

Semestrale

Numero 8  
Aprile 2024

# TEORIA E PRASSI

Rivista di Scienze dell'Educazione

## **Le strategie inclusive: nuovi approcci e realizzazioni pratiche nella fascia zero-tre anni**

*Stefania Carboni, Agnese Leonardi*

Le autrici presentano alcune riflessioni teoriche in merito alla tematica dell'inclusione e si è voluta approfondire l'argomentazione tramite l'intervista diretta ai protagonisti, ossia gli educatori che lavorano all'interno dei servizi, per capire come i riferimenti teorici relativi all'inclusione trovino riscontri pratici quando sono presenti bambini/e con fragilità.

## **Gli stili di attaccamento possono preannunciare la propensione verso le dipendenze. Ricerca tra gli adolescenti delle scuole secondarie di secondo grado**

*Marco Sirotti, Krzysztof Szadejko, Ilaria Motta*

Lo scopo principale di questo studio è analizzare se gli stili di attaccamento possono predire l'inclinazione alle dipendenze da sostanza e da nuove dipendenze.

L'indagine ha coinvolto più di 1400 soggetti di età tra 14 e 19 anni.

Ai soggetti è stata somministrata la batteria dei test che misuravano: i tre stili di attaccamento: sicuro, insicuro-ambivalente e insicuro evitante (IPPA); la soddisfazione dei bisogni psicologici di autonomia, competenza e relazionalità (BPNS); la percezione del senso della vita (EMS) e la soddisfazione della vita (SWLS).

## **Gli adolescenti di oggi: non solo resilienti, ma agili e antifragili**

*Domenico Larossa, Daniele Bisagni*

L'articolo proposto mira ad esplorare l'emergente dimensione dell'antifragilità intesa quale evoluzione della resilienza. Vengono descritti i fattori che ne sono alla base e i meccanismi di sviluppo e potenziamento per poi vagliare il punto di vista della società attuale. Vengono poi illustrate le criticità riscontrate nella fase adolescenziale e l'importanza del ruolo dell'educatore.

## **Riflessioni e provocazioni: perché una nuova sezione**

Da questo numero la rivista "Teoria e Prassi" presenta una nuova sezione intitolata "Riflessioni e Provocazioni", nata dalla consapevolezza dell'importanza di promuovere un dialogo aperto e critico su temi che influenzano la nostra società e il nostro futuro.

## **Libri segnalati**

# Gli adolescenti di oggi: non solo resilienti, ma agili e antifragili

The today adolescents: they are not just resilient,  
but agile and anti-fragile

*Domenico Larossa, Daniele Bisagni*

L'articolo proposto mira ad esplorare l'emergente dimensione dell'antifragilità intesa quale evoluzione della resilienza. Dopo aver definito questa dimensione vengono descritti i fattori che ne sono alla base e i meccanismi di sviluppo e potenziamento per poi vagliare il punto di vista della società attuale. Vengono poi illustrate le criticità riscontrate nella fase adolescenziale, in quanto tappa importante nello sviluppo dell'individuo, e l'importanza del ruolo dell'educatore per la promozione e lo sviluppo della resilienza e antifragilità nel contesto odierno.

## Introduzione

Oggi i cambiamenti sociali, politici ed economici sono irrimediabilmente mutati e di conseguenza anche il modello educativo si è dovuto scontrare con nuovi concetti, come ad esempio: cambiamento, crisi, incertezza, pluralità; parole ormai ridondanti nella vita degli adolescenti. Ciò ha spinto gli autori a domandarsi: cosa deve fare l'educatore per incentivare gli adolescenti ad accogliere questi nuovi mutamenti e trarne un vantaggio per aprire nuove prospettive?

In psicologia il termine “resilienza” è utilizzato per indicare quel processo multidimensionale e dinamico in cui un individuo, a seguito di un evento traumatico, di condizioni di disagio o di deprivazione, utilizza una serie di risorse psicofisiche per mettere in atto comportamenti adattivi. Gli studi scientifici – peraltro numerosi – sono concordi nel definire la resilienza come una condizione che coinvolge diversi fattori protettivi, interni o esterni dalla persona, i quali agiscono per modificare le conseguenze negative derivanti dagli eventi.

La parola “resilienza” è divenuta comune, se non ridondante, nella prima metà del 2020, durante la prima fase della pandemia da Covid-19. Tuttavia, ai cittadini alle prese con le varie misure restrittive, si chiedeva

non solo di resistere a tale disagio, ma anche di provare a percepire il *lockdown* come una opportunità da sfruttare per migliorarsi. Pertanto, la terminologia più adeguata a questa situazione sarebbe stata “antifragilità”.

Il costrutto dell’antifragilità è stato introdotto dal filosofo libanese Nassim Nicholas Taleb per indicare l’attitudine della persona – alla pari di qualsiasi sistema naturale - di modificarsi e di migliorare a seguito di eventi negativi, definiti dall’autore come “cigni neri” (Taleb, 2013). Più precisamente, secondo lo studioso,

*«l’antifragilità va al di là della resilienza e della robustezza. Ciò che è resiliente resiste agli shock e rimane identico a sé stesso, l’antifragile migliora.»* (Taleb, 2013, p. 21)

L’adolescenza è una fase transitoria della vita in cui l’individuo è soggetto a mutamenti psicologici, fisici e relazionali, accompagnati da una successione continua di emozioni. Così, i ragazzi si trovano spesso ad affrontare situazioni critiche e di vulnerabilità, per cui le capacità di resilienza risultano davvero significative in età adolescenziale, come pure la loro evoluzione nell’antifragilità.

In letteratura non esistono ancora studi inerenti l’antifragilità negli adolescenti in quanto la maggior parte delle ricerche scientifiche pubblicate sono orientate esclusivamente alla resistenza. Di conseguenza, i risultati raggiunti attraverso questo studio mettono in luce una sfaccettatura della professione dell’educatore poco nota, vale a dire il suo essenziale contributo all’implementazione nei giovani della capacità di percepire gli eventi negativi, il caos, il disordine, l’incertezza – tipici della società attuale – come opportunità di cambiamento positivo e vantaggioso per sé stessi, in una prospettiva di evoluzione continua, peraltro caratteristica dei sistemi naturali.

## L’upgrade della resilienza: l’antifragilità

La resilienza è un processo attraverso il quale, a seguito di un evento traumatico (lutto, separazione, aggressione, abuso, perdita del lavoro, malattia e così via) o di condizioni di vita sfavorevoli, il soggetto mette in atto una serie di risorse psicofisiche; consiste nella capacità dell’individuo di reagire di fronte ai traumi e di riorganizzare positivamente la propria vita.

Tuttavia, l’antifragilità rappresenta la capacità non solo di affrontare e superare un evento traumatico o un periodo di difficoltà, ma altresì di trarre vantaggio dall’esperienza vissuta nei momenti di complessità e di incertezza (Taleb, 2013). Ne deriva quindi, che il costrutto dell’antifragilità rappresenta l’upgrade della resilienza in quanto presuppone lo sviluppo di quest’ultima per poi evolversi in una capacità più completa.

Per esplorare il concetto di "antifragilità" è dapprima opportuno immergersi nelle sue radici contrapposte, ovvero la "fragilità". Entrambi i concetti delineano una coreografia temporale di cambiamenti, distinguendosi dalla staticità della resilienza, la quale si presenta come un tratto fisso di individui o sistemi (Vercelli & D'Albertas, 2021).

Un sistema fragile, più precisamente, è in preda a dei rischi, sempre sul punto di subire danni o addirittura di crollare. Per proteggerlo, ci si impegna in comportamenti e aggiustamenti, cercando di renderlo più robusto e resiliente, e quindi di restaurare la sua condizione iniziale. Eppure, resistenza e resilienza hanno un limite intrinseco che può condurre alla rottura e al ritorno alla fragilità. Contrariamente, un sistema antifragile non solo subisce gli eventi traumatici, ma li assorbe, trasformandoli in opportunità per migliorare la propria

condizione (Salzano, 2020). Qui, l'antifragilità, a differenza della resilienza, non solo supera le prove traumatiche, ma si propone di evolvere e progredire affrontando le sfide di complessità e incertezza (Taleb, 2013).

Di conseguenza, i momenti di crisi, gli errori e gli eventi incontrollabili diventano i punti di partenza e le palestre dell'antifragilità. Se analizzati criticamente, questi momenti si trasformano in catalizzatori emotivi, scolpendo uno spazio fertile per la crescita e il potenziamento personale. Inoltre, l'atteggiamento critico conduce a una "distuttività consapevole", intesa come

*«la capacità di eliminare i pregiudizi per arrivare all'obiettivo.»* (Lucarelli, 2021, p. 59)

Le sfide diventano così occasioni di perfezionamento, spingendo l'individuo a plasmare competenze e abilità mentali.

È anche opportuno distinguere l'antifragilità dall'invulnerabilità. Per spiegare la differenza, si può fare riferimento all'evoluzione biologica darwiniana, la quale afferma che gli organismi viventi competono tra loro per la sopravvivenza, con la selezione naturale che favorisce l'adattamento all'ambiente. In questa prospettiva, il successo di una specie si attribuisce al differenziale riproduttivo dei tratti culturali piuttosto che genetici. L'evoluzione naturale dunque, non si focalizza sulla salvaguardia degli organismi o sulla loro robustezza, e quindi sul loro essere "invulnerabili", ma procede attraverso perturbazioni e mutazioni casuali, privilegiando il superamento di fattori stressanti, casualità, incertezza e disordine (Salzano, 2020).

In base a tali elementi evolutivi, il corpo umano, per natura, si presenta come un sistema antifragile, poiché si rafforza quando sottoposto a diversi fattori stressogeni di stampo "evolutivo": soltanto così, riuscirà a sopravvivere a un ambiente ostile, rispetto a un altro essere che non si è "rafforzato" evolutivamente. Pertanto l'antifragilità permette all'individuo di affrontare gli imprevisti della vita, trarne vantaggio e progredire attraverso la crescita e il rafforzamento. Quindi l'incertezza e l'asimmetria delle informazioni devono essere considerate come strumenti evolutivi, spazi per sperimentare, commettere errori, innovare e migliorare.

In ambito filosofico, è possibile avvicinare il concetto di antifragilità all'antica formula eschiliana del *pàthei mātōs*, che significa "imparare attraverso il dolore":

*«l'esperienza della sofferenza determina il modo di essere dell'uomo e [...] è proprio in essa che risiede la possibilità di fare una più profonda conoscenza di sé stessi e del mondo.»* (Iaquinta, 2019, p. 359)

L'antifragilità, secondo tale visione, può essere associata alla crescita post-traumatica, identificata come la trasformazione individuale positiva che segue sfide di vita significative (Nocentini, Taddei, & Menesini, 2021). In questo contesto, la *ruminatio* costruttiva rappresenta un processo cognitivo-emotivo che conduce alla crescita personale dopo gli eventi traumatici, sulla base di determinate caratteristiche personologiche e percettive, nonché relazionali con il gruppo sociale di riferimento. L'antifragilità, quindi, emerge come uno strumento prezioso per affrontare difficoltà e incertezze, permettendo alle persone di procedere razionalmente con tranquillità e destrezza grazie all'autoefficacia e alla gestione dello stress (Salzano, 2020).

Riguardo il concetto di crescita post-traumatica dell'antifragilità, sono state sollevate diverse critiche; alcuni argomentano che i benefici individuali riportati sono illusori o auto ingannevoli, in quanto le persone de-

nigrerebbero il passato per preservare l'autostima. Al contempo, vi è la mancanza di una distinzione empirica tra il coping orientato alla reinterpretazione positiva di un evento e un effettivo cambiamento positivo (Prati & Pietrantoni, 2006). Altra critica è di tipo sistemico e consiste nel fatto che l'antifragilità è un concetto astratto e ancora poco studiato, per cui i benefici che ne deriverebbero non sono garantiti ai fini dell'apprendimento dagli errori, nel senso evolucionistico del termine.

## Lo sviluppo e il potenziamento dell'antifragilità

Per potenziare l'antifragilità, è essenziale sviluppare varie competenze, tra cui la gestione dello stress, delle emozioni e l'utilizzo positivo dell'ansia. La creatività, l'accettazione dell'incertezza e la riduzione della paura del cambiamento sono altrettanto cruciali. Il processo di potenziamento dell'antifragilità è considerato come una sorta di evoluzione della resilienza, poiché richiede esperienza e risorse personali, quali fiducia in sé stessi ed empowerment.

Un elemento chiave dell'antifragilità consiste nel superare la resistenza al cambiamento, spesso interpretata come perdita, specialmente delle certezze. Accogliere l'incertezza e sviluppare il pensiero creativo permette infatti, di percepire il cambiamento come un'opportunità di crescita, indipendentemente dal giudizio positivo o negativo che viene attribuito ad esso (Vercelli & D'Albertas, 2021). Anche perché il cambiamento, derivante dall'esperimento e dall'acquisizione di nuove competenze, offre a sua volta la possibilità di far emergere il talento e il potenziale individuale. La forza di volontà e la motivazione intrinseca sono necessarie affinché lo stesso cambiamento si manifesti. La motivazione, uno stato emotivo e cognitivo, guida infatti le azioni e il comportamento finalizzato di un individuo: un processo correlato sia ai risultati che la persona vuole raggiungere, ovvero evitare, sia alle azioni necessarie per ottenerli (Maeran & Boccato, 2016).

Per sviluppare l'antifragilità è cruciale, inoltre, abbandonare strumenti di difesa negativi come il senso di colpa e il vittimismo, che rappresentano l'apice della fragilità. L'autoregolazione, in tal senso, è fondamentale, consentendo all'essere umano di modulare la risposta psicologica, comportamentale e fisiologica in modo adattivo al contesto (Osler, 2021). Un processo che richiede un lungo sviluppo iniziato dalla nascita e che continua per almeno due decenni, coinvolgendo altresì il controllo della risposta cognitiva, emotiva e comportamentale.

Il processo di cambiamento implica, in definitiva, la rimozione di regole e procedure consolidate tipiche della *comfort zone*, a favore di soluzioni innovative e dinamiche. Di conseguenza, è essenziale che l'individuo coltivi uno spirito collaborativo, favorendo il confronto, la cooperazione e la creatività condivisa per valutare idee e prospettive diverse e favorire tale processo. Per abbracciare l'antifragilità, è necessario cioè che la persona sia disposta a mettere in discussione le proprie priorità, talvolta rielaborandole o cambiandone la focalizzazione attraverso nuovi percorsi. La fragilità, d'altronde, è anche alimentata dalla cosiddetta *path dependence*, cioè dalla dipendenza da un percorso, che, in un pensiero statico, porta a un'identificazione predefinita e pregiudizievole di ciò che è fragile o no.

## La fragilità nella società attuale

Oggi la fragilità viene spesso vista come debolezza, poiché in contrasto con la tradizionale concezione di stabilità. In particolare, la comune percezione negativa di fragilità e vulnerabilità entra in conflitto con un approccio razionale del concetto che, derivante dall'Illuminismo, ha sempre guidato la società. Categorie "illuministe" che non permettono cioè di fare previsioni basate su aspettative e convinzioni, ma

altresì consentono agli individui di intervenire sulla fragilità, potenziandone la robustezza e comprendendo i fattori che ne sono alla base per adattarsi alle sfide contemporanee.

Per spiegare meglio la tematica, partiamo dal presupposto che la gestione dell'incertezza si avvale solitamente delle euristiche, ovvero strategie cognitive che semplificano e accorciano il tempo dei processi mentali che conducono alla soluzione di determinati problemi. Queste rappresentano scorciatoie automatiche del processo decisionale, mirate a ridurre l'incertezza sulla base di esperienze passate (Palmonari, Cavazza, & Rubini, 2012). A loro volta, le euristiche vanno a incidere sulla percezione dell'individuo, ovvero su un processo psicologico che porta il soggetto a creare un'immagine interna del mondo esterno attraverso fasi come attenzione, memorizzazione selettiva, organizzazione e interpretazione, valutazione e decisione. Le stesse distorsioni percettive, al contempo, incidono però sulle strategie cognitive che vengono utilizzate.

Considerando che le euristiche inducono, spesso, errori percettivi, è importante comprendere come affrontare il concetto di “rischio”, legato alle aspettative umane e alla capacità di prevedere o intervenire in situazioni incerte. In economia – comunemente ritenuta un settore altamente razionale, poiché governata da precise leggi, cioè logiche lineari, consolidatesi nel tempo – il rischio

*«consiste nella possibilità che il risultato effettivo diverga da quello che in media, nelle date condizioni, ci si può attendere.»* (Chirichiello, 2014, p. 412)

Gli operatori economici, infatti, affrontano frequentemente situazioni di incertezza, dove le scelte non sempre si allineano con le azioni inizialmente pianificate. Non a caso, nel contesto economico, la stabilità prolungata può portare a un indebolimento aziendale a causa della mancanza di stimoli all'innovazione e all'accumulo di vulnerabilità latenti. Ad esempio, l'illusione di stabilità derivante dalla fissazione dei prezzi e dalla riduzione della volatilità può, paradossalmente, capitalizzare rischi nascosti, generando sconvolgimenti maggiori quando questi ultimi emergono (Taleb, 2013).

Nell'ardua gestione del rischio nelle organizzazioni, emerge però un curioso paradosso: anziché celebrare le vulnerabilità e le fragilità dei sistemi, l'attenzione e gli sforzi sono quasi sempre indirizzati a spazzarle via. Un approccio, quest'ultimo, ancorato a eventi e condizioni passate, che si sforza di misurare e valutare la probabilità del loro ritorno nel futuro, spesso ignorando l'imprevedibilità che li ha contraddistinti quando sono arrivati.

La società attuale, insomma, non considera ciò che Taleb ha definito come “cigno nero”<sup>1</sup>, laddove nei processi di presa di decisione sarebbe più plausibile concentrarsi sulle potenziali conseguenze prevedibili piuttosto che sulla probabilità che l'evento possa verificarsi. Non solo, tali eventi straordinari rivelano come i media e il sistema educativo in generale non siano in grado di riconoscere la fragilità come un punto di forza, ma al contrario, spesso trasmettono pregiudizi e categorizzazioni attraverso interpretazioni distorte.

Un'ulteriore problematica dei “cigni neri” nella società attuale è dettata dalla ridondanza di informazioni, tipica della digitalizzazione. Molto spesso, le informazioni abbondanti indicano solo dei *rumors*:

---

<sup>1</sup> L'autore utilizzò l'espressione “cigno nero” in ordine al fatto che fino alla scoperta dell'Australia era conosciuta esclusivamente l'esistenza di cigni bianchi; perciò, il “cigno nero” indica un evento raro, di grande impatto e imprevedibile.

*«più informazioni si danno, più le persone che le ricevono formulano ipotesi lungo il percorso e peggiori risultati ottengono.» (Taleb, 2014, p. 160)*

Del resto, la ridondanza e la sovra-compensazione sono metodi con cui i sistemi naturali gestiscono il rischio e inducono ai cosiddetti bias di conferma, ossia alla tendenza a selezionare e ricercare quelle informazioni che confermano idee e convinzioni che il soggetto possiede in partenza (Taleb, 2013). Queste manifestazioni possono poi sfociare nel fenomeno dell'*eco chamber*, ovvero nell'amplificazione delle informazioni attraverso la loro ripetizione costante, accentuando la fragilità sia a livello sistemico che individuale. Oltre che dai "cigni neri", la fragilità, è esasperata dalla "neo-mania", un'affascinante inclinazione per il nuovo.

## L'antifragilità negli adolescenti

L'adolescenza rappresenta un processo transitorio tra il mondo infantile e quello adulto attraverso una trasformazione individuale e uno stravolgimento degli schemi precedenti. Le sfide, o meglio i compiti evolutivi, che l'individuo deve affrontare sono diversi e rendono il giovane maggiormente sensibile al sorgere di diverse problematiche. In questa fase, emozioni e affetti risultano intensi e carichi di significato. In particolare, il soggetto avverte il desiderio di grandi cambiamenti e della piena autonomia, costruisce delle amicizie e sperimenta i primi amori (Buccolo, 2020).

La cosiddetta "crisi adolescenziale" si caratterizza per il rimodellamento della struttura dell'identità in quanto il giovane si ritrova ad aprirsi al mondo esterno e, quindi, acquisendo una dimensione più sociale mediante la riorganizzazione della propria realtà interna e relazionale (Albero, Freddi, & Pelanda, 2008). La riformulazione della sua identità, in effetti, può avvenire solo nelle relazioni di reciproco riconoscimento con i coetanei e con gli adulti di riferimento, in quanto questi sono i primi rapporti significativi che il soggetto adolescente sottoscrive al di fuori della cerchia dei legami familiari.

Il mancato adattamento alle condizioni che caratterizzano la vita sociale può provocare una conformazione di sofferenza comunemente chiamata "disagio giovanile", contraddistinta da forme di aggressività, forza fisica, sfida all'autorità e opposizione. Questi comportamenti sono intrapresi come ricerca dei cosiddetti "sintomi della felicità", la cui funzione risulta illusoria e temporanea, tramite la costruzione di un nuovo modo di essere, di una nuova identità. Nello specifico, i sintomi della felicità si configurano come:

*«uno stato mentale complesso, costituito da sensazioni fisiche, stati emozionali, sentimenti, immagini mentali; sono originati da comportamenti, azioni, rituali, che fanno del corpo uno strumento-oggetto manipolato e abusato per ottenere un'esperienza eccitatoria mista, confusa, caratterizzata da sensazioni piacevoli e spiacevoli.»*  
(Bressa, Pisanu, Del Monte, & Impronta, 2012, p. 115)

Le situazioni che presentano un impatto stressante forte per i giovani, causati da minacce esterne, determinano un incremento dell'attività del sistema neuro-endocrino deputato a gestire le reazioni dovute allo stress. Tuttavia, è proprio dall'incertezza e dall'imprevedibilità che nasce e si sviluppa dapprima la resilienza e poi l'antifragilità.

Gli adolescenti antifragili sono quelli che sfruttano l'evento traumatico per migliorare sé stessi, tramite l'apprendimento di nuove competenze, considerando l'evento traumatico come opportunità per sviluppare creatività e intelligenza emotiva per riadattarsi alla nuova situazione in modo costruttivo tralasciando le vec-

chie abitudini. Numerosi fattori concorrono a rendere un adolescente resiliente e antifragile, per esempio il *coping*. Questa strategia risulta soggettiva e dinamica e può essere ricondotta a due direttrici fondamentali: quella orientata sul problema e quella sulle emozioni. Nel primo gruppo il soggetto agisce definendo il problema per il quale individua delle soluzioni; nel *coping* diretto sull'emozione invece, l'individuo agisce per modificare la propria risposta emotiva attraverso varie modalità come l'autocontrollo, l'assunzione di responsabilità, la rivalutazione positiva della situazione e il distanziamento (Petruccelli, Verrastro, & D'Amario, 2008). Inoltre, alcune strategie di *coping*, come il supporto e il *problem-solving* possono respingere gli effetti negativi che lo stress può provocare alla salute mentale del ragazzo (Costantino & Camuffo, 2009 A).

Anche l'autoregolazione vanta un ruolo determinante per il buon funzionamento dell'adolescente; in tale fase della vita è supportata da funzioni cognitive sempre più evolute ed efficienti che consentono una pianificazione sul lungo periodo e una definizione più chiara degli obiettivi che il giovane vuole perseguire. Per di più, il suo miglioramento comporta una gestione più intenzionale delle emozioni, del comportamento e una migliore adesione alle norme sociali rispetto al periodo infantile.

Nell'adolescenza, i momenti di svolta possono derivare da un processo di autoriflessione che conduce il soggetto a individuare il proprio bisogno di apportare dei cambiamenti alla propria vita, come può verificarsi nei casi ascrivibili alla cosiddetta "resilienza tardiva", ossia quando un ragazzo non resiliente e fragile, ad un certo punto della sua vita, diventa un adulto resiliente e antifragile, attraverso un processo di *recovery*.

## **L'Educatore in azione: promuovere l'antifragilità**

Promuovere l'antifragilità, oggi più che mai, risulta importante. I recenti eventi drammatici (come, per esempio, la pandemia da Covid-19, la guerra in Ucraina, il conflitto in Medio Oriente) hanno influenzato profondamente i sentimenti e il vissuto dei giovani suscitando reazioni emotive rilevanti.

Da una recente indagine condotta da Telefono Azzurro con il supporto di Bva Doxa, - che ha coinvolto 800 ragazzi tra i 12 e 18 anni - è emerso che nelle precedenti due settimane soltanto il 41% dei ragazzi si era sentito felice, il 21% dei giovani ha dichiarato di sentirsi in ansia o preoccupato (20%), il 6% triste. Inoltre ad 1 ragazzo su 2 il futuro appare oscuro. Tra le principali sofferenze che gli adolescenti riscontrano tra i loro coetanei vi è al primo posto la dipendenza da internet e dai social network (52%), seguita dalla mancanza di autostima (41%), dalle difficoltà relazionali con gli adulti (40%), ansia e attacchi di panico (30%). Soltanto il 2% ritiene che i propri coetanei non vivano situazioni di sofferenza (Sanità24 - Il Sole 24 ore, 2023).

Lo sviluppo dell'antifragilità asseconda diverse dimensioni quali la gestione dello stress, la gestione delle emozioni, l'uso dell'ansia a livello positivo, ossia come stimolo e come motivazione, l'accettazione dell'incertezza, la riduzione della paura per il cambiamento. È chiaro che per rafforzare tali competenze è necessario un lungo percorso che richiede risorse personali come la fiducia in sé stessi o l'*empowerment*.

Il lavoro sull'antifragilità progettato dall'educatore non deve contemplare soltanto la persona ferita, ma anche il suo contesto familiare e culturale: l'attaccamento sicuro, la facilitazione della mentalizzazione, la condivisione delle emozioni, il sostegno familiare sono fattori che consentono al giovane di superare il trauma, recuperando uno sviluppo positivo (Cyrulnik, 2010). Deve insistere, poi, sulle competenze comportamentali del soggetto, sulla presenza di attitudini sociali appropriate e sull'assenza di problemi comportamentali (Costantino & Camuffo, 2009 A).



Un ulteriore compito dell'educatore per lo sviluppo dell'antifragilità negli adolescenti è quello di rendere l'imprevedibilità un fatto "normale" nell'esistenza di ciascuno. In altre parole, deve fare abbandonare ai giovani la convinzione che tutto possa essere previsto e controllato nella pianificazione delle strade percorribili per raggiungere i loro obiettivi, in quanto possono emergere improvvisamente e inaspettatamente fattori esterni, tali da produrre una situazione differente rispetto a quella lineare immaginata e costruita (Costantino & Camuffo, 2009 B). Questo non significa assolutamente l'abbandono della sicurezza e dei punti fermi nella vita di un giovane, ma una minore preoccupazione per quello che potrà succedere a favore, invece, della comprensione delle modalità in cui un evento può influenzare la propria vita.

Per accompagnare l'adolescente in questo percorso, l'educatore deve instaurare una relazione confidenziale; questa si può attuare attraverso la fiducia. Il lavoro sulla fiducia infatti, rappresenta il cardine mediante il quale l'intervento educativo può ottenere dei risultati promettenti; ha a che fare con la qualità umana della crescita e anche con la qualità della relazione che è sempre il cuore di ogni esperienza educativa. Questa prassi non è affatto facile, ma ogni buon educatore sa che, per stabilire un rapporto educativo, egli per primo deve dare fiducia. Tutto comincia da un gesto di fiducia, gratuito, a perdere, che non cerca necessariamente un ritorno; con ciò si riconosce la ricchezza che si nasconde nell'altro, nel giovane con cui si entra in contatto e bisogna riconoscere tale risorsa senza forzature. Questo gesto - una volta messo in pratica - permette di entrare in relazione; e quindi, iniziare a scoprire le fragilità esistenti.

Inoltre, il prolungamento dell'età adolescenziale significa che la relazione educativa richiede un maggiore impegno, considerando l'evoluzione dell'identità del giovane a partire dai dodici-quattordici anni per quasi un decennio. Pertanto, il lavoro educativo diventa ancora di più dinamico e in continuo aggiornamento, in quanto si concretizza nell'accompagnare l'adolescente a ricomporre la sua esperienza personale, attraverso la ricerca di nuovi equilibri e di nuove attribuzioni di senso alle sue esperienze.

## Conclusioni

Il benessere mentale dei giovani è una questione cruciale che richiede attenzione e azione da parte di individui, famiglie, comunità e istituzioni. Attraverso i recenti dati sulla salute mentale dei giovani, emergono sfide significative, ma anche opportunità per promuovere il cambiamento positivo. Innanzitutto, è fondamentale riconoscere che la salute mentale non è una destinazione, ma piuttosto un percorso continuo. I giovani devono essere incoraggiati a comprendere e accettare la propria salute mentale come una priorità personale. La consapevolezza di sé stessi, insieme a un linguaggio aperto, può contribuire a creare una cultura in cui chiedere aiuto non è un segno di debolezza, ma di forza.

Un'altra componente chiave è l'educazione: è necessario investire nelle risorse educative che promuovono la consapevolezza e la comprensione della salute mentale. I giovani dovrebbero essere dotati di strumenti pratici per gestire lo stress, affrontare l'ansia e sviluppare resilienza e antifragilità.

A livello di persona, con il termine "resilienza" si fa riferimento a un complesso di fattori che definiscono la capacità di riuscire a vivere e a svilupparsi positivamente, in modo socialmente accettabile, a discapito di un fattore di stress o di circostanze avverse che prospettano un rischio elevato di esito negativo. Tuttavia, di per sé la resilienza non permette alla persona - come pure a un sistema naturale - di evolversi, in quanto è orientata al recupero, ossia al ritorno progressivo alla condizione di partenza, della situazione e dell'equilibrio originari.

L'antifragilità invece, che rappresenta l'upgrade della resilienza, permette non solo di riprendersi dagli eventi stressanti, ma perfino di trarre beneficio da essi, diventando più forte, più adattabile e più performante. Ne deriva che i momenti di crisi, gli errori, gli eventi incontrollabili, le problematiche non devono essere percepiti incondizionatamente come negativi, poiché possono costituire un punto di partenza e un'opportunità per il singolo, come pure per la collettività.

Per promuovere l'antifragilità bisogna dapprima affrontare diverse circostanze - ad esempio la creazione di una relazione confidenziale, la costruzione della fiducia, l'apprendimento della condivisione, il riconoscimento delle fragilità - per poi approcciarsi in maniera efficace agli utenti. È necessario basare l'intervento sull'individualità del soggetto in quanto i ragazzi sono diversi tra loro, presentano vissuti familiari e sociali differenti e occorre rispettare le tempistiche di ognuno.

In conclusione, il nostro impegno collettivo per la salute mentale dei giovani è un investimento nel futuro della società. Coltivare una generazione di individui resilienti e antifragili non solo migliorerà la qualità della vita dei giovani di oggi, ma avrà un impatto duraturo sulla salute mentale delle future generazioni.



The idea of this article comes from the comparison with the students of the Institute during a Work Café activity.

The theme of creativity is not recent, it can be found among the arguments of different psychologists and pedagogists, yet it is not a common aspect in school educational practice.

The proposed article aims to explore the emerging dimension of antifragility understood as the evolution of resilience.

After defining this dimension, the underlying factors and mechanisms of its development and enhancement are described and then the viewpoint of current society is screened.

The following are then illustrated: the critical issues found in the adolescent stage, as an important stage in the development of the individual, and the importance of the educator's role in promoting and developing resilience and antifragility in today's context.

## Bibliografia

- Albero, D., Freddi, C., & Pelanda, E. (2008). *Il corpo come sè. Trasformazione della società e agiti autolesivi in adolescenza*. Milano: Franco Angeli.
- Bressa, G. M., Pisanu, N., Del Monte, M., & Impronta, S. (2012). *Reduci dell'adolescenza. Prospettive psicobiologiche, cliniche e socio-educative*. Milano: Franco Angeli.
- Buccolo, M. (2020). La gestione delle emozioni nel lavoro educativo con gli adolescenti e le famiglie. *Consultori Familiari Oggi*, 1(28), 24-33.
- Chirichiello, G. (2014). *Microeconomia di base. Principi, metodi e applicazioni*. Torino: Giappichelli.
- Costantino, M. A., & Camuffo, M. (2009 A). Fattori protettivi e promozione della resilienza nel bambino e nell'adolescenza. *Psichiatria dell'infanzia e dell'adolescenza*, 179-190.
- Costantino, M. A., & Camuffo, M. (2009 B). Trasformazioni del concetto di resilienza e ricadute nella pratica. *Ricerca e Pratica*, 25, 57-64.
- Cyrulnik, B. (2010). *Resilienza. Rivista sperimentale di Freniatria*, 9-19.
- Iaquinta, T. (2019). Persona e sofferenza. Quando l'educazione si spinge in luoghi inaccessibili. *Pedagogia Oggi*, XVII(1), 355-368.
- Lucarelli, M. (2021, 06). Antifragilità: superiamo il concetto di resilienza. *Dirigente*.
- Maeran, R., & Boccato, A. (2016). *Lavoro e psicologia. Le persone nelle organizzazioni*. Milano: LED Edizioni Universitarie di Lettere Economia Diritto.
- Nocentini, A., Taddei, B., & Menesini, E. (2021). Adolescenti e pandemia da Covid-19: stress, resilienza ed esperienze di crescita. Comprendere lo sviluppo in una prospettiva multi-sistemica. *Giornale italiano di Psicologia*, XLVIII(3), 609-631.
- Osler, G. (2021). Lo sviluppo dell'autoregolazione dalla nascita all'adolescenza. Meccanismi cognitivi e implicazioni per la psicopatologia. *Psicologia clinica dello sviluppo*, 25(1), 3-29.
- Palmonari, A., Cavazza, N., & Rubini, M. (2012). *Psicologia sociale*. Bologna: Il Mulino.
- Petrucelli, F., Verrastro, V., & D'Amario, B. (2008). *Dalla scuola all'Università: una scelta di vita: teorie e metodi: ricerche e percorsi: progetto Attivazione di un sistema tutoriale*. Milano: Franco Angeli.
- Prati, G., & Pietrantonio, L. (2006). Crescita post-traumatica: un'opportunità dopo il trauma? *Psicologia Cognitiva e Comportamentale*, 12(2), 133-144.
- Salzano, A. M. (2020). Antifragilità, nuovo approccio mentale oltre la resistenza e resilienza. *Betaniainforma*(34), p. 5.
- Sanità24 - Il sole 24 ore. (2023, 11 15). *sanita24.ilssole24ore.com*. Tratto da Giornata dell'Infanzia e dell'adolescenza/ Telefono azzurro: il 21% dei giovani si sente in ansia ma un ragazzo su tre "si vergogna" di chiedere aiuto a un esperto di salute mentale: <https://www.sanita24.ilssole24ore.com/art/medicina-e-ricerca/2023-11-15/giornata-infanzia-e-adolescenza-telefono-azzurro-21percento-giovani-si-sente-ansia-ma-ragazzo-tre-si-vergogna-chiedere-aiuto-un-esperto-salute-mentale-120058.php?uuid=AFHYPwdB>

---

## TEORIA E PRASSI

Taleb, N. N. (2013). *Antifragile. Prosperare nel disordine*. Milano: Il Saggiatore.

Taleb, N. N. (2014). *Il cigno nero. Come l'imprevedibile governa la nostra vita*. Milano: Il Saggiatore.

Vercelli, G., & D'Albertas, G. (2021). *Antifragili. Fai della fragilità il tuo punto di forza e dell'incertezza un cavallo di battaglia*. Milano: Feltrinelli.

**TEORIA E PRASSI**  
Rivista di Scienze dell'Educazione

Semestrale

Anno 5  
Numero 8  
Aprile 2024

Direttore responsabile:  
Alessandro Alvisi

Progetto grafico / Impaginazione:  
Francesco Galli

Hanno collaborato:  
Daniele Bisagni  
Florian Bruckmann  
Stefania Carboni  
Domenico Larossa  
Agnese Leonardi  
Ilaria Motta  
Marcello Neri  
Marco Sirotti  
Krzysztof Szadejko

Recensioni a cura di:  
Krzysztof Szadejko

Segreteria di redazione:  
Lia Poggi

Pubblicazione semestrale edita  
dall'Istituto Superiore di Scienze dell'Educazione  
e della Formazione "Giuseppe Toniolo"



tel.: +39 059 7112617  
e-mail: [segreteria rivista@igtoniolo.it](mailto:segreteria rivista@igtoniolo.it)  
sito: [www.igtoniolo.it/teoria-e-prassi](http://www.igtoniolo.it/teoria-e-prassi)

Aut. Tribunale di Modena  
3273/2020 del 03/06/2020  
RG. n. 1333/2020