



Adolescenza Disagio Emotivo Prevenire e "curare"; Chiara Esposito, Criminologa



Portici, Napoli. Si è tenuto, questa mattina, dalle 10 alle 13, presso l'Auditorium del Liceo Scientifico Statale "Filippo Silvestri", l'evento "Prevenire e comunicare il Disagio Emotivo", organizzato nell'ambito delle iniziative "Scuole Amiche del Benessere Psicologico". Un importante appuntamento per analizzare il disagio che vivono gli adolescenti e le "soluzioni" da individuare che passano attraverso la prevenzione. Proponiamo l'intervento della Criminologa, Psicologa, Psicoterapeuta, **Chiara Esposito:**

"L'adolescenza è un momento di vita unico e irripetibile. L'individuo è bombardato da una così grande quantità di richieste e di stimoli da parte del mondo esterno che parlare di un'unica adolescenza e dei suoi tratti caratteristici non è possibile. Ririsulta difficile infatti inquadrare rigidamente questa fase del ciclo vitale a causa delle mille peculiarità relative alle *differenze sociali, di genere ed individuali*. Il compito più importante di ogni individuo nel suo percorso di vita è rappresentato dalla RICERCA DELLA

PROPRIA IDENTITA' PERSONALE. Occorre comprendere chi siamo, che cosa vogliamo, quali sono i nostri valori, le nostre credenze e i nostri veri propositi nelle scelte di vita. L'identità è assunta dall'individuo superando i molteplici problemi dell'esistenza, definiti: CRISI EVOLUTIVE. Le crisi evolutive sono il risultato di una maturazione, in armonia con l'insieme delle attese che la società ha nei confronti dell'individuo; momento per momento, stadio dopo stadio, evoluzione dopo evoluzione. Bisogna fare una differenza tra *disagio emotivo* e *disagio deviante* poiché sono differenti per la manifestazione.

- **Disagio emotivo** si manifesta attraverso a vari segnali come l'ansia, i cambiamenti di umore, irrequietezza o che possono diventare sintomi quali disturbi psicosomatici, dell'alimentazione e del sonno.

- **Disagio deviante** i segnali sono più facili da cogliere nei comportamenti definiti disadattivi al contesto sociale e/o scolastico.

Le manifestazioni di disagio si manifestano in modo diverso in base all'età, in ogni caso si esprimono attraverso i canali comportamentali o fisici. Vale a dire che un bambino o un adolescente può manifestare il proprio disagio, o attraverso un sintomo fisico oppure attraverso un disturbo del comportamento.

Fattori di disagio adolescenziali

Fattori socio-ambientali sono condizioni di marginalità sociale spesso determinate da variabili:

Economiche; la precarietà economica la disoccupazione, le condizioni abitative suburbane, spazi fatiscenti, luoghi di aggregazione spogli determinano un contesto socio-familiare carico d'ansia e di preoccupazione con frequenti dinamiche aggressive.

Culturali; l'accentuazione delle diversità culturale provoca emarginazione e produce frustrazioni e reazioni violente.

Sociali; in una società complessa in termini di riferimento si modificano velocemente: **il "fare", sembra predominare sul pensare, l'aver** **sull'essere**, la gratificazione personale sulla qualità delle relazioni. I

processi di socializzazione e di identificazione diventano più difficili.

Fattori psicologici e relazionali; hanno a che fare con il passaggio dall'infanzia all'età adulta esprime sempre una sofferenza psichica come risultato di una lotta tra il desiderio di andare avanti e quello di restare bambino. In realtà il passaggio porta alle transazioni dette GAB (Berne) di cui secondo la Gestalt la somma è di più delle singole parti.

Fattori educativo-affettivi; la solitudine degli adolescenti è anche innescata dall'allentamento dei rapporti educativi, sia per la difficoltà di relazionarsi con loro, sia per la frequente conflittualità generazionale.

I campanelli di allarme che possono nascondere un disagio negli adolescenti sono:

- *Insomnia possono dipendere da vari fattori;*

- *Disturbi del comportamento*

I fattori di rischio dei disturbi del comportamento sono:

- Ripetuti comportamenti aggressivi o violenti.

- Essere vittima di abusi fisici e/o sessuali.

- Esposizione alla violenza a casa o nell'ambiente circostante.

- Esposizione alla violenza attraverso media (video, musica..etc..).

- Uso di droghe e/o alcool.

- Presenza di armi da fuoco in casa.

- Combinazione di fattori in famiglia, come ad esempio, la rottura di un matrimonio con litigi, la perdita del supporto genitoriale, privazioni.

- Danni al cervello causati da fattori genetici

Ovviamente questi fattori di rischio possono causare disturbi uno dei quali che è frequente è il **disturbo oppositivo provocatorio (DOP)**.

I sintomi Più COMUNI sono la:

- Disobbedienza radicale.
- Ira.
- Risentimento.
- Discussioni regolari con gli adulti.
- Volontà di infastidire gli altri.
- Bassa autostima.
- Scenate ripetute.
- Impazienza.
- Sete di vendette
- Ed altri ancora

Per capire se un adolescente soffre di questo disturbo, questo comportamento dovrebbe estendersi almeno per sei mesi e dovrebbe riguardare almeno tutte le aree della sua vita (personale, scolastica, familiare, etc..). Questo disturbo scaturisce da fattori individuali, che dipendono dal carattere del soggetto ma anche da fattori sociali e familiari.

Disturbi dell'alimentazione (DCA)

- *Anoressia nervosa*
- *Bulimia nervosa*
- L'obesità

Per comprendere i disagi bisogna cercare di comprendere l'attaccamento genitoriale ricevuto.

Per il benessere psicologico di quest'anno si è pensato di aiutare i ragazzi del Liceo Scientifico Silvestri di riconoscersi e riconoscere il disagio emotivo. Il disagio emotivo è un campanello di allarme che ci consente di evitare la trasformazione da quello emotivo a quello deviante come le manifestazioni di bullismo e cyber-bullismo ampiamente esposto nell'anno scolastico 2017/2018. Per la prevenzione dell'adolescente al Liceo Silvestri di Portici si è pensato di proporre:

1. Convegno di apertura con i professionisti del campo.
2. Sportello di ascolto per i sintomi causati dal disagio emotivo.
3. Giornate di approfondimento: *imparare a comunicare le proprie emozioni attraverso la conoscenza della propria intelligenza*

emotiva.

4. Gruppi di comunicazione e confronto tra studenti e docenti, tra docenti e genitori, tra figli e genitori .
5. Convegno di chiusura sulla prevenzione del disagio emotivo con la presentazione di elaborati svolti dagli studenti del Liceo Scientifico Silvestri di Portici".

Come appare chiaro, dalla attenta analisi dell'Esperta, ci viene da "riassumere" che il "disagio" è sostanzialmente una vera e propria malattia (abbiamo "letto, ascoltato" l'analisi, di Caiara Esposito, Psicologa e Psicoterapeuta ma anche Criminologa, appunto "crimini") che può portare, se non "presa in tempo" a problemi ancora più gravi per chi vive dentro questo, che è un dramma e per chi è accanto come la famiglia, la scuola, le amicizie, l'appartenenza sociale in genere.

Comunicato - 18/10/2018 - Portici, Napoli - www.cinquerighe.it