natura neurovegetativa quali il rossore e il pallore.

Queste abilità sono:

- ✓ **l'osservazione:** non siamo soltanto osservati, ma siamo anche osservatori, protagonisti di ciò che accade intorno a noi;



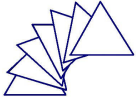
“DALLA PARTE DELL'UOMO”

- ✓ **il contatto visivo**, ovvero gli sguardi reciproci che due persone si scambiano durante un'interazione; l'importanza di questa abilità basilare è legata al suo essere un doppio canale nella comunicazione; con lo sguardo si esprimono sentimenti ed emozioni, con lo sguardo si colgono i sentimenti e le emozioni degli altri. Lo scambio di queste informazioni è un imprescindibile strumento per programmare ed aggiustare in ogni momento il modo di comunicare;
- ✓ **la mimica facciale**: comprende ogni variazione mimica, coerente con i sentimenti e le emozioni che si vogliono esprimere. Tecnicamente si manifesta con movimenti delle parti del viso: l'alzare o abbassare un sopracciglio, la contrazione delle pupille, il movimento delle guance, il piegarsi delle labbra;
- ✓ **la postura**: la posizione del corpo esprime ciò che il linguaggio verbale non dice o dice solo in parte; l'individuo parla spesso assumendo una postura non coerente con le parole che comunica. Se il corpo non esprime partecipazione difficilmente si potrà far recepire al nostro emittente la nostra simpatia, inoltre una postura rigida può influenzare o essere influenzata dal contenuto della comunicazione;
- ✓ **lo spazio corporeo**, ossia l'ambito spaziale dentro cui l'individuo si muove, interagendo. Costituiscono lo spazio corporeo sia la discrepanza che un corpo ha dall'altro sia l'orientamento che il corpo assume: l'uno e l'altro di questi elementi sono influenzati da condizionamenti sociali e culturali;
- ✓ **il contatto corporeo**: nella comunicazione e nella relazione con gli altri, la persona si manifesta entrando in contatto, anche corporeo, per esprimere una varietà di sentimenti ed emozioni: stringe la mano, abbraccia, pone la mano su una spalla, accarezza. La stretta di mano, per esempio, può essere troppo molle o sfuggente, a punta di dita, con le dita rivolte verso il basso, troppo vigorosa, stritolante o prolungata oltre il sopportabile, come una prova di forza.

4.3 La voce

La voce è una sostanza fonica, composta da una serie di fenomeni e processi vocali.

È necessario analizzarla perché, nonostante sia il veicolo della comunicazione verbale (quindi del “cosa si dice”), le sue varianti ed espressioni producono effetti sulle modalità di comunicazione e su ciò che va oltre l'informazione, quindi sul “come si dice” (le varianti possono



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

nascere nel modulare la voce, nell'accentuare sillabe, nell'intensità, nel tono, nelle vibrazioni e tutto ciò produce degli effetti nella relazione).

La voce è utilizzata nei riflessi (lo starnuto, la tosse ecc.), nei caratterizzatori vocali (il riso, il pianto ecc.) e nelle vocalizzazioni (le “pause piene”). Vi sono poi le caratteristiche extralinguistiche, caratteristiche anatomiche permanenti ed esclusive dell'individuo, organiche e fonetiche.

Sono da tenere in particolare considerazione, le **caratteristiche paralinguistiche**, cioè l'insieme delle proprietà acustiche transitorie che accompagnano la pronuncia di un enunciato e che possono variare da situazione a situazione.

Queste ultime caratteristiche sono determinate da:

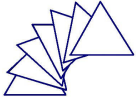
- **il tono**, cioè frequenza fondamentale della voce, generata dalla tensione delle corde vocali;
- **l'intensità**, ossia il volume della voce e varia da un volume debole a uno molto forte;
- **il tempo**, che determina la successione dell'eloquio e delle pause; comprende la durata (tempo necessario per pronunciare un enunciato, comprese le pause), **la velocità di eloquio** (numero di sillabe al secondo comprese le pause), **la velocità di articolazione** (numero di sillabe al secondo escluse le pause), la pausa (sospensione del parlato: pause piene, cioè uso di vocalizzazioni e pause vuote, cioè periodi di silenzio).

5. 1.5 Le abilità verbali

Le abilità verbali consistono, a seconda delle situazioni, di saper utilizzare: domande chiuse, aperte, riflesse, libera informazione, autoapertura, cambio di argomento.

Le **domande chiuse** richiedono una risposta brevissima, in genere un “sì” o un “no” e sono necessarie talvolta per iniziare una conversazione o agganciare l'interlocutore. Non consentono uno scorrere della conversazione, se non con ulteriori domande; è necessario quindi un nuovo impegno da parte di chi interroga. Esse costringono l'interlocutore a tacere, a porre un'altra domanda o a rispondere con un minimo grado di partecipazione e informazione, ad esempio “Dove vai?” “A casa”.

Un loro uso continuato ed insistente costringe alla ricerca affannosa di nuovi argomenti di conversazione, creando un'atmosfera da inquisizione che determina un rapporto di squilibrio nella trasmissione e nello scambio di informazioni.



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

La **domanda aperta**, invece, è strutturata in modo da ricavare una maggiore quantità di informazioni dall'altro. Essa ha il vantaggio di stimolare attivamente il destinatario nel fornire più informazioni, dalle quali potranno essere tratti spunti utili a continuare il dialogo, ad esempio: “Che cosa ne pensi di...?”. Le domande aperte possono cominciare con chi, che cosa, quando, dove, come o perché ed elicitano spiegazioni piuttosto dettagliate da parte dell'individuo, forniscono l'opportunità di maggiori spunti per continuare la conversazione.

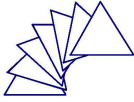
Nella **domanda riflessa**, infine, la persona può riconoscere all'interno dei segmenti finali dell'intervento altrui degli stimoli di aggancio intorno ai quali costruire un'informazione da rilanciare, ad esempio: “Hai una sorella? Anch'io. La mia è molto più giovane di me. Tra noi, per la differenza di età, non c'è grande affiatamento”.

Passando alla **libera informazione**, possiamo dire che si tratta di una informazione che eccede in qualche modo la domanda o è data senza essere sollecitata: la strategia consiste nel porre una domanda e nell'offrire al contempo una o più informazioni di carattere generale o anche personale, a cui l'interlocutore possa agganciarsi. Una volta instaurato il contatto, la conversazione avviata può protrarsi mediante il ricorso a tecniche di dialogo, di concatenazione di domande chiuse, aperte e riflesse.

L'**autoapertura** è un'informazione libera o sollecitata che si dà su se stessi: mette a proprio agio l'interlocutore e crea una comunicazione estremamente calda. È opportuno, quindi, mettersi in gioco, talvolta esponendosi, ma sempre calibrando l'auto apertura a seconda delle situazioni.

Infine, la volontà di **cambiare argomento** oppure di concludere la conversazione dovranno essere espresse con chiarezza e decisione: è un bene far precedere il congedo da una affermazione rassicurante e gratificante circa l'incontro avuto.

Nell'ambito dello scambio verbale, anche il **silenzio** (momenti di pausa e di assenza di parola) costituisce un modo strategico di comunicare e il suo significato varia con le situazioni, con le relazioni e con la cultura di riferimento: in generale, il valore comunicativo del silenzio è da attribuire alla sua ambiguità e può essere l'indizio di un ottimo rapporto, di una comunicazione intensa oppure il segnale di una pessima relazione e di una comunicazione deteriorata; infatti parlare deve rappresentare una necessità ed un piacere, non un obbligo, ascoltare e tacere non sono necessariamente abilità di tipo passivo. Momenti di pausa o di silenzio possono essere vissuti in modo ansiogeno da chi vi legge il risultato della propria incapacità di relazione, anche se in realtà essi sono parte integrante del dialogo ed hanno una loro pregnanza e valenza semantica.



6. Comunicazione come protezione

La comunicazione può essere utilizzata come strumento di protezione del sé: analizziamo qui le diverse abilità di protezione.

La **persistenza**, che è chiamata anche “disco rotto” perché consiste nel ripetere in modo quasi coattivo ciò che si vuole, senza aggressioni o irritazioni, con tranquillità. È opportuno stare attenti a non prestarsi al gioco di chi vuol farci cadere in una trappola logico manipolatoria, non concedendo agli altri spazi per raggiungere ciò che essi desiderano. È bene quindi non fare domande di tipo aperto, rispondere ai perché o alle colpevolizzazioni altrui, con scuse, giustificazioni o spiegazioni

L'**annebbiamento** è un modo che permette che la critica dell'altro venga leggermente annebbiata dalle nostre risposte, come un sasso gettato nella nebbia che non può essere ripreso per essere rilanciato. Consiste nell'acconsentire in termini generali o di probabilità a qualche parte della comunicazione dell'altro, senza però cambiare il proprio punto di vista o la propria decisione. Toglie aggressività a un'opposizione, e poi costringe in qualche modo ad ascoltare perlomeno quello che dice l'altro e quindi a rispondere sulla base di quello che l'altro ha detto.

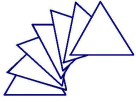
Talvolta l'unico modo per fronteggiare un errore è proprio quello di ammetterlo senza ansia e senza diminuire la nostra immagine personale, cioè l'**asserzione negativa**.

Confermando dignitosamente un errore ed ammettendo la colpa si può dare dimostrazione del proprio dispiacere e della non intenzionalità dell'accaduto, dichiarando l'impegno ad evitare il ripetersi dell'evento ed il desiderio di porvi rimedio.

L'**inchiesta negativa** consiste nel chiedere informazioni sulla critica. Se una persona fa una critica di tipo generico, costruttiva o manipolativa, si possono chiedere delle informazioni più specifiche su questa.

Nel caso di una critica costruttiva terremo preziosi elementi per riprogrammare il nostro comportamento. Se si tratta di una critica manipolativa, invece, più facilmente si riuscirà a stringere l'ampiezza, focalizzandola in precisi comportamenti. In entrambi i casi, con l'inchiesta negativa viene costretto l'altro a seguire una traccia proposta per esprimere la sua ostilità.

La **discriminazione selettiva** consiste nel cogliere, in un messaggio negativo, critico, soltanto quella parte sulla quale si è disposti a discutere, a dare delle giustificazioni, a dare delle spiegazioni: questa è la tecnica in cui, soprattutto in ambito pubblico, bisogna essere abbastanza esperti.



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

Il **disarmo dell'aggressività** consiste nell'opporre a una critica o ad un appunto negativo nei confronti del nostro comportamento, un comportamento di estrema calma, condizionando la nostra partecipazione alla comunicazione a un decrescere dell'aggressività dell'altro. Questa abilità è molto sottile, qualche volta potrebbe essere irritante.

7. La capacità di ascolto

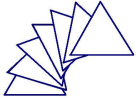
L'ascolto è dato dalla capacità di comprendere una prospettiva diversa dalla propria, di considerare le caratteristiche dell'altro ed i suoi attributi di ruolo, di tenere presente la prospettiva durante l'interazione. Sono molte le occasioni in cui l'interlocutore non viene ascoltato: si ascolta solo ciò che si vuole sentire (filtro), si pensa a cosa si dirà, non concentrandosi su ciò che sta dicendo l'interlocutore (prove), si riferisce tutto quanto si ascolta alla propria esperienza (identificazione), si snobba o si accantona quanto viene detto perché ritenuto di poca importanza (denigrazione), si esprime accordo per ogni cosa viene detta (accondiscendenza), si cambia troppo rapidamente argomento mostrando disinteresse (deviazione), si giudica o si agisce per gestire l'ansia dovuta alla percezione di “eccessiva vicinanza con l'altro”.

Per acquisire la capacità di ascolto, può essere importante distinguere l'ascoltare e il sentire, poiché non sono la stessa cosa: mentre il sentire è legato più ad una percezione dei suoni emessi dall'interlocutore e può prescindere dal contenuto del messaggio, ascoltare implica essere consapevoli di ciò che si sente, recepire accuratamente l'informazione che viene presentata e organizzare l'informazione in modo tale che risulti utile.

Per praticare l'ascolto efficace, è utile mantenersi attenti e dimostrarlo a chi parla, ascoltare cercando di capire i messaggi, incoraggiare l'interlocutore a continuare, evitare di giudicare mentre si ascolta, quindi sospendere i pregiudizi, evitare di pensare a ciò che si vuole dire dopo, prendere appunti, fare domande.

8. I comportamenti assertivo, anassertivo e aggressivo

“Le risposte assertive permettono alla persona di esprimere i propri bisogni e sentimenti senza sviluppare ansia e lo mettono in grado di acquistare o ristabilire espressività emozionale appropriata” (Wolpe, 1958).



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

L'assertività è una caratteristica del comportamento umano che consiste nella capacità di esprimere in modo chiaro ed efficace le proprie emozioni e opinioni. Secondo gli psicologi statunitensi Albert ed Emmons, si definisce come «un comportamento che permette a una persona di agire nel suo pieno interesse, di difendere il suo punto di vista senza ansia esagerata, di esprimere con sincerità e disinvoltura i propri sentimenti e di difendere i suoi diritti senza ignorare quelli altrui».

L'assertività può essere intesa come capacità di elaborare risposte in grado di inibire lo sviluppo di stati d'ansia. Tali risposte dovranno essere socialmente adeguate, in grado ossia, di favorire o permettere l'inserimento positivo e gratificante del singolo nella collettività.

L'assertività è considerata anche l'abilità in grado di soddisfare i propri bisogni emotivi, sociali, biologici e di proiettare all'esterno il proprio mondo interiore

La persona assertiva non prova vergogna a non dare spiegazioni e scuse per il proprio comportamento, sente di avere il diritto di cambiare opinione, di fare degli sbagli, di dichiarare di non sapere, di prescindere dal ben volere degli altri, di prendere decisioni illogiche, di dire “ non capisco”, “ non mi riguarda”, “ no”, senza sentirsi in colpa.

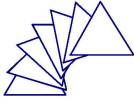
La **persona anassertiva passiva** è la tipica persona che è solita ad arrendersi al volere altrui ed a reprimere i propri desideri. La risposta risulta essere inadeguata poiché generata da frustrazione, insicurezza, senso di colpa o ansia; spesso queste persone non riescono a prendere proprie scelte comportamentali in base al principio di compiacere gli altri ed evitare conflitti ad ogni costo.

In tale modo ottengono l'immediato vantaggio di eludere situazioni potenzialmente ansiogene ed acquistare l'approvazione e la lode come persona molto gradita.

A lungo termine, però, queste persone possono perdere progressivamente la stima di sé, nutrendo risentimento, provando irritazione, sensi di rabbia crescenti e continuamente repressi, spesso somatizzata con dolori alla testa, sintomi depressive, disturbi di stomaco.

Il comportamento **anassertivo di tipo aggressivo** è tipico della persona che, per raggiungere i propri obiettivi, si afferma con violenza, minimizzando, calpestando o disconoscendo il valore altrui: la risposta risulta essere imprevedibile, espressiva, sproporzionata allo stimolo, inadeguata in quanto causa sensi di colpa, espressione di ostilità o rancore, che si realizza nell'invasione dello spazio vitale altrui, nell'umiliazione o disprezzo.

In sintesi, ecco il codice dei diritti assertivi:



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

- ✓ **hai il diritto di non dare spiegazioni e scuse per il tuo comportamento**
- ✓ **hai il diritto di giudicare se tocca a te trovare la soluzione per i problemi degli altri**
- ✓ **hai il diritto di cambiare opinione**
- ✓ **hai il diritto di fare sbagli**
- ✓ **hai il diritto di dire “ non so”**
- ✓ **hai il diritto di prescindere dal ben volere degli altri, quando hai a che fare con loro**
- ✓ **hai il diritto di prendere decisioni illogiche**
- ✓ **hai il diritto di dire “ non capisco”**
- ✓ **hai il diritto di dire “ non mi riguarda”**
- ✓ **hai il diritto di dire “ no”, senza sentirti in colpa**

9. L'autonomia dei sistemi non verbali e la loro interdipendenza semantica

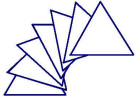
Nella definizione del significato di un atto comunicativo, bisogna pensare ad una concezione integrata fra gli aspetti verbali e quelli non verbali, nonostante ogni sistema sia dotato di una relativa autonomia, in quanto concorre in modo specifico e distinto a generare il profilo finale del significato.

Vi è, quindi, **interdipendenza semantica**, grazie alla quale la persona ha la possibilità di attribuire pesi diversi alle singole componenti dell'atto comunicativo. Egli può accentuare il valore di una componente rispetto ad un'altra ponendo le condizioni per una focalizzazione di un determinato percorso comunicativo e per una definizione di fuoco comunicativo.

Riuscire a calibrare i sistemi, cioè produrre il messaggio giusto al momento giusto, è un'altra peculiarità fondamentale che, insieme all'interdipendenza, la sintonia, e la focalizzazione semantica, produce **efficacia comunicativa**, che è la capacità di individuare un percorso comunicativo che massimizzi le opportunità e che minimizzi i rischi contenuti all'interno di un'interazione. Pertanto è considerata come indice di sintesi del valore comunicativo di un messaggio

10. Conclusioni

Concludendo, è fondamentale sottolineare la differenza tra la logica del linguaggio, legata ai significati letterali di ciò che si dice e la logica della conversazione che, invece, si riferisce alle



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

regole che le persone usano per inferire ciò che l'interlocutore intende comunicare e che sono alla base delle implicazioni conversazionali.

Un suggerimento per una comunicazione efficace è quello di intraprendere un'azione di chiarimento a livello del contenuto: essa può risolvere dei fraintendimenti relativi all'uso e al significato attribuito a certe parole o frasi, ma è chiaro (la patologia offre una gamma vastissima di esempi) che, spesso, il disaccordo e la non comprensione si basano sulla relazione esistente tra gli interlocutori, sulla definizione di sé che ciascuno intende proporre, sull'accettazione o meno di tale proposta da parte dell'altro.

Un altro consiglio riguardante il mondo del lavoro è che durante gli incontri e le riunioni sarebbe bene rispettare alcuni semplici principi:

- ✓ massima di quantità, cioè dare un contributo minimo efficace senza eccedere
- ✓ massima di qualità, ossia dare un contributo vero
- ✓ massima di relazione, ovvero essere pertinenti
- ✓ massima di modo, quindi essere chiari, evitando espressioni ambigue e oscure.

Spesso la cattiva qualità della comunicazione all'interno dei posti di lavoro è la vera causa di problemi che generano stress nei lavoratori, che sono all'origine del mobbing e del graduale deteriorarsi di un buon clima aziendale.

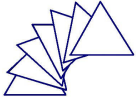
Pertanto i manager aziendali dovrebbero investire più tempo e risorse nel curare gli aspetti della comunicazione interna aziendale (in tal senso si veda un nostro articolo sulla comunicazione interna pubblicato su Psicolab).

Speriamo di aver suscitato la curiosità del lettore che approfondirà, come crede, i campi che più lo interessano.

La comunicazione è essenziale per far arrivare con chiarezza il nostro messaggio e vivere in modo “assertivo”, riducendo così i nostri livelli di stress.

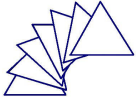
11. Bibliografia

BATESON, G. (1972) Steps to an ecology of mind. New York, Ballantine (Trad. it. Verso una ecologia della mente. Milano, Adelphi, 1976).



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

P. WATZLAWICK, J.H. BEAVIN, D.D. JACKSON, (1971). Pragmatica della comunicazione umana. Studio dei modelli interattivi delle patologie e dei paradossi, Roma, Astrolabio.



I TENTATIVI DI SUICIDIO IN ADOLESCENZA

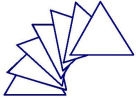
PARTE INTRODUTTIVA

Vittoria Vico

Come esseri umani rincorriamo la vita e sfuggiamo alla morte, anche se la morte è la nostra ultima natura. L'atto di un essere umano di mettere fine, in maniera volontaria, alla propria vita costituisce un' affascinante tematica che ha portato per secoli numerosi intellettuali a domandarsi circa i motivi che sottendono tale scelta estrema. Ogni comportamento che si riferisce ad un tentativo di suicidio è espressione di un dramma che prende origine da un profondo stato di malessere e disperazione interiore. I termini di questa tragedia, nel campo della letteratura psicologica internazionale, si possono riferire a coniugazioni di fattori personali, familiari e sociali che si intrecciano, si mescolano e si rafforzano, tanto da fare di questo fenomeno un comportamento tra i più misteriosi del genere umano. Ciò vale qualunque sia l'età dei soggetti suicidi, ma quando il tentativo di suicidio è compiuto da un adolescente, l'atto suicida rappresenta una mostruosità che sfugge alla comprensione, poiché coinvolge un essere umano per definizione “in divenire”.

Le manipolazioni violente del corpo, il tentato suicidio e il suicidio riuscito, nell'adolescenza sono realtà, dunque, sempre più diffuse, drammatiche e difficili da comprendere. Le domande che molti si pongono sono: come mai in un particolare periodo dell'esistenza, nello specifico durante l'adolescenza, sempre più ragazzi e ragazze si ritrovano a trovare nella morte un dolce sollievo? Cosa spinge quei giovani a percorrere il sentiero della vita scegliendo la strada più corta e dolorosa? che porta un adolescente a sentirsi talmente spaventato, schiacciato e confuso da trovare nella morte l'unica soluzione? cosa succede quando un giovane, crescendo, si affaccia ad una nuova dirompente fase della vita, la pubertà, senza possedere gli strumenti utili per affrontare tutti i cambiamenti, i passaggi e le difficoltà che tale fase lo costringe a vivere?

Il suicidio è definito come un atto che esprime la volontà cosciente o deliberata di uccidersi. Il tentato suicidio caratterizza l'insuccesso di un suicidio al di là delle cause di tale insuccesso. Nella definizione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità il tentato suicidio è inteso come un “atto che non ha esito fatale, nel quale l'individuo o deliberatamente compie un atto non abituale che, senza l'intervento di altri gli/le avrebbe causato un grave danno o deliberatamente ingerisce una sostanza in eccesso rispetto al dosaggio prescritto o a quello generalmente riconosciuto come terapeutico, la qual cosa, secondo quanto desiderato dall'individuo stesso, dovrebbe procurare



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

delle gravi conseguenze alla sua salute”. Nella disamina della letteratura internazionale le spiegazioni a questo fenomeno sono risultate molto complesse e in parte contraddittorie. Primariamente bisogna ricordare che il fenomeno del tentato suicidio assume, in età adolescenziale, un significato scientifico e simbolico tutto particolare. L'adolescenza è, infatti, l'età del cambiamento, presuppone il momento di passaggio da uno stato in cui “non si è più” ad uno stato in cui “non si è ancora”, infatti per i latini adolescere significa “crescere”.

Il primo passo verso la comprensione del tentato suicidio adolescenziale è sicuramente influenzato dal background teorico di riferimento. Un elemento comune, in ogni caso, tra le varie correnti teoriche è risultato il riferimento al meccanismo di difesa dell'acting-out, inteso come il meccanismo di difesa che si presenta maggiormente in età giovanile, di cui si serve l'adolescente per affrontare i conflitti e le angosce caratteristici della fase di vita che sta attraversando e come comportamento presente non solo negli adolescenti con disturbi psichici ma in ogni adolescente.

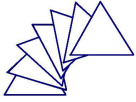
1. Disamina dei presupposti teorici della psicopatologia dello sviluppo adolescenziale

In “Adolescenza e psicopatologia”, Marcelli e Braconnier (1996), forniscono in modo esauriente i principali modelli teorici che hanno tentato di inquadrare le caratteristiche tipiche di questa età della vita in relazione con gli stati psicopatologici.

1.2 Modelli di sviluppo.

1.2.1 Il modello fisiologico

“La differenziazione sessuale puberale che trasforma così profondamente i bambini in adolescenti è il risultato di una reazione a catena la cui sequenza è la seguente: inizialmente una secrezione ipotalamica che, in forza del suo ritmo, provoca una secrezione ipofisaria di gonadotropine che a sua volta, sempre sulla base di un particolare ritmo secretivo, provoca una secrezione gonadica. Quest'ultima modula dopo un certo periodo di tempo le modificazioni morfologiche periferiche dei recettori. Questa meccanica può subire delle avarie che spiegano il buon numero di situazioni patologiche che possono verificarsi in relazione allo sviluppo puberale. Mediante questo sviluppo si verifica a data fissa: tra i dieci e mezzo e gli undici anni nella femmina, tra i dodici anni e mezzo ed i tredici nel maschio, ma questi dati cronologici nei casi limite devono essere considerati come età fisiologica ed ossea e non già come età reale qualora, e dal momento in cui, si verifichi una sfasatura tra avviamento del processo puberale ed età reale. “(Marcelli, Braconnier, 1996, p.5)



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

In questo modello teorico, dunque, la psicopatologia sembra essere un derivato di una deviazione del normale sviluppo fisiologico-ormonale. Viene posta infatti particolare attenzione alle caratteristiche della pubertà nella femmina e nello specifico a diversi segni: impregnazione estrogena. Sotto l'influenza degli estrogeni compare inizialmente un nodulo sensibile a cui segue una modificazione ed un allargamento delle dimensioni dell'areola, aumenta il volume del seno, si modifica la vulva.

Androgenici. Dipendono da androgeni surrenalici e ovarici la comparsa della peluria pubica e quella ascellare e l'acne.

Si registra un aumento della statura.

Mestruazioni . Inizialmente caratterizzate da cicli con flussi abbondanti, irregolari e dolorosi.

La pubertà nel maschio presenta, naturalmente, anche: trasformazioni somatiche. Iniziano intorno agli 11 anni con le modificazioni degli organi genitali, aumento del volume dei testicoli, e accresce la peluria sul corpo, fino ai 16-18 anni momento in cui compare quella facciale e toracica.

L'acne che per molti ragazzi diviene un vero e proprio problema assillante e angosciante, modifica fortemente l'immagine personale e nell'approccio con gli altri può risultare fonte di vergogna e imbarazzo.

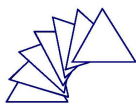
Aumenta la statura, specialmente si presenta un allargamento delle spalle. Intorno ai 15 c'è poi la prima eiaculazione cosciente, momento spesso messo in parallelo alle prime mestruazioni nella femmina, anche se vissuto in modo più segreto e nascosto ed è sancito come il momento puberale per eccellenza.

Evoluzione biologica . Vede l'incremento quantitativo di gonadotropine e di steroidi.

Tutte le modificazioni fisiche esercitano una sostanziale influenza sull'immagine identitaria e mettono alla prova le capacità di adattamento dei ragazzi e delle ragazze (Maggiolini,2004). Le variazioni cronologiche nel raggiungimento di questi cambiamenti puberali possono dare origine a stati di sofferenza nei giovani di entrambi i sessi. I cambiamenti infatti avvengono in media tra gli 8 e 14 anni nelle femmine e 10 e 16 anni nei maschi. L'anticipo o il ritardo dello sviluppo possono, in taluni casi, essere l'origine di tanti stati di angoscia, vergogna, imbarazzo e avere come effetto anche il graduale rifiuto del proprio corpo e un possibile isolamento sociale. La permanenza di sentimenti positivi è favorito dalla capacità del ragazzo di accettarsi e dipenderà anche dagli atteggiamenti dei pari e degli adulti significativi nei confronti di queste nuove forme corporee.

1.2.2 Il modello sociologico

I sociologici studiano l'adolescenza da un punto di vista storico, culturale e sociale:



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

approccio storico.

Secondo questo approccio l'adolescenza non avrebbe caratteristiche stabili e immutabili nel tempo. Le fasi di passaggio dallo stato infantile a quello adulto, il modo di concepirli e viverli, non avverrebbero secondo modalità standard dall'antichità ad oggi, ma andrebbero incontro a cambiamenti, derivati naturali del periodo storico in corso;

approccio culturale.

Si sostiene la tesi di non universalità del fenomeno adolescenza e della possibilità di stabilire una correlazione tra la natura dell'adolescenza e il grado di complessità della società studiata: “più la società è complessa, più l'adolescenza è lunga e conflittuale”,

(Marcelli, Braconnier, 1996, p.10).

approccio sociale.

Si sostiene la tesi per cui l'adolescenza, all'interno di una stessa cultura, varierà a seconda dell'ambiente sociale d'origine. Indica dunque un fenomeno eterogeneo.

1.2.3 Il modello cognitivo ed educativo

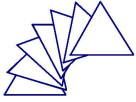
Anche nelle strutture cognitive avvengono dei cambiamenti importanti paragonabili a quelli puberali. L'adolescente pian piano diviene in grado di fare maggiormente riferimento ad un apprendimento di tipo sociale, di poter cogliere a livello mentale i cambiamenti fisici e le perturbazioni affettive che lo attraversano, di essere in grado di ragionare in modo ipotetico e l'intelligenza accede ad un livello tale da situarsi sul piano delle relazioni tra il possibile e il reale.

Nella psicopatologia, in questo modello teorico, si fa risalire:

le condotte psicopatiche, alle difficoltà di accedere al pensiero maturo e ipotetico; le difficoltà relazionali, possono essere ricollegate alle strutture combinatorie che danno ragione di tale difficoltà nello specifico con l'impossibilità di accedere alla comprensione della reciprocità e della variabilità negli scambi sociali e/o affettivi.

1.2.4 Il modello evolutivo

In tale prospettiva lo sviluppo viene inteso come un sistema organizzato comprensibile che tiene conto della confluenza dei processi socio-emozionali, socio-cognitivi e neuroevolutivi coinvolti. Lo sviluppo è considerato come un evento dinamico multicasuale in cui le variabili dei processi in esso coinvolti, a differenti livelli di analisi, operano in interazione l'uno con l'altro al fine di contribuire al funzionamento individuale. Viene particolarmente ipotizzato che l'organismo in certi momenti evolutivi salienti, biologicamente determinati, sia particolarmente sensibile all'incontro



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

con specifici fattori ambientali. In questi periodi critici le influenze ambientali possono avere maggiore effetto se avvengono in determinati fasi temporali e minore in altre. Viene posta molta attenzione, inoltre, alla storia precoce dell'individuo, specie ai primi anni di vita, come causa d'origine di una eventuale psicopatologia con la presupposizione che gli eventi precoci abbiano un profondo impatto sullo sviluppo della persona. In questa prospettiva è centrale il relativo rifiuto della visione del disagio riferibile solo alla descrizione e classificazione del sintomo. La psicopatologia evolutiva ha tratto numerosi concetti dalla psicoanalisi. L'obiettivo che primariamente si prefigge è la valutazione del processo di adattamento dell'individuo alle diverse situazioni positive e conflittuali dell'ambiente (Benvenuti, 2007).

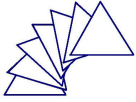
I maggiori esponenti di questo modello teorico sono Sameroff e Emde i quali hanno teorizzato un nuovo modo di considerare la psicopatologia: “forse non esiste una psicopatologia del bambino piccolo; per ragioni evolutive, il disturbo può essere localizzato soltanto nella relazione madre-bambino” (Sameroff, Emde, 1989, p.11), notava uno dei membri del gruppo di lavoro che affiancava gli autori. L'ottica parte dal presupposto per cui ogni individuo cresce in un contesto dominato da regole dove il campo della regolazione è indispensabile per comprendere lo sviluppo, e di contro comprendere anche la patologia.

1.2.5 Il modello psicoanalitico

Partendo dall'opera di Freud ciascun autore darà maggiore o minore risalto ad aspetti ritenuti fondamentali per la comprensione dei processi psichici, ed in questo caso anche per l'adolescenza. Con la comparsa delle proprie pulsioni l'adolescente cerca di rifiutare i genitori, la cui vicinanza riattiva in lui i conflitti edipici e la minaccia di un incesto che ora è vivibile e lo porta perfino a rifiutare le identificazioni di base della propria infanzia, cioè le stesse immagini parentali. Ma proprio la scoperta di una identificazione da adulto non potrà che avvenire tramite l'inserimento dell'adolescente nella storia della discendenza familiare, da questo deriva la sua disperata ricerca di un'immagine di sé nelle radici culturali, nel gruppo sociale e nei ricordi familiari anche se gli adolescenti sembra “vogliono essere tutto quello che la società dice loro di non essere”(Erikson, 1968, pp.28).

I principali aspetti dinamici dell'adolescenza posso essere così riassunti:

eccitazione sessuale . “La pubertà, caratterizzata dalla comparsa della capacità orgasmica e dall'avvento della capacità riproduttiva, comporta una esplosione libidica, una eruzione pulsionale genitale ed un movimento di regressione verso le pulsioni pregenitali. Da un punto di vista economico, l'improvvisa comparsa di energia libera spinge incoercibilmente l'individuo alla



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

ricerca di una scarica della tensione[...]. Questa esplosione libidica con i suoi aspetti economici e dinamici rende fragile l'Io nel suo ruolo di controllo dell'eccitazione”(Marcelli, Braconnier, 1996, p.15);

problematica del corpo. I profondi cambiamenti fisiologici che si presentano nel corso della pubertà hanno forti ripercussioni psicologiche sia a livello di realtà che a livello immaginario e simbolico. Il corpo adolescenziale diviene così un oggetto ambiguo di investimento poiché la sua mentalizzazione renderebbe palese l'importanza dei nuovi oggetti d'amore, dei nuovi scopi sessuali, delle responsabilità emergenti nel decretare il tramonto del sogno edipico e della dolorosa rinuncia ai piacevoli compromessi della sessualità infantile. Il corpo ora mostra la sua specifica progettazione: l'accoppiamento con un altro corpo e la sua caratteristica finita che è la mortalità.

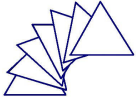
L'adolescente vive il proprio corpo, inoltre, come mezzo di espressione e comunicazione con gli altri e lamentarsi del corpo è un modo per esprimere una rivendicazione affettiva, un bisogno regressivo e un vissuto depressivo. L'angoscia, con le sue rappresentazioni di castrazione, abbandono e frammentazione, e la vergogna, si esprimeranno meglio attraverso l'esibizione di malessere corporeo che non come malessere psichico; In particolare non sono rari i disturbi psicosomatici (Jeammet, 1992);

adolescenza come lutto da elaborare. Un altro grande movimento intrapsichico si presenta in questi anni legato alla separazione dalle importanti figure autorevoli della prima infanzia, ad una modificazione relazionale, al modo di approcciarsi a loro e nell'elaborare insieme progetti comuni. L'adolescente vive questo nuovo rapporto con l'oggetto d'amore genitoriale come una perdita e quindi una sorta di lutto da elaborare.

La perdita degli oggetti infantili può essere elaborato a due livelli:

- 1) perdita dell'oggetto primario, che in qualche caso consente di paragonare l'adolescenza alla prima infanzia;
- 2) perdita dell'oggetto edipico investito d'amore, di odio, di sentimenti contrastanti, perché ora l'adolescente cerca di conquistare la propria indipendenza liberandosi dall'influenza che il triangolo edipico aveva investito su di lui nella formazione dei legami parentali e della propria identità. Ora entra in gioco il desiderio di autonomia, di sperimentare nuove conoscenze e di percepire la realtà con nuovi filtri,

il narcisismo. Tutti gli autori concordano nel rilevare nel periodo adolescenziale un sostanziale aumento del proprio narcisismo. Si parla però di narcisismo patologico quando si presentano due tipi di comportamento:



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

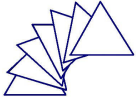
- 1) Egoismo, ovvero disinteresse nei confronti del mondo esterno;
- 2) Megalomania, ovvero immagine grandiosa di sé.

Spesso gli adulti rimproverano i giovani per il loro egoismo e/o megalomania ma, per un normale sviluppo, si ritiene in minima parte necessaria la tendenza a scegliere anche se stessi come oggetto d'interesse, di rispetto, di stima. Il maltrattamento che alcuni adolescenti praticano sul corpo è proprio un segno delle loro difficoltà narcisistiche;

ruolo dell'ideale dell'io. Gli adolescenti durante la loro crescita sono alla ricerca di un Ideale dell'io ovvero un'immagine positiva e soddisfacente di se stessi, un'immagine che riesca a fornire loro sostegno narcisistico. Scopo dell'adolescente è la ricerca e la costruzione di una nuova identità e risulta pertanto particolarmente sensibile all'immagine di sé che altri gli rimandano (Marcelli, Braconier, 1996).

Questo effetto-specchio può divenire pericoloso quando gli adulti tendono a rinchiudere i ragazzi entro particolari categorie, ad esempio drogati o delinquenti. In questo modo si rischia di obbligare il giovane, in un certo senso, a identificarsi con quell'immagine deviata, perché potrebbe sorgere l'idea per cui è sempre meglio avere un'immagine di sé deviata che rincorrerla e vedere sempre il vuoto. Un raggiungimento positivo di un Ideale dell'io è così reso difficoltoso (Jeammet, 1992);

identità, identificazioni. Una trattazione importante del tema dell'identità è stata portata avanti da Erikson. L'identità corrisponde a un sentimento soggettivo d'unità e continuità personale, costruito attraverso processi parzialmente inconsci, d'integrazione di sentimenti e rappresentazioni, che collegano gli stati di sé nel passato con le sue proiezioni nel futuro. Egli attribuiva una “crisi d'identità” normativa a ciascun adolescente e con tale termine intendeva “un disturbo centrale in giovani turbati da gravi conflitti, il cui senso di confusione era dovuto più che altro ad una lotta entro se stessi” (Erikson, 1968, pp.17). L'identità richiama il narcisismo dell'individuo e la qualità delle relazioni primarie, in modo particolare alle relazioni di cura precoci costitutive del narcisismo. Più sono state soddisfacenti queste relazioni precoci, più hanno consentito un investimento del Sé continuo ed in equilibrio, più il sentimento d'identità sarà stabile e sicuro e, inversamente, meno si farà sentire l'antagonismo tra il bisogno oggettivo e l'integrità narcisistica. Quando al contrario il bambino ha esperito cedimenti eccessivi nella qualità e continuità del suo investimento, oppure vissuto esperienze traumatiche, o ancora non aver avuto l'opportunità di vivere brevi e rassicuranti separazioni che gli procurassero autonomia, il sentimento d'identità risulterà tanto più fragile e/o incerto, e il bisogno oggettivo è maggiormente vissuto come una minaccia potenziale per la sua base narcisistica.



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

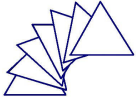
gruppo. Il gruppo può svolgere da intermediario o mediatore tra i sistemi di identificazione e di identità, avere ruolo attivo nella ricerca dell'Ideale dell'Io ed anche come luogo di esternalizzazione delle diverse parti della crescita adolescenziale. Anche i riti di appartenenza al gruppo dei coetanei possono aiutare a consolidare la nuova identità come incerta e incompiuta, ovvero in bilico tra la vita e la morte. Pensiamo a dimostrazione di ciò all'attrazione che in quest'età i ragazzi hanno per le letture e la cinematografia “horror” che trattano di figure antropomorfizzate quali zombie, mostri mutanti, ermafroditi. La loro mente è occupata da fantasie riguardanti la nascita e la morte, in quanto si stanno confrontando con la perdita degli aspetti infantili e con la nascita di qualcosa di nuovo e sconosciuto (Maggiolini, 2004). L'adolescente da parte sua, proprio per il bisogno di identificarsi con i membri del gruppo, può andare incontro a comportamenti estremi.

Le difese.

Con il passaggio dalla prepubertà alla pubertà, conseguente alla maturità sessuale fisica, oltre ad un cambiamento quantitativo della libido se ne somma uno qualitativo. Da una scomparsa dei fenomeni sessuali tipici della preadolescenza ora si passa a investire primariamente sugli impulsi genitali. La nuova situazione nella quale il soggetto si viene a trovare, caratterizzata dalla grande quantità di libido a disposizione, può portare a due aspetti diversi: da una parte l'Es riesce a sopraffare l'Io, cancellando i tratti caratteriali instauratisi nel periodo di latenza e portando l'individuo verso un soddisfacimento privo di inibizioni dei moti pulsionali, dall'altra parte l'Io prende il sopravvento, tenendo a freno le spinte pulsionali con forti controinvestimenti, con l'azione appunto dei meccanismi di difesa (Charmet, Rosci, 1997).

2 I meccanismi di difesa

- Intellettualizzazione, opera spostando su un piano teorico ed astratto questioni e conflitti che in realtà sono inerenti alla vita emotiva e quotidiana dell'adolescente. Pensiamo a quei ragazzi, per capire, che passano ore e ore a discutere tra di loro su molti temi come l'amore libero, il matrimonio, l'indipendenza, la scelta professionale, il vagabondare, l'amicizia ed a ricostruire il mondo; altri che aderiscono senza sfumature a teorie religiose, filosofiche e politiche. Questi temi sono i medesimi intorno ai quali si dibattono le sue istanze interne e riguardano tutti il collocamento dei desideri pulsionali nell'ambito della propria vita.
- L'ascetismo, un meccanismo di difesa dell'Io che porta ad un migliore controllo delle pulsioni corporee e un rifiuto generalizzato di qualsiasi desiderio pulsionale. Pensiamo a quei ragazzi che si impongono prove fisiche molto pesanti come astenersi da un tipo di alimento, correre molti



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

chilometri al giorno, sfidare le intemperie, vestirsi scomodamente, rifiutare qualsiasi soddisfazione o piacere fisico, fino al trattenersi dall'orinare o defecare per non cedere subito a ogni bisogno. Dietro questi comportamenti si possono riconoscere i difficili tentativi di controllo dei desideri sessuali e masturbatori, annessi al senso di colpa costante.

- Scissione, un meccanismo di difesa dell'io che consente di proteggersi dal conflitto di ambivalenza sentimentale verso gli oggetti genitoriali. La scissione è anche utilizzata per eclissare i desideri genitali e non confrontarsi con la minaccia incestuosa. Pensiamo a quei ragazzi che pensano passando da un estremo all'altro, da un ideale all'altro e che si comportano in maniera contraddittoria, pretendendo ad esempio la propria indipendenza per poter uscire ma volendo essere accompagnato dai genitori per delle faccende apparentemente banali.

- L'Acting-out, un meccanismo di difesa dell'io che consente di proteggersi dalla interiorizzazione del conflitto e dalla sofferenza psichica, ma nel frattempo ostacolando la possibilità di una progressiva maturazione e rimanendo dunque l'unica via d'uscita.

2.1 L'acting-out

Proprio quest'ultimo meccanismo di difesa, ovvero l'acting-out, è stato trattato da molti esperti come un fenomeno di eccezionale importanza per comprendere la psiche adolescenziale e il pericolo del tentato suicidio.

– Il problema dell'agire è, secondo Marcelli e Braconnier (1996), uno spunto importante di riflessione.

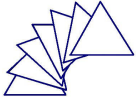
– Secondo questi autori, infatti, la relazione tra condotta agita e condotta mentalizzata è importantissima in adolescenza. Si presenta sia nella vita quotidiana che a livello psicopatologico.

Tra i fattori che contribuiscono all'agire di ogni adolescente ritroviamo:

- fattori ambientali;
- fattori interni.

Tra i fattori ambientali ricordiamo:

- 1) *“il cambiamento dello stato sociale*: il passaggio, attraverso l'adolescenza, dall'età infantile a quella adulta comporta un periodo di cambiamento e come tale costituisce uno stimolo ad agire;
- 2) *il contenuto stesso di questo nuovo stato sociale*: la libertà, l'autonomia, l'indipendenza, per la prima volta acquisite favoriscono l'agire;
- 3) *le stereotipie sociali*: gli adolescenti tendono con il loro modo di agire a confrontare l'idea che si fanno gli adulti di questo periodo facilmente denominato “crisi di violenza”;



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

4) *l'interazione sociale*: è noto che ad un atto ne segue subito un altro, sia per imitazione, sia per reazione. Questo è facilmente osservabile nei fenomeni di gruppo e tanto più frequentemente se il gruppo è importante. Fra adolescente ed ambiente vi è il rischio che si produca un rinforzo reciproco tra le tendenze ad agire;

5) *le costrizioni eccessive della realtà*: in effetti allorché l'ambiente esercita delle costrizioni troppo rigide o troppo in contrasto con il bisogno naturale dell'adolescente, uno dei suoi ultimi appigli è rappresentato dal passaggio all'atto.”(Marcelli, Braconnier, 1996, p.90-91)

I fattori interni:

L'adolescente trova dentro di sé le condizioni che lo spingono ad agire. Naturalmente ogni individuo si caratterizza per differenze costituzionali, le quali possono essere osservate fin dalle prime settimane di vita; le motilità d'azione ed il modo in cui verranno applicate queste differenze dipenderanno per il resto della vita da fattori psichici interni.

I fattori che facilitano l'agire sono:

1) *l'angoscia*: la sua ricomparsa in adolescenza non ha bisogno di essere dimostrata; necessita di azioni di scarica fra le quali l'agire. Ad un livello psicopatologico, possiamo anche dire che l'angoscia è un elemento essenziale del passaggio all'atto poiché essa non manca mai;

2) *il rimaneggiamento dell'equilibrio pulsione-difesa* : è la fonte facilmente riconoscibile del passaggio all'atto dell'adolescente, passaggio all'atto sessuale sotto il peso della pulsione sessuale quantitativamente ravvivata e qualitativamente modificata divenendo genitale, passaggio all'atto auto o etero-aggressivo indotto dal riemergere delle pulsioni pregenitali;

3) *antitesi attività\passività* : la paura della passività, rimandando alla sottomissioni infantile e alle tendenze omosessuali, conduce ugualmente gli adolescenti a servirsi dell'azione(e dell'affermazione di sé) per negare questa passività;

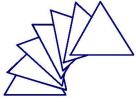
4) *le modificazioni strumentali* : il corpo e il linguaggio giocano nell'adolescenza un ruolo incontestabile in questa propensione al passaggio all'atto per due fattori:

-il loro cambiamento proprio in quanto strumento;

-il cambiamento della loro funzione.

Contrariamente ai disturbi delle condotte mentali interiorizzate, il passaggio all'atto si contraddistingue per essere una patologia delle condotte esterne agite e si presenta come la risposta privilegiata dell'adolescenza ai conflitti che la caratterizzano.

Clinicamente si distinguono:



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

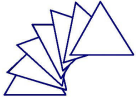
- Il loro aspetto isolato o ripetuto. L'aspetto isolato non comporta una patologia, mentre la ripetizione dei passaggi all'atto e, soprattutto, dello stesso comportamento portano a descrivere dei disturbi circoscritti.
- Il loro legame con altri sintomi o con una struttura psicopatologica determinata.
- L'agire come strategia di interazioni. L'agire è considerato una modalità indiretta per acquisire, dissimulare o rendere nota un'informazione attraverso una relazione interpersonale con un altro individuo (adulto o un altro adolescente). Con l'adulto, l'adolescente in modo apparente cercherà di instaurare una relazione, ma la medierà con azioni per metterlo in difficoltà, attirarne l'attenzione, per fare ciò che è permesso all'adulto e vietato all'adolescente. Alcuni esempi possono essere: fumare tabacco e avere rapporti sessuali. Con i coetanei, l'adolescente, cercherà di instaurare un rapporto per appartenere ad un gruppo, per aumentare, per mantenere o difendere la propria stima di sé. Alcuni esempi a riguardo sono: guidare ad alta velocità, fare gare con le moto o le automobili, gare sportive, avere relazioni sessuali o commettere atti delittuosi.
- L'agire come freno alla condotta mentalizzata. L'acting-out è concepito come una condotta di fuga di fronte all'affetto o alla sua rappresentazione che risulta intollerante alla coscienza dell'individuo. L'agire si opporrebbe alla presa di coscienza; in questo modo l'adolescente evita la sofferenza.
- Il rifiuto di agire. Alcuni adolescenti, al contrario, sviluppano comportamenti di passività, di rifiuto stenico e anche di inerzia energetica. Per questi adolescenti è meglio non desiderare niente piuttosto che desiderare senza una realizzazione immediata. Con tali dinamiche, agire-rifiuto di agire, vengono sottolineate le conflittualità che derivano dal rapporto attività-passività in una dinamica sottile e caratteristica per ciascun adolescente; alcuni passano all'atto per timore della passività, altri si chiudono nell'inerzia attiva per timore di lasciarsi andare passivamente all'agire.

2.2 Le diverse modalità di passaggio all'atto

Fughe e Vagabondaggi. La modalità più evidente della rottura dell'adolescente nei confronti della famiglia è il suo allontanarsi da essa e può concretizzarsi sotto forma di fuga da casa, di vivere per strada o di viaggio (Marcelli, Braconnier).

All'adolescente, tutte queste condotte, servono per fuggire dinnanzi a una tensione interna poiché gli consentono di allontanarsi dalle relazioni conflittuali stabilite durante l'infanzia e di superare il dubbio e l'incertezza sulla propria identità.

Il Furto. Il furto è la condotta delinquenziale maggiormente diffusa in adolescenza e si presenta in diverse forme: Il furto di veicoli motorizzati, specificatamente vetture e motorini, è un quarto di tutti



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

reati. Ci sono pochi furti di questo tipo prima dei 13 anni, la maggior parte è commesso invece tra i 16 e 18 anni e tende a scendere dopo i 21. Il primo furto avviene sempre in un clima di paura e angoscia, in seguito è proprio il bisogno di superare la paura e i limiti a spingere l'adolescente verso un comportamento di sfida.

3 La violenza in adolescenza

Gli oggetti, le pulsioni, i sistemi di pensiero e tutto ciò che caratterizza l'adolescente sono spesso vissuti con estrema intensità, a volte addirittura con violenza. Il mondo esterno si presenta a sé con una pressione tale che egli giudica violenta, ed è dunque spinto a rispondere con la stessa moneta sia in termini di eteroaggressività che di autoaggressività.

3.1 L'eteroaggressività

È intesa specificatamente come manifestazione comportamentale della violenza.

Si esprime in:

Violenza contro i beni.

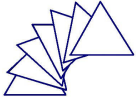
Violenza contro le persone:

3.2 L'autoaggressività

I comportamenti aggressivi che l'adolescente pratica su di sé sono per la maggior parte dei casi di tentati suicidi, ma esistono altre forme di violenza personale.

Le automutilazioni. Si possono presentare in due modalità:

- Le automutilazioni impulsive: “Sul piano psicopatologico due ordini di fattori convergono per realizzare la scarica autoaggressiva: da una parte ritroviamo gravi carenze dell'immagine di sé e d'oggetto; infatti predominano abitualmente le cattive immagini di sé e d'oggetto, non modulate dagli apporti positivi che le buone immagini di sé e d'oggetto potrebbero rappresentare. Dall'altra la tendenza ad esternare gli affetti, la messa in atto costituiscono la modalità privilegiata di lotta contro l'angoscia, tanto più che i disturbi nell'elaborazione dei processi cognitivi non danno all'adolescente la possibilità di un adeguato controllo. [...] l'ultimo fattore è generalmente l'ambiente: oggetto che capita sotto tiro, istigazione più o meno cosciente da parte dell'ambiente, sgarbatezza da parte dei coetanei o degli adulti, ecc. Va segnalata l'evenienza di una contagiosità di questi episodi nelle collettività degli adolescenti (internato, ospedale, centri diurni, ecc.)” (Marcelli, Braconnier, 1996, 126). -



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

- Le automutilazioni croniche. Si tratta di adolescenti che fin da piccoli presentavano tali comportamenti. Ora si può osservare una sedazione, un rinforzo o una trasformazione a causa dei cambiamenti puberali, specialmente nel ragazzo. Questi comportamenti si manifestano a volte con una masturbazione compulsiva.

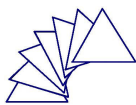
Per **aggressione**, in ogni caso, si intende un attacco fisico o verbale su altre creature viventi o oggetti (Scharfetter, 1980) e l'aggressività come “la disposizione a essere aggressivi” (Sims, 1992). In una prospettiva etologica tutto questo è normale sia per gli animali che debbono sopravvivere, sia per l'uomo che può utilizzare l'aggressività per far fronte ai propri conflitti individuali e ai problemi che incontra nel mondo sociale. Tuttavia, “in un senso psicopatologico più ristretto, l'aggressione comprende il desiderio deliberato e incurante delle conseguenze di danneggiare e distruggere, ed è accompagnata da emozioni negative quali la rabbia, la paura, la disperazione, il rancore” (Sims, 1992, pp 447), si ritiene importante la valutazione motivazionale che sottende tali comportamenti violenti.

4 Linguaggio

Durante l'adolescenza l'uso del linguaggio rispetto alla percezione degli affetti è in netto ritardo e inadeguato, rischiando di lasciare inesprese emozioni profonde, che rimangono chiuse all'interno e sconosciute, proprio perché impossibile esprimerle a parole. Dall'altra parte, però, un linguaggio che diviene amico e traduttore delle emozioni in questo periodo è il linguaggio poetico (pensiamo alle frasi scritte sui diari scolastici, sui banchi e anche sui muri da molti adolescenti).

5 Sviluppo della mente

Anche lo sviluppo della mente può attraversare, come il corpo, un processo di sviluppo disarmonico. Dalla scuola psicologica piagetiana a quella psicomodinamica si ritiene la fine dell'adolescenza come il momento di raffinamento del pensiero simbolico e di pensare in termini ipotetici e astratti. Il massimo momento di maturazione si deve dunque coronare con la capacità dell'adolescente di relativizzare non soltanto il significato delle sensazioni ed emozioni del proprio mondo interno, ma anche sostenere il peso delle proprie idee e dei propri concetti rispetto al mondo esterno. Un insieme di fattori fa sì che l'adolescente sviluppi una tendenza ad esistere e un approccio nei confronti del mondo caratterizzata da una forte tendenza all'estremizzazione: una qualità cognitiva con una insufficiente capacità di simbolizzazione (elaborare cioè sia le frustrazioni che i desideri in modo astratto e di pensiero); l'incapacità di attendere e di rimandare (un pensiero del tipo “tutto e subito”); la povertà cognitiva derivante da una mancanza



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

d'esperienza. Seguendo questo filo conduttore può accadere che una componente di un comportamento, sembrato impulsivo, successivamente si riveli premeditato, anche se non in presenza di un fatto scatenante reale. In effetti un comportamento impulsivo solitamente non lo è totalmente (Sims, 1992).

Dal momento che un controllo riflessivo o la possibilità di fare delle considerazioni viene a mancare, ne consegue che tali atti non vengono pensati o presi in considerazione (Scharfetter, 1980). Si tratta di un fenomeno con molte sfaccettature che va da un'inibizione volontaria, oscillante tra una totale prevenzione a compiere il gesto, a modificarlo, fino all'estrema incapacità di resistere dall'agirlo.

6 Conclusione

Nel presente articolo è stato svolto un excursus teorico sullo sviluppo adolescenziale, per sottolineare l'infinita complessità del fenomeno “tentato suicidio” in questa età. Nel prossimo articolo verranno prese in esame le caratteristiche del tentato suicidio adolescenziale, l'epidemiologia e i metodi utilizzati più di frequente dai giovani per mettere fine alla propria esistenza.

7 Bibliografia

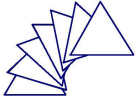
[1] Benvenuti P., (2007), *Psicopatologia nell'arco di vita*, Seid, Firenze.

[2] Charmet G., Rosci E., (1997), *La seconda nascita. Per una lettura psicoanalitica degli affetti in adolescenza*, Unicopli, Milano.

[3] Erikson E.H., (1968), *Identity Youth and Crisis*, Norton, New York. Trad. Gioventù 128 e crisi d'identità, 1974 Armando, Roma

[4] Jeammet P., (1992), *Psychopatologie de l'adolescence*, Masson, Paris (tr. it. 130 *Psicopatologia dell'adolescenza*, Borla, Roma, 1999).

[5] Maggiolini A., Pietropolli Charmet G., (2004), a cura di, *Manuale di psicopatologia dell'adolescenza: compiti e conflitti*, Angeli, Milano.

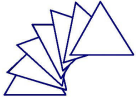


[6] Marcelli D., Bracconier A., (1996), *Adolescenza e psicopatologia*, Masson, Paris.

[7] Sameroff A.J., Emde R.N., (1989), *Relationship Disturbances in Early Childhood. A Developmental Approach*. Basic Book, Inc., New York (tr. it. *I disturbi delle relazioni nella prima infanzia*, Bollati Boringheri, Torino, 1991).

[8] Sharfettet C., (1976), *Allgemeine Psychopathologie. Eine Einfuhrung*, Verlag, Struttgart (tr. it. *Psicopatologia generale. Un'introduzione*, Vicari A., a cura di, Fioriti, Roma, 2004).

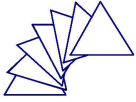
[9] Sims A., (1992), *Symptoms in the Minds. An introduction to descriptive Psychopatology*, Elsevier Science Limited (tr. it. *Introduzione alla psicopatologia descrittiva*, Cortina, Milano, 2004).



Associazione Erich Fromm – Un nuovo Umanesimo al servizio dell'uomo

"DALLA PARTE DELL'UOMO"

**INSERTO SUGLI INTERVENTI AL CONVEGNO DI NEUROSCIENZE
TENUTO IL GIORNO 21 MAGGIO 2011**



1 AMBIENTE ARRICCHITO E CERVELLO: Nicoletta Berardi.

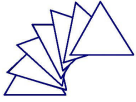
Environmental enrichment (EE) has long been exploited to investigate the influence of the environment on brain structure and function. Robust morphological and functional effects elicited by EE at the neuronal level have been reported to be accompanied by improvements in cognitive performance. Recently, EE has been shown to accelerate the development of the visual system and to enhance visual-cortex plasticity in adulthood. These new findings highlight the potential of EE as a promising noninvasive strategy to ameliorate deficits in the maturation of the nervous system and to promote health of the adult and aging brain.

2 NEUROBIOLOGIA DELLA PASSIONE AMOROSA: Donatella Marazziti

Dipartimento di Psichiatria, Neurobiologia, Farmacologia e Biotecnologie, Università di Pisa, via Roma 67, 56100 Pisa

Da sempre l'uomo si è interrogato sulle radici del suo sentimento più tipico, l'amore, da sempre ne sono state date definizioni ed interpretazioni, senza che nessuna di queste arrivasse a spiegarne la sua vera natura, o apparisse, persino a chi la formulava, esauriente. Tuttavia, proprio per la sua forza intrinseca, perché, probabilmente, coinvolge l'essere umano nella sua globalità, l'amore ha rappresentato una fonte inesauribile di ispirazione per poeti, scrittori ed artisti di ogni epoca, il motore di correnti letterarie, civiltà e mode. Esistono, pertanto, descrizioni magnifiche ed opere d'arte sublimi ispirate dal o al tema dell'amore che, tuttavia, non riescono a definirlo nella sua ricchezza e molteplicità. Questo, anche perché si è sempre pensato che sia impossibile definire un sentimento che, come tale, è determinato, per larga parte, dalle caratteristiche del singolo individuo e nessun strumento standardizzato sembra adeguato a misurarne le molteplici sfaccettature.

All'inizio del nuovo millennio e dopo cinquant'anni di intensissima ricerca nel settore delle Neuroscienze che hanno davvero rivoluzionato le nostre conoscenze sul funzionamento del cervello e promettono avanzamenti ancora più rapidi nel giro di pochi anni, possiamo prevedere che tra non molto saremo in grado di comprendere attraverso quali meccanismi molecolari il cervello arriva a svolgere le sue svariate attività e cosa succede quando non funziona perfettamente. Tuttavia, una volta raggiunti questi obiettivi, che rappresentano i temi principali della ricerca neuroscientifica attuale e che, a differenza di altri settori, sono ampiamente

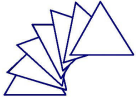


“DALLA PARTE DELL'UOMO”

conosciuti dall'opinione pubblica, non avremo aggiunto una sola virgola alla conoscenza di altre componenti o fattori, interpretabili in vario modo a seconda delle opinioni personali, come la creatività, l'immaginazione, il libero arbitrio, i sentimenti e quanto attiene alla cosiddetta sfera spirituale, che sono esperiti da tutti noi e che, indubbiamente “utilizzano” gli stessi meccanismi cerebrali che sono coinvolti nella regolazione di funzioni e comportamenti meno tipicamente umani. Se tali componenti, dunque, esistono, ci saranno dei “sistemi” per studiarli se, in accordo a Galileo “ciò che è misurabile è reale”. Seguendo questa linea di pensiero, tuttavia, incontriamo subito una prima difficoltà che consiste nell'impossibilità di misurare attributi umani, come l'amore o la gelosia, che sono estremamente individuali, imprevedibili e, sicuramente, non seguono le leggi della fisica classica, né si possono simulare con modelli matematici semplici. Tuttavia, secondo noi, proprio in questo consiste la vera sfida per la ricerca neuroscientifica del futuro, vale a dire lo studio di quei processi mentali che rappresentano il substrato biologico di quelle cosiddette “funzioni superiori” che sembrano non avere corrispettivi animali e fanno parte della nostra umanità più profonda e che sono sempre stati trascurati, verosimilmente perché non misurabili. Per troppo tempo, infatti, i neuroscienziati si sono focalizzati (e continuano a focalizzarsi) sul malfunzionamento del cervello, sulle malattie neuropsichiatriche, disprezzando per scetticismo la ricerca sui sentimenti, lasciando questo settore inesplorato alla sensibilità e creatività degli artisti od alla sola indagine psicologica. E' tempo, ormai, comunque, che ci sforziamo di essere meno timorosi e più creativi. Certamente le ipotesi hanno anche bisogno di una buona dote di coraggio e di un pizzico di sana “follia”: senza queste due componenti, molte scoperte fondamentali per l'umanità non sarebbero state effettuate.

Da un punto di vista neurobiologico l'amore è un sistema integrato o un processo biosociosociale che coinvolge l'uomo nella sua globalità biologica, psicologica e sociale e serve a promuovere la vicinanza tra due individui allo scopo di favorire la riproduzione della specie ma anche il senso di sicurezza, la gioia e il benessere, attraverso la attenuazione delle sensazioni spiacevoli provocate dall'ansia e dallo stress. Il termine “processo” indica, dunque, che l'amore è un'entità dinamica, in movimento e che evolve, seguendo tappe ben precise. Ed è un cammino che può accompagnare tutta la nostra esistenza, indirizzandola a un obiettivo che non è affatto un mero ideale irraggiungibile, ma una condizione cui siamo in grado di accedere nella sua interezza soprattutto quando il cervello abbia raggiunto un livello ottimale di sviluppo.

La prima tappa dell'amore è l'innamoramento che rappresenta la consapevolezza dell'attrazione, in cui sono coinvolti i sistemi che regolano le emozioni primordiali, in particolare l'amigdala e strutture collegate, oltre ad una vera e propria tempesta biochimica. Con una serie di studi



“DALLA PARTE DELL'UOMO”

effettuati presso il nostro istituto siamo stati in grado di osservare una riduzione delle proteine che trasportano la serotonina in soggetti innamorati all'inizio della relazione affettiva così come in pazienti con disturbo ossessivo-compulsivo ed abbiamo formulato l'ipotesi che tale disfunzione comune sottenda l'ideazione prevalente tipica di queste condizioni. All'innamoramento segue l'attaccamento che coinvolge i neuropeptidi ossitocina e vasopressina, sostanze che stanno rivelando proprietà particolari che sarebbero alla base del senso di benessere nell'accezione più ampia del termine.

Mentre alcune componenti dell'amore, quali l'attaccamento, la formazione della coppia ed il comportamento sessuale che ne deriva, sono comuni ad altri mammiferi e possono essere studiati in modelli animali, certi attributi dell'amore umano sono tali perché solo il cervello umano è in grado di produrli e, come tali, rappresentano una delle sue attività più elevate, una delle più alte espressioni della cognitivà umana, al pari dell'arte, della filosofia, del pensiero matematico. Non siamo ancora in grado di addentrarci nel labirinto della soggettività dell' amore, ma siamo in grado di prospettare dei meccanismi generali.

L'amore umano acquista, inoltre, un suo significato particolare se interpretato in chiave evuzionistica. Certamente una delle sue finalità è la riproduzione così come per gli altri animali, ma nell'uomo c'è qualcosa in più, e lo ribadiamo, in rapporto allo sviluppo del cervello, che riguarda la creazione dei gruppi e strutture sociali, di un ambiente caldo e sicuro dove i piccoli possano essere protetti finché non diventino autonomi. Questo è fondamentale per la specie umana i cui neonati sono i più deboli tra i mammiferi e quelli che richiedono più cure per un tempo più lungo. La natura ha senza dubbio predisposto dei meccanismi complessi che assicurino la formazione ed il mantenimento di questo ambiente sicuro, gratificando la coppia con quel senso di piacere, completezza, sensazione di superare i confini di sé, di perdersi nell'altro che rappresentano, probabilmente, la vera essenza dell'amore umano.