



AZIONI VIRTUALI, RESPONSABILITÀ REALI **Comportamenti trasgressivi e antisociali tra i nativi digitali**

Mauro Di Lorenzo

Psicoterapeuta Minotauro, Docente della Scuola di Psicoterapia del Minotauro.

Riassunto

Uno dei più comuni problemi degli adolescenti è rappresentato dalla loro propensione al rischio ed alla trasgressività. I recenti cambiamenti socioculturali, in particolare il passaggio da una famiglia normativa ad una famiglia affettiva e l'introduzione della Rete nella vita quotidiana, che hanno sancito il passaggio alla generazione dei Nativi Digitali, hanno portato ad alcuni fenomeni particolari per quanto riguarda queste problematiche. Da un lato emergono comportamenti a rischio nuovi, poco comprensibili da parte degli adulti, finalizzati ad essere popolari e ad ottenere ammirazione. Dall'altro, la fisiologica propensione al rischio intesa come spinta ad andare oltre a ciò che si conosce e ad addentrarsi nel mondo, sembra in netta diminuzione. È interessante interrogarsi su quali siano gli intrecci tra diffusione delle nuove tecnologie e comportamenti trasgressivi ed antisociali in adolescenza, per evitare rischiose semplificazioni e fornire uno sguardo aggiornato su un tema che diventerà sempre più pregnante per chi si occupa di adolescenza.

Parole chiave: *Trasgressività – antisocialità – nativi digitali.*

Trasgressività e propensione al rischio tra i nativi digitali

I comportamenti a rischio, trasgressivi e dirompenti caratterizzano l'adolescenza da sempre, in ogni epoca e in ogni cultura. L'incidenza dei comportamenti a rischio raggiunge la frequenza massima poco prima dei 20 anni, questo nonostante l'intelligenza di un giovane di questa età sia equivalente a quella di un adulto, la sua memoria sia impeccabile e la sua capacità di ragionare non differente da quella di un suo genitore o di un suo insegnante. Per proteggere gli adolescenti da sé stessi non serve insistere con loro sull'esigenza di saper distinguere ciò che è rischioso da ciò che non lo è: lo sanno già fare.

Serve aiutarli a sciogliere conflitti emotivi relativi al loro valore personale e alla loro reputazione sociale, all'appartenenza al contesto familiare e culturale in cui crescono, e alla loro possibilità di direzionare il proprio futuro (Maggiolini, 2017). Se presi singolarmente, i ragazzi e le ragazze hanno una capacità di valutare le conseguenze e i rischi identica a quella degli adulti. Questa capacità è come se si spegnesse quando l'adolescente è posto in una situazione di gruppo, reale o immaginaria che sia – e gli adolescenti nativi digitali di oggi sono, per definizione, sempre in contatto (Lancini, Turuani, 2009).

Come affermava Winnicott (1986), la trasgressività serve a crescere e gli adulti dovrebbero innanzitutto ricordarsi di non pretendere troppo, di stare fermi e di attendere che il tempo faccia il suo corso.

Il sociologo Finkelhor (2011) ha coniato il termine *Juvenioia* (un neologismo che deriva da "paranoia", ma rivolta agli *iuvenes*, ai giovani) per indicare il terrore che da sempre pervade le generazioni di adulti quando si trovano ad osservare, commentare e giudicare il comportamento della generazione di adolescenti che sopraggiunge; terrore che spesso si concentra sulle influenze dei cambiamenti culturali e sociali sui giovani "di oggi", percepiti in vario modo, ma sicuramente non in modo positivo.

Gli adolescenti sicuramente rappresentano un popolo "straniero in patria", un universo che si presta ad essere un luogo mentale in cui proiettare desideri, paure, oscurità e tutto ciò che è indicibile del mondo degli adulti. Fisiologicamente "perturbanti", mettono in crisi l'identità, le abitudini e le credenze adulte. Nell'adolescente c'è una sorta di fisiologico millenarismo, che deriva anche dal suo collocarsi in una zona intermedia tra la catastrofe di un mondo che finisce e l'inizio di un mondo che comincia (Pellizzari, 2010).

Il discorso scientifico su questi temi deve inoltre cercare di conciliare aspetti apparentemente paradossali. Alcuni constatano la scarsa propensione degli adolescenti odierni al rischio (Twenge, 2017). Correre rischi, dal punto di vista di chi studia la psicologia e l'evoluzione della specie, e non di chi aspetta insonne un figlio che tarda a rientrare la notte, rappresenta un passaggio evolutivo importante. Iscrivere a un corso di teatro, cercare di diventare rappresentante di classe o, perché no, dichiararsi alla ragazza di cui si è segretamente innamorati, sono tutti "rischi", in quanto denotano la spinta a esplorare il mondo al di là di ciò che è conosciuto. I medesimi meccanismi neurobiologici sono alla base di quei comportamenti che preoccupano molto gli adulti.

In generale si sottovaluta che la scarsa disponibilità ad assumersi dei rischi dovrebbe preoccuparci tanto quanto la tendenza ad assumersene troppi. Secondo la *Life History Theory* (Twenge, 2017) la velocità con cui si cresce e si diventa adulti dipende dalle caratteristiche socioculturali del contesto in cui ci sviluppiamo e da quanto tale contesto ci

spinge ad assumerci dei rischi all'interno di una zona di sviluppo prossimale. È possibile che alcune caratteristiche della attuale società del narcisismo, della famiglia affettiva e di una generazione che cresce "senza sbucciature alle ginocchia" (Vegetti Finzi, Battistin, 2000) stia minimizzando la fisiologica spinta dell'adolescenza a mettere in discussione i limiti e, pertanto, a correre dei rischi. Con alcune conseguenze paradossali, come ad esempio la convinzione che porta gli adolescenti a bere meno alcol (comportamento considerato rischioso) ma a farsi molte più canne (percepite come "meno" rischiose degli alcolici) nonché, seguendo lo stesso principio, a considerare la guida sotto l'effetto di marijuana meno pericolosa rispetto al guidare dopo aver bevuto.

Rete, identità, ritiro e sovraesposizione

Il gap generazionale attuale presenta elementi di specificità che nessuna delle generazioni precedenti di adulti si è trovata ad affrontare. Quella di oggi è la prima generazione di adulti che si trova a osservare le trasgressioni adolescenziali a cavallo della diffusione di Internet. Madri e padri che avevano consegnato ai figli i primi cellulari con l'intento di stare più tranquilli, non si aspettavano certo che quegli stessi cellulari sarebbero stati utilizzati dai figli per riprendere le proprie spericolate gesta o per trasmettere e ricevere contenuti sessuali o violenti. Le nuove tecnologie che da un lato facilitano notevolmente la risoluzione dei compiti evolutivi, dall'altro la rendono sempre più lontana e nascosta dallo sguardo genitoriale, più sconosciuta ed ansiogena (Lancini 2017, Lancini, 2019).

La sensazione è che oggi sia molto facile mettere pericolosamente a rischio il proprio progetto di crescita, la propria salute e la propria vita, sulla base di stimoli incontrati online. Genitori ed insegnanti hanno appreso in cosa consista il *blackout game* dalla tragica esperienza di un ragazzo a cui tale pratica è costata la vita, e quanto estrema possa diventare la tirannia dei like e dei selfie dall'eventualità che sia stato per questo che un altro adolescente sia precipitato nel vuoto da un'altezza mortale. La stessa Netflix, la celebre piattaforma online, è dovuta intervenire con un comunicato ufficiale rispetto alla cosiddetta *Bird Box Challenge* (così denominata a fronte di un film realizzato proprio da Netflix, *Bird Box*), che consiste nel muoversi in ambienti esterni e non sicuri completamente bendati, con tutti i rischi che ne derivano (Di Lorenzo, 2019).

Preoccupano molto questi rischi nuovi, strani, incomprensibili specie se veicolati dal virtuale. Forse richiamando alla mente la propria adolescenza, gli adulti sono abituati a considerare fisiologici i rischi che un adolescente corre per sfidare il mondo adulto, per affermare la propria identità, e con difficoltà anche i pericoli che corre per mettere alla prova un corpo che è a sua disposizione molto di più di quanto non lo fosse nell'infanzia. Di tutti

questi rischi si sente un'enorme mancanza, mentre rimaniamo sgomenti ed attoniti di fronte a gesti estremi compiuti all'unico e solo fine di essere popolari. Meglio ferirsi, ammaccarsi, persino uccidersi ma essere popolari, piuttosto che sani, intonsi, cresciuti e maturati ma dolorosamente sconosciuti e silenziosamente invisibili (Lancini, 2017).

Dato che molti dei conflitti sottostanti alla messa in atto di comportamenti trasgressivi o a rischio riguardano la percezione di un valore personale e di reputazione sociale, è importante chiedersi quale sia il ruolo di internet nel facilitare (o complicare) il delicato compito di costruzione di un'identità personale durante l'adolescenza. Internet rappresenta un mondo troppo attraente per poter essere ignorato. Strumenti sempre più sofisticati con una forza attrattiva sempre maggiore si rivolgono a soddisfare desideri e bisogni di una generazione di adolescenti alle prese con un infinito complesso di Tantalo, l'esposizione perenne ad oggetti desiderati che appaiono alla portata di un semplice gesto e che in realtà risultano per l'eternità irraggiungibili o non godibili (Bernfeld, 1931).

È ormai certo che le nuove tecnologie siano utilizzate dagli adolescenti come spazi psichici allargati (Jeammet, 2008) in cui sperimentare parti di sé ed istanze interne. Di fronte a tali intrecci tra Rete e sperimentazione identitaria è importante per gli adulti mantenere la capacità di aggiustare la rappresentazione di sé che un adolescente mostra sulla rete. Ciascun adolescente si posiziona per ragioni che hanno a che fare con la propria storia e con i propri obiettivi evolutivi in una dialettica tra "drammatizzazione" ed "omogeneizzazione" nel momento in cui si presenta al mondo attraverso i social. Tant'è che possiamo definire l'identità in rete come "drammautentica" (Wittkower, 2014).

La complessità delle influenze che la rete ha sullo sviluppo identitario e sociale di un adolescente comporta la necessità di chiarire alcuni equivoci di fondo. Troppo spesso infatti si cede alla lusinga delle spiegazioni semplicistiche come ad esempio la convinzione che internet "renda dipendenti", "aumenti l'aggressività" oppure "faciliti una sessualità precoce e non adeguata". Rispetto alla dipendenza da internet, alcuni anni fa il Minotauro ha condotto una ricerca su circa 1500 adolescenti delle scuole superiori con l'obiettivo di individuare i ragazzi a rischio di sviluppare una dipendenza dalla rete: è emerso che soltanto nel 2% dei casi gli adolescenti hanno un uso di internet talmente smodato da associarsi a profondi livelli di malessere psicologico, ma per un preoccupante 52% gli strumenti diagnostici a disposizione all'epoca sottolineavano una spiccata propensione al rischio di dipendenza, tanto da portare gli autori dello studio a domandarsi se si fosse di fronte ad una vera e propria epidemia o ad una nuova normalità da approfondire e cercare di comprendere (Di Lorenzo, Lancini, Suttora, Zanella, 2013).

Quando i membri di una generazione cresciuta nella rete non utilizzano gli strumenti

tecnologici in modo adattivo bensì come strumento di espressione di un malessere o di una crisi evolutiva, possiamo trovarci di fronte a due principali fenomeni. Da un lato abbiamo i ritirati sociali, adolescenti che hanno accolto in tutto e per tutto la rivoluzione digitale e hanno creato universi espressivi in cui si rifugiano in occasione di gravi crisi evolutive, in una sorta di autoricovero che esprime sia il dolore sia un tentativo di risolverlo. I “ritirati sociali” rappresentano forse la più significativa manifestazione del disagio giovanile odierno (Lancini 2019).

Dall'altra parte vi sono gli adolescenti che iper-investono nella rete, ma in modo molto differente: sono i “sovraesposti sociali”, ragazzi e ragazze che mettono in scena la propria fragilità narcisistica mediante agiti virtuali: condotte di sexting, ovvero quelle forme di agito in cui esibiscono parti del proprio corpo nudo in rete, attraverso fotografie e filmati; forme di cyberbullismo, in cui l'atto di deridere, minacciare, svergognare l'altro in rete senza esporsi direttamente, ha lo scopo di esternalizzare le proprie fragilità, agendole virtualmente sui coetanei che si trovano poi a subirne le conseguenze anche nel mondo reale; istigazioni a gesti rischiosi o autolesivi, diffusione di informazioni sul consumo di sostanze e/o su come procurarsele. Il palcoscenico online offre agli adolescenti molte opportunità da questo punto di vista. Ritirati sociali e sovraesposti sociali rappresentano inoltre due iniziali tentativi di classificazione di un complesso fenomeno dove sono molte le aree di sovrapposizione e gli intrecci tra queste due modalità di iper-investimento nella rete.

Senza dimenticare che gli ambienti online hanno la capacità di plasmare il comportamento sia in chiave positiva sia in termini negativi, e che il problema non è tanto il singolo social network o l'insieme di queste piattaforme, bensì il costante bisogno di conferme esterne (Holt, 2010) e l'incolmabile bisogno di ammirazione (Pietropolli Charmet, 2018), possiamo domandarci quanto la rete stia influenzando la fragilità narcisistica della generazione dei cosiddetti *Millennials* e dei successivi *IGen*, termine con cui Twenge (2017) descrive i ragazzi che definiamo Nativi Digitali; che ruolo abbia nella messa in atto di veri e propri agiti virtuali dalle conseguenze reali e, soprattutto, come intervenire.

Comportamenti trasgressivi e antisociali nella rete

Possiamo pensare a due modalità di interazione tra mondo online e comportamenti trasgressivi ed antisociali. Un primo tema riguarda l'ipotesi che la Rete aumenti i livelli di aggressività (e indirettamente di violenza) degli adolescenti. Un secondo punto riguarda i comportamenti trasgressivi ed antisociali commessi direttamente online e che, spesso al di là della consapevolezza degli adolescenti stessi, hanno risvolti per sé e per gli altri tremendamente reali.

La rete è un luogo frustrante che ci rende più inclini a reagire con rabbia quando qualcosa ci infastidisce? Non lo si può escludere. Finestre pop-up, aggiornamenti software che si avviano prima che si sia riusciti a fare alcunché a riguardo, segnali Wi-Fi che misteriosamente scompaiono nei momenti meno opportuni, il blocco irreversibile di un qualsiasi programma di elaborazione testi o di calcolo prima di aver salvato e concluso un lavoro, e così via.

La comunicazione virtuale scritta inoltre si presta a notevoli fraintendimenti, mancando gli indizi e i dati che l'evoluzione ci ha consegnato per consentirci di comprendere la tonalità emotiva delle comunicazioni interpersonali. Senza le le emoticon a cui siamo ormai tutti abituati, l'ironia all'interno di uno scambio virtuale sarebbe rapidamente percepita come aggressività ed ostilità.

Sarebbe inoltre interessante approfondire il tema del riconoscimento e dell'attivazione dei neuroni a specchio, i meccanismi alla base dell'empatia e della sintonizzazione emotiva con gli stati interni dell'altro, durante le videochiamate su Skype o su FaceTime, dove spesso ci si dimentica che per dare all'altra persona la percezione che lo stiamo guardando negli occhi non dobbiamo tenere lo sguardo su di lui bensì direzionarlo verso la webcam da cui siamo ripresi. Se consideriamo la mancanza di empatia come effetto di un senso di mancanza di valore e di riconoscimento sociale (Maggiolini, 2014) quale sia l'influenza dello specifico delle comunicazioni online o delle visualizzazioni di filmati sulla rete sull'attivazione o sulla disattivazione delle capacità empatiche è un quesito importante che andrebbe sicuramente approfondito a livello di ricerca.

Vi sono poi alcune caratteristiche della rete che possono facilitare la messa in atto di comportamenti aggressivi. Una su tutte la percezione di anonimato, che porta chiunque anche nella vita reale a mettere in atto comportamenti più aggressivi del consueto poiché non frenati dal timore di essere riconosciuti e pertanto di sperimentare una intensa vergogna sociale. Vera o presunta che sia, la percezione di anonimato è un potente elemento della rete che può favorire l'aggressività, dal momento che la maggior parte delle persone si comporta in modo più disinibito se è convinta che non sia possibile risalire alla loro identità, attraverso un fenomeno definito di disinibizione tossica. Ma anche la possibilità di amplificare la portata narcisistica delle proprie azioni dal momento che online gli spettatori delle nostre esibizioni sono potenzialmente infiniti.

Sul tema della deresponsabilizzazione, sarebbe molto semplice vedere nella rete un ottimo contesto in cui possano dispiegarsi tutti i meccanismi disimpegno morale di cui parla Albert Bandura (Bandura, Mazzeo, 2017) anche se in realtà da alcune ricerche sembrerebbe che online vi sia una specie di ribaltamento della comune dinamica di

diffusione della responsabilità tale per cui il numero degli spettatori di un evento reale in cui qualcuno ha bisogno di aiuto influenza la probabilità che la persona in difficoltà lo riceva perché con l'aumentare della dimensione del gruppo ogni individuo avverte meno la responsabilità personale di fornire aiuto poiché è convinto che ci sia qualcun altro nei paraggi pronto a farlo. Anche la permanenza dei contenuti online è un elemento importante rispetto a questo tema: nella vita reale le cose accadono e, se non vengono reiterate, spesso i ricordi con il tempo si stemperano. Online le azioni sono permanenti, il numero di visualizzazioni o di like può rappresentare in alcuni casi un vero e proprio riattivatore traumatico se ad essere stata ripresa è una scena in cui ci siamo sentiti umiliati o messi in imbarazzo. Infine, non si può non sottolineare la forza dei contenuti che presenti sulla rete: una foto vale più di mille parole, un audio ne vale un milione, un video anche miliardi.

È evidente che prima dell'era di internet alcune cose esistevano già: le frasi offensive rivolte ai professori nei bagni di un liceo, le rabbiose lettere anonime lasciate nella casella della posta, le dicerie e le svalutazioni di comportamenti ritenuti inappropriati dal gruppo culturale di appartenenza, e così via. Come cantava De André, «una notizia un po' originale, non ha bisogno di alcun giornale. Come una freccia dall'arco scocca, vola veloce di bocca in bocca» Quello che è nuovo ed attuale è la possibilità di fare tutto questo da casa, esibendosi su un palcoscenico aperto 365 giorni l'anno.

L'esposizione online a determinati comportamenti aumenta la probabilità, per via dei meccanismi di apprendimento imitativo, che vengano poi messi in capo in prima persona. Uso di sostanze psicoattive, di alcol, pratiche alimentari restrittive, comportamenti autolesivi ed azzardi pericolosi, sono tutti esempi di comportamenti che un adolescente può osservare navigando online e che può poi sentire il desiderio di riprodurre ed imitare.

Non vanno però tratte conclusioni affrettate rispetto al ruolo di internet nel rendere più frequenti, o più intesi, i comportamenti rischiosi in adolescenza. Per quanto riguarda ad esempio la correlazione tra uso di videogiochi (violenti e non) ed aggressività, l'American Psychological Association (2015) ha recentemente sintetizzato le ricerche sul tema, sottolineando come sia sempre rischioso porre nessi di causa – effetto in fenomeni così complessi e come nello specifico vi siano correlazioni modeste se non inesistenti tra uso di videogame, aumento dell'aggressività e violenza.

È importante porsi le giuste domande quando si affronta il tema dell'uso della Rete in adolescenza. L'interrogativo a cui bisogna dare una risposta non è se un ragazzo possa o meno mettere in atto comportamenti trasgressivi online, poiché può farlo nella rete esattamente come può farlo a casa, a scuola, al parco o in qualsiasi altro spazio in cui dispiega comportamenti di esplorazione e di ricerca del limite. La giusta domanda è: la

Rete sta aumentando la frequenza di comportamenti trasgressivi in adolescenza? Similmente, l'interrogativo non è se un ragazzino delle medie possa essere o meno bullizzato online, sappiamo già che purtroppo questo accade. La giusta domanda è: la Rete sta amplificando o peggiorando i comportamenti prepotenti e violenti? Ciò che dobbiamo comprendere non è se un adolescente possa accedere o meno a contenuti sessuali online, bensì se la rete stia interferendo negativamente sul processo di scoperta della propria sessualità degli adolescenti o se sta mettendo in pericolo il loro sviluppo affettivo.

In altre parole, è importante riconoscere che ad oggi l'accusa mossa alla rete di fungere da amplificatore della trasgressività e della dirompenza adolescenziale è un'ipotesi, non un dato di fatto né una certezza.

Se internet avesse un indubbio ed oggettivo effetto di slatentizzazione di comportamenti trasgressivi e violenti non si spiegherebbe come mai in alcuni paesi dove l'uso della rete è un elemento critico e di preoccupazione, come ad esempio lo stesso Giappone da cui proviene il termine Hikikomori, i tassi di criminalità, ed in particolare dei reati violenti, siano bassissimi.

L'European Crime Prevention Network (EUCPN) ha di recente pubblicato i risultati di una ricerca condotta a livello internazionale intitolata *Declining juvenile crime – explanations for the international downturn* (Diminuzione dei reati giovanili. I motivi di un calo internazionale; Berghuis, De Waard, 2017). I risultati di questo studio mostrano come i reati minorili a livello internazionale siano significativamente diminuiti nel corso dell'ultimo decennio e ad esempio in Olanda mostrino una diminuzione del 50% tra gli adolescenti di età compresa tra i 14 e i 15 anni e del 65% tra i preadolescenti di 12-13 anni. Cercando di interpretare tale dato, gli autori della ricerca sostengono che internet potrebbe sì avere un'influenza sui comportamenti antisociali, ma di segno opposto a quanto ci si potrebbe immaginare. Una volta tenute sotto controllo una serie di variabili socio-anagrafiche, economiche e culturali, l'aspetto che spiega maggiormente la diminuzione dei reati minorili è la diffusione di internet, smartphone e giochi online.

La rete ha un importante ruolo nel ridurre la noia e la mancanza di stimoli che spesso pervadono gli adolescenti nei loro lunghi pomeriggi trascorsi dopo aver assolto più o meno contro voglia il mandato scolastico. Molti comportamenti antisociali sono tentativi disfunzionali dal significato antidepressivo e vitale, di ricercare eccitazione, curiosità e legame tra pari. Che tale ricerca di stimoli venga effettuata tra le sicure mura di casa anziché per strada o al parco può certamente preoccupare per molte ragioni, ma è coerente con il dato emerso dalla ricerca dell'EUCPN. La rete consente un'esplorazione più "sicura" rispetto a quella nella vita reale.

Quando un adolescente esplora il mondo, specie se in gruppo, i suoi processi decisionali si basano su motivazioni assertivo-competitive, di rango o di avversione. Sulla rete si attivano le medesime logiche, ma non è difficile immaginare che schivare un treno in corsa all'interno di un videogame sia meno rischioso rispetto al decidere scelleratamente di farlo nel mondo reale. Si parla molto spesso di Deep Web, il lato oscuro di internet, con un senso di allarme per i contenuti di un mondo online privo di filtri dove un adolescente può ritrovarsi esposto a contenuti difficilmente elaborabili e mentalizzabili. Rischio decisamente reale, ma di nuovo è importante non lasciarsi tentare da paragoni indebiti. Il Deep Web non va paragonato al centro di una qualsiasi cittadina, bensì al quartiere degradato e pericoloso di una città dove neppure le forze dell'ordine entrano se non con i rinforzi.

Immaginiamo un adolescente da solo in un quartiere a rischio o in un bosco dove da sempre si sa che si ritrovano persone con problemi di consumo di oppiacei o altre sostanze pesanti, e confrontiamolo con un suo pari che entra nel Deep Web nella sua cameretta, alla ricerca di filmati sicuramente non edificanti quali quelli trucidanti e tremendi delle decapitazioni da parte dei militanti di gruppi terroristici. Per quale dei due siamo maggiormente preoccupati?

Lo studio dell'EUCPN non affronta due ulteriori spunti di approfondimento, che rendono ancora più complesso il discorso su questi temi. Se infatti è vero che i comportamenti aggressivi etero-diretti sono in diminuzione, lo è altrettanto che i comportamenti aggressivi auto-diretti siano al contrario in aumento. Questo potrebbe significare che le istanze aggressive manifestate attraverso la "classica" tendenza esternalizzante dell'adolescenza, non siano in realtà del tutto stemperate o mitigate dalla rete, bensì che siano trasformate in aggressività rivolta verso il Sé, anche a causa delle influenze dell'uso dei Social Network sul tono dell'umore (Twenge, 2017). Infine, lo sguardo adulto ha ancora poche griglie concettuali ed operative per intercettare tutta una serie di agiti commessi online dagli adolescenti in un modo paragonabile a quanto si faccia regolarmente nella realtà. Non possiamo escludere che tra qualche tempo ci si possa rendere conto di come in realtà i reati minorili non siano unicamente diminuiti, bensì in parte si siano spostati dal reale al virtuale.

Agiti virtuali, responsabilità reali.

Tra le azioni commesse online che portano più frequentemente a conseguenze nella vita reale ritroviamo il cyberbullismo, il sexting, la compravendita di sostanze illegali e psicoattive e per fortuna rari casi di istigazione al suicidio.

Cyberbullismo: le definizioni di questo fenomeno variano ampiamente, e questo è il

motivo per cui le ricerche sinora condotte mostrano un'ampia variabilità nei suoi tassi di incidenza. Vi rientrano tutta una serie di comportamenti che potrebbero di per sé rappresentare capi di imputazione penale: minacce, stalking, procurato allarme, etc. Per il resto l'unico aspetto su cui tutte le definizioni convergono è che il cyberbullismo è un fenomeno messo in atto tramite le nuove tecnologie ricalca alcuni aspetti, ma non tutti, del bullismo tradizionale. Vi è un notevole gap tra una conoscenza "teorica" del fenomeno e la capacità adulta di intercettarlo nel concreto: l'89% dei genitori si dichiara al corrente dell'esistenza del cyberbullismo, ma un equivalente 90% di essi non saprebbe dire con certezza se i suoi figli ne siano stati o siano tuttora vittime o autori (Wong-Lo, Bullock, 2011). Rispetto al bullismo tradizionale, avviene più frequentemente al di fuori del contesto scolastico, non presenta le differenze di genere che da sempre caratterizzano i comportamenti trasgressivi e vessatori, in alcuni casi favorisce un ribaltamento della dinamica tra forti e deboli, attraverso il cosiddetto *Turning Table*, tale per cui la rete diventa il contesto in cui un adolescente fisicamente vessato nel mondo reale agisce attraverso la sua expertise informatica azioni di dominanza nei confronti di chi lo ha perseguitato. Un'altra importante differenza rispetto al bullismo tradizionale riguarda il ruolo dei presenti, degli "astanti". Nel caso di bullismo tradizionale un ragazzo vittima di gesti prevaricatori percepisce intorno a sé un numero più o meno ampio ma comunque finito di persone che possono a seconda del loro ruolo dividersi tra suoi "aiutanti" da un lato e "complici" del bullo dall'altro. Nella mente dell'adolescente vi sono poi una serie di figure adulte (genitori, insegnanti, personale scolastico), raggiungibili o meno, affidabili o meno, che a livello simbolico potrebbero rappresentare interlocutori adeguati ad ascoltare cosa stia succedendo e ad intervenire di conseguenza. Nel bullismo online gli astanti sono potenzialmente infiniti, poiché non si ha modo di sapere a quante persone sarà permesso di accedere al materiale umiliante e denigratorio e nella mente dei ragazzi non vi è una funzione di aiuto: anche volendolo fare, difficilmente sanno a chi rivolgersi, consapevoli che per molti adulti il mondo virtuale è qualcosa che suscita poco interesse se non indifferenza. Vi è poi la questione dell'anonimato: nel bullismo online una vittima può non sapere chi sia l'artefice delle vessazioni nei suoi confronti perché, al di là dello schermo di uno smartphone o di un tablet potrebbe effettivamente esserci chiunque. Il che può alimentare nei ragazzi il timore di non potersi più fidare di nessuno. Se viene pubblicato anonimamente un contenuto online relativo ad un segreto intimo di una ragazza che conoscono soltanto lei e pochi amici intimi, questa ragazza ha due scenari di fronte, entrambi non piacevoli: pensare che qualcun altro, chiunque altro, ne sia venuto a conoscenza o, peggio ancora, che uno dei suoi intimi amici abbia voluto danneggiarla o metterla in imbarazzo.

Sexting: con questo termine si indica l'uso delle nuove tecnologie, soprattutto di Instant Messaging, per scambiare materiale erotico o esplicitamente sessuale. È un tema delicato poiché se si prendesse alla lettera la normativa che regola tali comportamenti, un qualsiasi 17enne che all'interno di una relazione sentimentale "duratura" con una sua coetanea, decidesse di inviarle tramite Whatsapp delle foto di nudo ricevendone a sua volta, da un lato rientrerebbe in quel 20% di adolescenti che secondo alcuni studi riporta di aver distribuito foto di sé intime o con elementi di nudità, dall'altro sarebbe accusabile insieme alla sua fidanzata di detenzione e cessione di materiale pedo-pornografico. Le stime ufficiali di questo fenomeno sono in realtà più conservative e nei paesi europei la percentuale di adolescenti che condividono materiale sessuale online si aggira sul 4% (Podlas, 2011). Molti ragazzi e ragazze ammettono di aver mandato al proprio partner contenuti sessuali espliciti per "divertimento o per flirtare". Quando questi comportamenti si sviluppano all'interno di una dinamica di attrazione reciproca o di avvicinamento amoroso, le motivazioni sottostanti riguardano principalmente il voler essere sexy, cercare attenzione da parte del partner, il volersi divertire. In percentuale inferiore sono le pressioni da parte degli amici o del partner stesso a portare un adolescente ad inviare tali contenuti. Vi sono poi casi in cui il sexting ed il bullismo online si intrecciano, come può capitare nel caso di un contenuto sessuale, reale o meno che sia, inviato senza il consenso e di cui si perde completamente il controllo a livello della sua diffusione. Questi casi, più gravi e sicuramente più traumatici per le vittime di queste vessazioni, rappresentano una fonte di umiliazione e di vergogna sociale spesso intollerabile per gli adolescenti. Le ragazze sono più a rischio dei maschi poiché, nonostante notevoli cambiamenti culturali rispetto alla parità tra sessi, permane un doppio standard nella valutazione dei comportamenti sessuali e soprattutto le adolescenti rischiano di andare incontro ad importanti ripercussioni sulla loro reputazione sociale, con l'attivazione di dinamiche di esclusione dal gruppo, etichettamento e giudizio. Vale la pena di chiedersi se oltre ad aver creato il fenomeno del sexting, la rete stia rendendo più sessualizzati i ragazzi. Molti adulti pensano di sì, i dati provenienti dalle ricerche empiriche sostengono una visione differente. Negli ultimi 20 anni sono diminuite molto le gravidanze prima dei 15-17 anni (-43%), meno adolescenti hanno partner multipli prima di arrivare ad un'autonomia personale (-26%) e debutano sessualmente prima delle scuole superiori (-19%; CDC, 2016). Siamo convinti che i giovani di oggi abbiano una sessualità fuori controllo, precoce e priva di risvolti affettivi e sentimentali, e tendiamo a vedere nell'emergere di tutta una serie di App finalizzate a facilitare gli incontri interpersonali l'origine di questo problema. In realtà, la percentuale di adolescenti che durante le scuole dell'obbligo si astengono da comportamenti sessuali è cresciuta dal 46%

al 59% nel corso degli ultimi 25 anni, dal 1991 al 2015 (Eaton, Lowry, Brener, Kann, Romero, Wechsler, 2011). I *Millennials* e i Nativi Digitali hanno meno partner sessuali da adulti se comparati con le generazioni precedenti di adolescenti. Che sorprenda o meno, i Millennials sono meno attivi sessualmente sia da adolescenti sia da adulti rispetto ai loro equivalenti di generazioni passate (CDC, 2016).

Droghe e sostanze psicoattive: uno dei maggiori punti di contatto tra l'uso della rete ed i comportamenti trasgressivi riguarda gli intrecci tra le nuove tecnologie e l'uso di sostanze. Tanto che alcuni autori parlano esplicitamente di *Real drugs in a virtual World* (Murguia, 2007). Se si studiano le presentazioni di sé che adolescenti e giovani adulti fanno attraverso i social network è molto semplice rendersi conto di come la normalizzazione dei comportamenti di consumo di alcolici (e secondariamente di altre sostanze) sia ormai pervasiva. Gli adolescenti spesso si presentano "fatti" o "ubriachi" nei loro profili personali, gli studenti universitari postano con frequenza contenuti in cui il loro interesse sembra essere quello di mostrarsi capaci di tollerare l'utilizzo di smodate quantità di alcol o di altre droghe, in una sorta di "spazio digitale intossicante" (Griffiths, Casswell, 2010). I social network vengono utilizzati regolarmente per costruire una rappresentazione positiva dei comportamenti rischiosi di assunzione di alcolici, per organizzare eventi che prevedano il consumo di sostanze e spesso portano ad un rinforzo positivo dei comportamenti di abuso, tutto il contrario di quella vergogna sociale che qualsiasi adolescente delle precedenti generazioni ha sperimentato andando a scuola il giorno dopo la sua prima ubriacatura (Hebden et al., 2015). I giovani usano la rete come fonte di informazione rispetto alle sostanze, legali o non, il che rende l'avvicinamento a questi temi qualcosa di riservato e di intimo: non si trovano informazioni sulla *Blue Mystic* (una particolare varietà di cannabis) nel mercato reale, mentre il web è pieno di forum e di pareri a riguardo (Nielsen, Barrat, 2009). È sempre attraverso i "consigli" della rete che negli ultimi tempi si è assistito al ritorno dell'uso della codeina (presente in qualsiasi sciroppo per la tosse) che a giuste dosi ed unitamente a bevande gasate acquistabili in un qualsiasi supermercato, portano ad un effetto euforico ed eccitante. Non è necessario che questi adolescenti siano in contatto diretto con un loro coetaneo o un adulto esperto nel consumo di sostanze derivate dalla morfina, gli basta accedere ad un qualsiasi motore di ricerca. La rete è inoltre il contesto in cui si entra in contatto con le cosiddette *Novel Psychoactive Substance* (NPS), sostanze vendute sul mercato non per il consumo umano, che hanno effetti che mimano quelli delle droghe più popolari e che spesso non rientrano nelle tabelle di classificazione delle sostanze illegali e possono essere acquistate online (es. il kratom). I primi utilizzatori di NPS erano giovani curiosi di sperimentare, che si descrivevano come utilizzatori intelligenti

e responsabili, ma ultimamente il consumo si è esteso ad adolescenti meno consapevoli dei propri comportamenti di consumo (Measham, 2011). La diffusione di informazioni sulle NPS porta ad un aumento dei cosiddetti *Legal Highs* (termine traducibile con: sballi legalizzati): da un lato si tratta di sostanze che simulano gli effetti delle droghe più conosciute come ecstasy, amfetamine, cannabis e cocaina, queste sostanze vengono, dall'altro non vi sono restrizioni di controllo rispetto al loro utilizzo, non viene richiesta una particolare età per acquistarle online. E ai timorosi occhi dei Nativi Digitali, preoccupati dalle trasgressioni e dai rischi, eliminano la spiacevole necessità di avere a che fare con il mercato illegale "reale", quindi con spacciatori, angoli bui e luoghi più o meno lontani da casa. Inoltre, non rientrando nelle tabelle di classificazione ministeriale delle sostanze illecite, qualora un adolescente le utilizzi, manifesti comportamenti insoliti o sospetti al punto da indurre i suoi genitori a convincerlo/costringerlo a sottoporsi ad un controllo tossicologico, non lasceranno comunque tracce negli esami medici dal momento che gli approfondimenti specialistici non sono finalizzati a cercare tracce di queste molecole, bensì delle droghe più comunemente conosciute (De Luca, 2012).

Che fare?

Nella maggior parte dei casi di fronte a trasgressioni adolescenziali è bene provare a destreggiarsi fra la tendenza a esagerare e quella a minimizzare; quando gli agiti diventano più gravi è fondamentale capirne le motivazioni a livello di bisogni evolutivi (Maggiolini, 2014). La maggior parte dei comportamenti trasgressivi degli adolescenti rappresenta un'anticipazione esasperata ed enfatizzata dei comportamenti che caratterizzano l'adulto. Essi, in altre parole, rappresentano tentativi inadeguati di raggiungere una maturità e un'adulità percepite come ancora irraggiungibili. Spesso la soluzione trasgressiva è una scorciatoia finalizzata a raggiungere un senso di sé dotato di riconoscimento sociale, dal momento che in adolescenza si attivano conflitti relativi al senso del proprio valore. Abbiamo imparato nel corso di anni di lavoro con gli adolescenti trasgressivi che al di sotto di ogni gesto di rottura, violento o appropriativo, si cela, nascosto e inconscio, il tentativo di compensare in modo immaginario e nei fatti fortemente disfunzionale, un blocco nel processo di maturazione (Novelletto, 1986).

È così possibile intravedere, in chi mente in maniera spudorata anche di fronte all'evidenza, un ragazzo che fa fatica a presentarsi per quello che è piuttosto che per ciò che vorrebbe essere; nella ragazza che ruba dei trucchi, l'incapacità a districarsi rispetto a una dipendenza infantile che la costringerebbe a chiedere il denaro necessario per acquistare proprio degli strumenti di accesso simbolico a una femminilità adulta; o ancora,

nell'amico che procura per tutti i membri del gruppo la marijuana, un adolescente che vuole mostrarsi intraprendente agli occhi degli altri, rendendoli dipendenti da sé e al contempo evitando di percepirsi a sua volta dipendente dagli altri, il tutto acquisendo illusoriamente un ruolo più "lavorativo" e imprenditoriale (Di Lorenzo, 2019).

Non possiamo esimerci dall'applicare la medesima logica anche ai comportamenti trasgressivi e a rischio commessi online. Anche se sarebbe molto più semplice lasciarci pervadere dalla *Juvenioia* (Finkelhor, 2011), perdere la capacità di pensare sotto pressione e ritenere che quel comportamento così scellerato o così privo di senso non abbia alcun valore comunicativo, non dica nulla di quello specifico ragazzo o di quella pericolare ragazza, ma sia unicamente il prodotto di una deriva etica e morale slatentizzata dalle mostruosità della Rete. Ed è una responsabilità adulta quella di non cedere alle spiegazioni semplici e alla impossibilità di attribuire un senso al comportamento dell'adolescente.

In letteratura sono presenti sperimentazioni molto più audaci, che non si rivolgono ai comportamenti trasgressivi online al fine di comprendere meglio di cosa abbia bisogno un adolescente, o dove sia bloccato rispetto ai suoi compiti di sviluppo, ma utilizzano la rete stessa come strumento di trattamento psicoterapeutico. Nell'ambito del trattamento dei comportamenti trasgressivi e antisociali in adolescenza, la *GameDesk* di Los Angeles ha sviluppato Dojo, un videogioco che integra concetti e tecniche della terapia cognitivo comportamentale (CBT).

Gli autori di questo gioco partono dal presupposto che un videogame possa trasmettere le medesime conoscenze e le medesime tecniche proposte dalla CBT "pensando di meno" e "facendo di più", dal momento che in adolescenza si impara mettendosi direttamente alla prova e non memorizzando. Dojo integra dei tutorial di rilassamento e tecniche di regolazione emotiva e fa esercitare gli adolescenti su tre emozioni negative particolarmente importanti nei casi di comportamenti trasgressivi e antisociali: la paura (*Fear*), la frustrazione (*Frustration*) e la rabbia (*Anger*). Facendo un esempio il livello Fear prevede che un adolescente segua un breve tutorial di tecniche di respirazione profonda prima di entrare in un livello del videogame, dove, da una soggettiva in prima persona si ritrova in un labirinto lugubre e contorto dove bisogna scappare da uno spirito maligno che lo insegue. Collegato alla piattaforma da strumenti di rilevazione del battito cardiaco, il nostro adolescente riesce a scappare dallo spettro fintanto che le sue pulsazioni cardiache (che se si alzano, indicano paura), rimangono basse. Al di là delle possibili e comprensibili critiche ad un intervento simile, è interessante che Dojo sia stato utilizzato, e validato, su un campione di adolescenti antisociali inseriti in comunità (Shuurmans, Nijhof, Varmaes, Engels, Granic, 2015).

Un articolo simile pubblicato recentemente dalla rivista *Games for Health Journal* propone un videogioco, *Recovery Ninja*, che faciliterebbe il mantenimento dell'astinenza in persone affette da dipendenza da oppiacei (Abroms, Leavitt, van Aistyne et al., 2015).

Internet è in realtà utilizzato già da tempo negli interventi riabilitativi in caso di disturbi psicotici dal momento che facilita la messa in campo di interventi di psicoeducazione, di monitoraggio farmacologico, di organizzazione delle attività quotidiane e così via (Alvarez-Jimenez, Gleeson, Bendall, Lederman, Wadley, Killackey, McGorry, 2012). Più di recente, sono stati proposti interventi online per diversi approcci terapeutici manualizzati, tra cui la Terapia Dialettico-Comportamentale, la Mindfulness ed il Parent Training, tutti ampiamente utilizzati nel trattamento dei disturbi del comportamento in adolescenza (Swales, 2019; Mak, Chio, Chan, Lui, Wu, 2017; Baumel, Pawar, Mathur, Kane, Carrell, 2017).

Conclusioni

I fenomeni descritti in questo articolo non devono essere presi a conferma dello stereotipo che spesso accompagna l'adolescenza, percepita come fase di grande confusione e disorientamento. Sarebbe un modo come un altro per far vincere la *Juvenioia* (Finkelhor, 2011), dal momento che ad essere confusi spesso non sono coloro che la attraversano, bensì gli adulti intorno a loro. Le recenti ricerche neuroscientifiche ci aiutano a pensare all'adolescenza in modo diverso, come ad un'epoca di opportunità. Sino a non molto tempo fa, si riteneva che il cervello umano alla fine dell'infanzia fosse pervenuto ad un termine nel suo sviluppo, e che fossero centrali e determinanti i primi tre anni di vita, data la rilevanza che le esperienze fatte in questa finestra temporale, positive o negative che siano, hanno nell'influenzare in modo notevole e duraturo lo sviluppo dell'individuo. Se pensiamo a quanto si è investito a livello di sforzi di comprensione, ricerca, interventi di prevenzione e di intervento per avere sempre più relative certezze rispetto a cosa fare e a cosa non fare per facilitare la crescita di un bambino dalla nascita fino al compimento dei suoi tre anni, abbiamo un indicatore molto diretto di quanto siano stati presi sul serio queste conoscenze sullo sviluppo neonatale. Più recente, e meno diffusa, è la scoperta altrettanto affascinante che nel corso del ciclo di vita vi sia una seconda, ed ultima, finestra temporale dove l'organismo umano è così malleabile dalle esperienze come lo è nei primi tre anni, e questo periodo è l'adolescenza. Queste recenti scoperte ha modificato molto l'opinione che non ci fosse nessun'altra fase della vita paragonabile ai primi anni a livello di potenzialità di impatto delle esperienze sullo sviluppo e sulla crescita.

Da qui, l'imprescindibile indicazione di considerare questo periodo come fonte di occasioni, e non unicamente di rischi. Come ci ricorda Steinberg (2008): «Niente – che si

tratti di stare con gli amici, fare sesso, leccare un cono gelato, girovagare in macchina in una calda sera d'estate, ascoltare la tua canzone preferita – potrà mai essere così bello come quando eri adolescente. E questo spiega perché fanno così tante stupidaggini. Non è per la loro incapacità di valutare il pericolo. È solo che i potenziali benefici sembrano – e dal punto di vista neurologico, sinceramente, lo sono – molto, molto più grandi. L'idea che gli adolescenti corrano rischi perché non conoscono niente di meglio, è ridicola ».

Tutto questo porta ad una conclusione molto semplice: se inseriti in contesti in cui possono fare esperienze positive e favorevoli, gli adolescenti possono esserne temprati e forgiati; viceversa se esposti a contesti dannosi, soffriranno in modo profondo. Le esperienze che gli adolescenti vivono sono infatti codificate in ricordi molto profondi, dettagliati e, talvolta, irrimovibili. Rispetto a questo, iniziano ad accumularsi dati di ricerca che consentono di capire meglio se sia nata prima l'infelicità e la sofferenza, oppure l'utilizzo dei social network. In particolare, sembrerebbe che il tempo trascorso davanti ad uno schermo si associ ad una maggiore infelicità, ma che non sia vero il contrario: essere scontenti o tristi non porta ad un maggior uso dei social network. Sembrerebbe quindi esserci una relazione diretta tra uso di internet e vissuti di solitudine e di esclusione (Twenge, 2017).

Se di fronte a questo il mondo adulto reagisce convincendosi che la rete ed i social network siano la fonte di ogni problematica, rischia di perdere di vista il significato comunicativo dei gesti reali o virtuali che siano. È importante di fronte a comportamenti a rischio, antisociali o sessualizzati online, non perdere la capacità di pensare sotto pressione. Dobbiamo migliorare la nostra capacità, come adulti, di volgere la rete al servizio dell'obiettivo di aiutare gli adolescenti a sviluppare un maggiore senso di responsabilità. Internet è un mondo, è qualcosa di inevitabile, provare ad usarne le risorse per rinforzare il senso di padronanza e di agenticità degli adolescenti è una responsabilità che non può che essere degli adulti.

Bibliografia

Abroms L.C., Leavitt L.E., Van Aistyne J.M. et al. (2015). "A Motion Videogame for Opioid Relapse Prevention". *Games for Health Journal*, 4, 6, 494-501.

Alvarez-Jimenez M., Gleeson J.F., Bendall S., Lederman R., Wadley G., Killackey E., McGorry P.D. (2012). Internet-Based Interventions for Psychosis: A Sneak-Peek into the Future. *Psychiatric Clinics of North America*, 35, 735–747.

American Psychological Association, Task Force on Violent Media. (2015). *Technical report on the review of the violent video game literature*. Washington, DC: Author.

Bandura A., Mazzeo R. (2017). *Disimpegno morale. Come facciamo del male continuando a vivere bene*. Erickson, Trento.

Baumel A., Pawar A., Mathur N., Kane, J.M., Correll C.U. (2017). "Technology-Assisted Parent Training Programs for Children and Adolescents With Disruptive Behaviors: A Systematic Review". *Journal of Clinical Psychiatry*, 78(8), 957-969.

Berghuis B., De Waard J. (2017). Declining juvenile crime – explanations for the international downturn (Originally published in Dutch under the title "Verdampende jeugdcriminaliteit: Verklaringen van de internationale daling"), *Justitiële Verkenningen*, vol. 43, no. 1, March 2017.

Bernfeld S (1931). "Die Tantalussituation. Bemerkungen zum kriminellen Über-Ich". *Imago*, 17, 252-267. Tr. fr. (2012) "La situation de Tantale", *Le Coq-Héron*, 210, 52-63.

Centers for Disease Control. (2016). *Trends in the prevalence of sexual behavior and HIV testing. National YRBS: 1991–2015*.
www.cdc.gov/healthyyouth/data/yrbs/pdf/2015/ss6506_updated.pdf. Accessed 5 July 2016.

Deluca P., Davey Z., Corazza O., Di Furia L., Farre M., Flesland L. H., et al. . (2012). "Identifying emerging trends in recreational drug use; outcomes from the Psychonaut Web Mapping Project". *Progress in Neuro-Psychopharmacology & Biological Psychiatry*, 39, 221–226.

Di Lorenzo (2019). "Rischi e trasgressioni in adolescenza". *Psicologia contemporanea*, 1, 2019.

Di Lorenzo M., Lancini M., Suttora C., Zanella T. (2013). "La dipendenza da internet in adolescenza tra normalità e psicopatologia. Uno studio italiano". *Psichiatria & Psicoterapia*, 32, 2, 293-306.

Eaton D. K., Lowry R., Brener N. D., Kann L., Romero L., & Wechsler, H. (2011). "Trends in human immunodeficiency virus– and sexually transmitted disease–related risk behaviors among US high school students, 1991–2009". *American Journal of Preventive Medicine*, 40, 427–433.

Finkelhor D. (2011). *The Internet, Youth Safety and the Problem of "Juvenoa"*. University of New Hampshire, Crimes against Children Research Center

Griffiths R., Casswell S. (2010). "Intoxicogenic digital spaces? Youth, social Networking sites and alcohol marketing", *Drug and Alcohol Review*, 29, 5.

Hebden R., Lyons A.C., Goodwin I., McCreanor T. (2015). "“When You Add Alcohol, It Gets That Much Better”: University Students, Alcohol Consumption, and Online Drinking Cultures", *Journal of Drug Issues*, 45(2).

Holt T.J. (2010). "Examining the role of technology in the formation of deviant

subcultures". *Social Science Computer Review*, 28, 466-481.

Jeammet P. (2008), *Adulti senza riserva*, Raffaello Cortina, Milano.

Lancini M. (2017), *Abbiamo bisogno di genitori autorevoli. Aiutare gli adolescenti a diventare adulti*. Mondadori Libri, Milano.

Lancini M. (2019). *Il ritiro sociale negli adolescenti. La solitudine di una generazione iperconnessa*. Milano, Raffaello Cortina.

Lancini M., Turuani L. (2009). *Sempre in contatto. Relazioni virtuali in adolescenza*. Franco Angeli, Milano.

Maggiolini A. (2014). *Senza paura, senza pietà. Valutazione e trattamento degli adolescenti antisociali*. Raffaello Cortina, Milano.

Maggiolini A. (2017), *Psicopatologia del ciclo di vita*. Franco Angeli, Milano.

Mak W., Chio F., Chan A., Lui W., Wu E. (2017). "The Efficacy of Internet-Based Mindfulness Training and Cognitive-Behavioral Training With Telephone Support in the Enhancement of Mental Health Among College Students and Young Working Adults: Randomized Controlled Trial". *Journal of Medical Internet Research*, 19(3): e84.

Measham F., Wood D., Dargan P., Moore K. (2011), "The rise in legal highs: prevalence and patterns in the use of illegal drugs and first and second generation 'legal highs' in south London gay dance clubs", *Journal of Substance Use*, 16, 4, 263-272.

Murguia E. (2007). *Real Drugs in a Virtual World. Drug Discourse and Community online*. Lexington Books, New York.

Nielsen S., Barratt M.J. (2009), "Prescription drug misuse: is technology friend or foe?", *Drug and Alcohol Review*, 28, 1, 81-86.

Novelletto A. (1986) "Criminalità minorile e Fantasia di Recupero Maturativo". In *Psichiatria psicoanalitica dell'adolescenza*, Roma: Borla.

Pellizzari G. (2010). *La seconda nascita. Fenomenologia dell'adolescenza*. Franco Angeli, Milano.

Pietropolli Charmet G. (2018). *L'insostenibile bisogno di ammirazione*. Laterza, Milano.

Podlas, K. (2011). "The 'legal epidemiology' of the teen sexting epidemic: How the media influenced a legislative outbreak", *Pittsburgh Journal of Technology Law and Policy*, 12, 1-48.

Schuurmans A.A., Nijhof K.S., Vermaes I.P., Engels R.C., Granic I. (2015). "A Pilot Study Evaluating "Dojo," a Videogame Intervention for Youths with Externalizing and Anxiety Problems". *Games for Health Journal*, 4, 5, 401-408.

Steinberg L. (2014). *Adolescenti. L'età delle opportunità*. Codice edizioni, Torino 2015.

Swales M.A. (2019). *The Oxford Handbook of Dialectical Behaviour Therapy*. Oxford

University Press, Oxford.

Twenge J.M. (2017). *Iperconnessi. Perché i ragazzi oggi crescono meno ribelli, più tolleranti, meno felici e del tutto impreparati a diventare adulti*. Einaudi, Torino 2018.

Twenge J.M., Sherman R.A., Wells B.E. (2017). "Sexual Inactivity During Young Adulthood Is More Common Among U.S. Millennials and iGen: Age, Period, and Cohort Effects on Having No Sexual Partners After Age 18", *Archives of Sexual Behavior*, 46(2), 433-440.

Vegetti Finzi S., Battistin A.M. (2000). *L'età incerta. I nuovi adolescenti*. Mondadori Editore, Milano.

Winnicott D.W. (1986), "La delinquenza come sintomo di speranza". Tr. it. in Feinstein, S.C., Giovacchini P.L. (a cura di), *Psichiatria dell'adolescente*. Armando, Roma 1989.

Wittkower D.E. (2014), "Facebook and Dramauthentic Identity: A Post- Goffmanian Model of Identity Performance on SNS", *First Monday*, 4-7.

Wong-Lo M., Bullock L.M., Gable R.A. (2011). "Cyber bullying: practices to face digital aggression", *Emotional and Behavioural Difficulties*, 3, 317-325.