

CICLO DI INCONTRI SULL'ADOLESCENZA

Il corpo è mio e me lo gestisco io!

- Riti di passaggio, sfera corporea, corpo che comunica -

IO: E QUINDI POI AVETE LITIGATO...

SARA: E CERTO, MIA MADRE HA INIZIATO A FARMI MILLE PARANOIE! PRIMA NON ANDAVANO BENE I CAPELLI, POI IL TRUCCO, POI I VESTITI, POI I BRACCIALI...

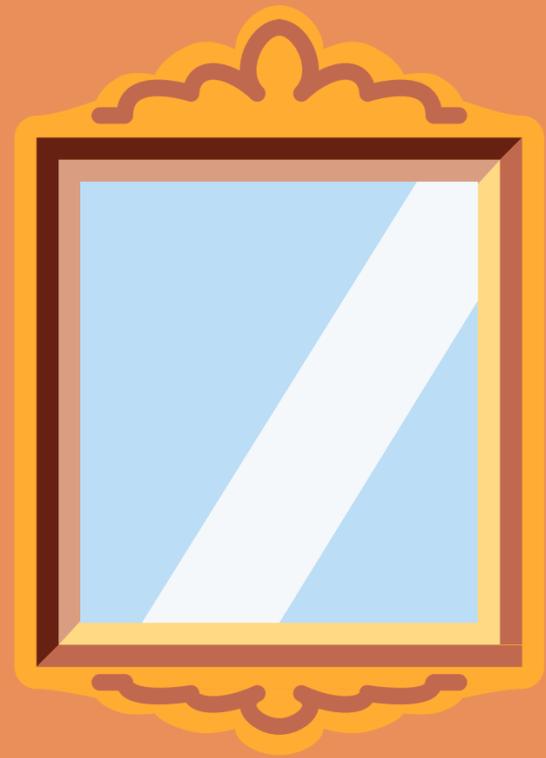
IO: E TU NON ERI D'ACCORDO?

SARA: ASSOLUTAMENTE NO, IL CORPO È MIO E ME LO GESTISCO IO!

-COLLOQUIO CON SARA, 15 ANNI-



LA SCOPERTA DELLO SPECCHIO



IN ADOLESCENZA NASCE IL BISOGNO DI:

- GUARDARSI, PERCEPIRE I CAMBIAMENTI, CONOSCERSI
- SPERIMENTARE
- COSTRUIRE LA PROPRIA IMMAGINE CORPOREA

IN QUESTA FASE IL CORPO DIVENTA IL PRINCIPALE CANALE
IDENTITARIO E COMUNICATIVO

SVILUPPO DELL'IMMAGINE CORPOREA

L'IMMAGINE CORPOREA È L'INSIEME DEI PENSIERI E
DELLE EMOZIONI CHE UNA PERSONA ESPERISCE RIGUARDO
AL SUO CORPO

(SARAH GROGAN, 2008)

È UNA RAPPRESENTAZIONE MENTALE DEL PROPRIO CORPO,
QUINDI È DIVERSA DALL'IMMAGINE RIFLESSA NELLO
SPECCHIO

COSA LA DETERMINA?



LA COMBINAZIONE TRA GLI ASPETTI:

- PERCETTIVI: SONO SENSORIALI E REALISTICI
- COGNITIVI: FORMATI DAI PENSIERI E DALLE CONOSCENZE
- AFFETTIVI: FORMATI DAI SENTIMENTI CHE SUSCITA IL CORPO
- COMPORTAMENTALI: MESSI IN ATTO A FAVORE O SFAVORE DEL CORPO

COME SI COSTRUISCE?



È UN PROCESSO PERMANENTE E ARTICOLATO, IN CONTINUA RIFORMULAZIONE
INIZIA NELLA PRIMA INFANZIA E CONTINUA PER TUTTO L'ARCO DELLA VITA

SI COSTRUISCE ATTRAVERSO:



IL CONTESTO CULTURALE



LE ESPERIENZE DI VITA



IL CONFRONTO E I FEEDBACK DEGLI ALTRI



IL DIALOGO INTERIORE

LE DUE FASI DELLA COSTRUZIONE DELL'IDENTITÀ CORPOREA

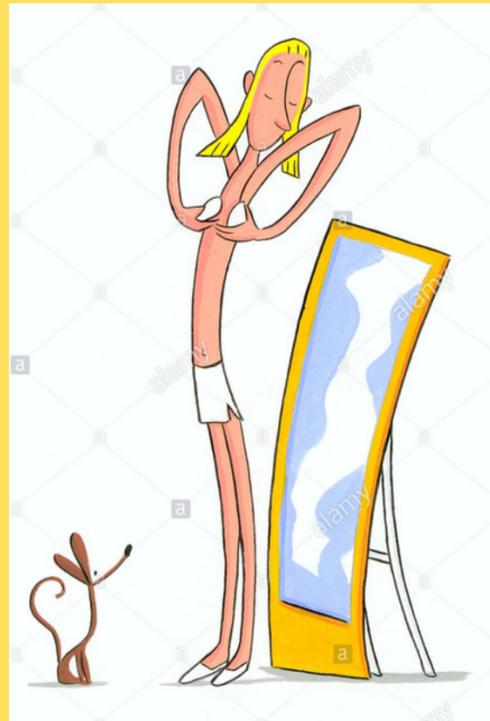
- ACCETTAZIONE E IDENTIFICAZIONE CON IL GRUPPO DEI PARI

NON RISPONDERE AI TRATTI DISTINTIVI DEL GRUPPO
SIGNIFICA ESSERE ESCLUSI

- CREAZIONE DI UNA PROPRIA IDENTITÀ PERSONALE

CON RIFERIMENTI CULTURALI E STILISTICI MOLTO
DIVERSI DA QUELLI DELL'ADULTO

IN ADOLESCENZA...



- PUÒ ESSERE DIFFICILE ACCETTARE I CONTINUI CAMBIAMENTI DEL PROPRIO CORPO
- I FATTORI SOCIALI E CULTURALI HANNO UN' ENORME INFLUENZA SULLA PERCEZIONE DELLA PROPRIA SFERA CORPOREA
- C'È UN CONTINUO CONFRONTO TRA IL PROPRIO CORPO E QUELLO DEGLI ALTRI

NASCE IL BISOGNO DI DEMOLIRE I VALORI E GLI STILI DI VITA FAMILIARI, METTENDOLI IN DISCUSSIONE ATTRAVERSO L'ABBIGLIAMENTO E GLI ACCESSORI, PER TROVARE UNA PROPRIA IDENTITÀ PERSONALE



TATUAGGI, PIERCING E LOOK STRAVAGANTI

SONO LEGATI AI CODICI DI APPARTENENZA GRUPPALE E ALL'ISTANZA COMUNICATIVA



- PERMETTONO DI STIMOLARE IL SENSO DI APPARTENENZA
- PERMETTONO DI COMUNICARE AGLI ALTRI
- PERMETTONO DI AFFERMARE SE STESSI





COME GESTIRLI?



- FACENDO LEVA SULLA TRANSITORietà, SUL CAMBIAMENTO
COME SI PUÒ COMUNICARE LO STESSO MESSAGGIO IN MODO NON PERMANENTE?

- UTILIZZANDO IL COMPROMESSO
STABILIRE UNA DATA DOPO LA QUALE CONCEDERE IL PERMESSO

I RAGAZZI SI
SENTIRANNO

ASCOLTATI E COMPRESI

STIMOLATI NELLA LORO CREATIVITÀ

ACCOLTI E SUPPORTATI NEL
LORO BISOGNO

PERCEZIONE CORPOREA E AUTOSTIMA



L'AUTOSTIMA SI NUTRE DI CIÒ CHE GLI ALTRI PENSANO DI NOI,
QUINDI È INFLUENZATA DAL CONFRONTO SOCIALE

IN ADOLESCENZA SOVENTE SI PROVA UNA FORTE
INSODDISFAZIONE VERSO LA PROPRIA IMMAGINE

QUESTO DISAGIO PUÒ PORTARE A METTERE IN ATTO DEI
COMPORTAMENTI DANNOSI PER LA PROPRIA SALUTE

ALCUNI STUDI INTERESSANTI...

JIMENEZ E BACARDI, 2017

"DISTURBO DELL'IMMAGINE
CORPOREA"

IL DISTURBO DERIVA DALLA
DISCREPANZA TRA
L'IMMAGINE CORPOREA E LA
PERCEZIONE CORPOREA

THOMPSON , 1999

MADDEN, 2013

CORRELAZIONE TRA
L'ESPOSIZIONE AI
MEDIA/SOCIAL E I
DISTURBI ALIMENTARI

HOGUE E MILLS, 2019

CORRELAZIONE TRA IL
TEMPO TRASCORSO DALLE
GIOVANI DONNE SUI
SOCIAL E
L'INSODDISFAZIONE
RISPETTO AL PROPRIO
CORPO

QUANDO IL CORPO COMUNICA UN DISAGIO

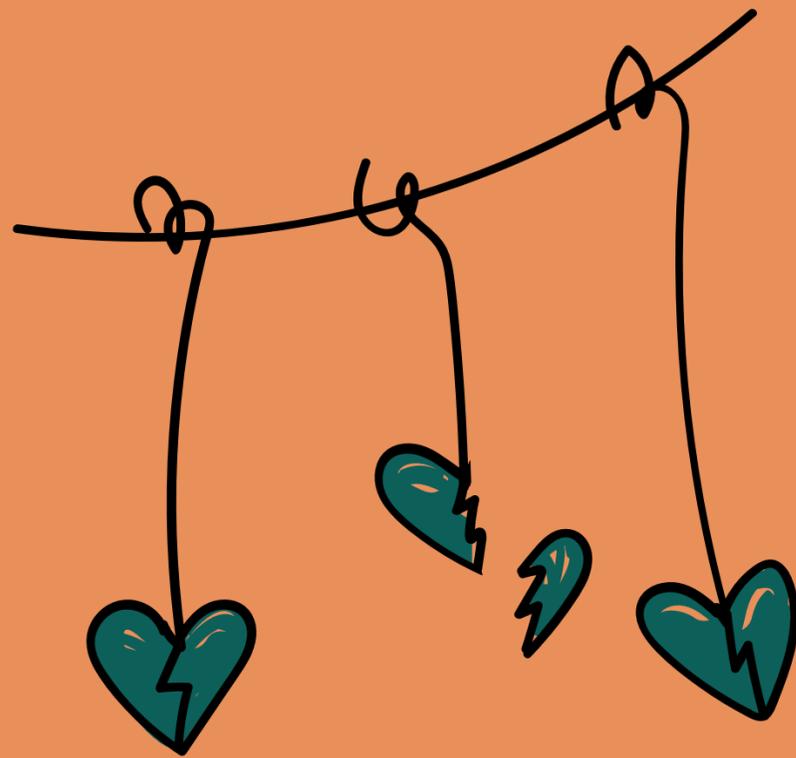
IL CORPO PUÒ DIVENTARE IL CANALE PER ESPRIMERE UN MALESSERE (RABBIA, IMPOTENZA, FRUSTRAZIONE, ANSIA, ANGOSCIA, INADEGUATEZZA...)

ATTRAVERSO **ATTI DIMOSTRATIVI** CHE HANNO UNA DUPLICE FUNZIONE:

- SCARICARE L'EMOZIONE
- RICHIEDERE AIUTO



ALCUNI DISTURBI...



- SOMATIZZAZIONE (MAL DI TESTA, MAL DI PANCIA, NAUSEA, TACHICARDIA...)
- AUTOLESIONISMO
- DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE
- USO DI SOSTANZE
- DISMORFOFOBIA (PERCEZIONE DEFORME DEL PROPRIO CORPO)

QUALI CAMPANELLI DI ALLARME?



- CORRERE IN BAGNO DOPO AVER MANGIATO
- EVITARE SITUAZIONI CONVIVIALI
- COPRIRE LE BRACCIA, SOPRATTUTTO IN ESTATE
- INIZIARE A RACCONTARE BUGIE
- CURARE MANIACALMENTE IL CORPO, CHE DIVENTA L'UNICA PRIORITÀ

COME SOSTENERE I NOSTRI RAGAZZI?

- ACCOGLIENDO I LORO CAMBIAMENTI FISICI
- EVITANDO GIUDIZI SUL LORO ASPETTO, ANCHE DETTI SCHERZANDO
- SOSTENENDOLI NELLA VISIONE CRITICA DEI MESSAGGI INVIATI DAI MEDIA CIRCA I CANONI DI BELLEZZA
- PROMUOVENDO ABITUDINI E STILI DI VITA SANI (CORRETTO REGIME ALIMENTARE, ATTIVITÀ SPORTIVA, CURA E ATTENZIONE DEI BISOGNI...)
- ACCOSTANDO LA CURA DEL CORPO A QUELLA DELLO "SPIRITO" (NOI NON SIAMO SOLO IL NOSTRO CORPO, SIAMO ANCHE IL NOSTRO CORPO)
- RICORDANDOCI SEMPRE CHE SIAMO UN ESEMPIO E UN MODELLO NELLA QUOTIDIANITÀ



BIBLIOGRAFIA

"LINEAMENTI DI PSICOPATOLOGIA DELL'ETÀ EVOLUTIVA" DI FAGIANI, ED. CAROCCI

"MANUALE DI PSICOPATOLOGIA DELL'INFANZIA" DI TIAMBELLI, ED. IBS

"LA MENTE DELL'ADOLESCENTE E IL CORPO RIPUDIATO" DI NICOLÒ E RUGGIERO, ED. FRANCO
ANGELI

"LA PREVENZIONE IN ADOLESCENZA - PERCORSI PSICOEDUCATIVI DI INTERVENTO SUL RISCHIO E
LA SALUTE" DI BONINO, ED. ERICKSON

DOMANDE?

SE AVETE DUBBI O
AVETE BISOGNO DI
APPROFONDIRE
QUALCHE ARGOMENTO
POTETE TROVARMICI SU



Dott.ssa Chiara Nitti - Educatrice
Professionale



studio.educativo



studioconsulenzaeducativa.blogspot.com



+ 39 3274416100



chiara.nitti.edu@gmail.com

GRAZIE!!!!