



Seminario di Alta Formazione

La Complessità Emotiva dei Giovani

**Comprendere e rispondere ai bisogni degli
adolescenti e dei giovani adulti**

In collaborazione con ***Mind Force Society – Fondazione Pensiero e
Linguaggio e Scuola di Psicoterapia Integrativa Interdisciplinare***

Gli adolescenti e i giovani adulti con bisogni emotivi complessi spesso si trovano all'intersezione di più sistemi: clinici, educativi, familiari e comunitari. Questi giovani hanno bisogno di qualcosa di più che interventi frammentati; hanno bisogno di professionisti in grado di comprendere l'intero panorama delle loro sfide e di lavorare in modo collaborativo tra le discipline.

Questo seminario di alta formazione riunisce clinici ed educatori perché sono i professionisti più costantemente presenti nella vita dei giovani, ma spesso operano in parallelo anziché in partnership. Creando un linguaggio e una comprensione condivisi, possiamo colmare il divario tra l'intervento terapeutico e il supporto educativo quotidiano, garantendo che i giovani ricevano un'assistenza coerente e informata in tutti i contesti.

I partecipanti acquisiranno competenze pratiche per identificare, comprendere e rispondere a complesse presentazioni emotive, sviluppando al contempo quadri di collaborazione interdisciplinare, applicabili nella loro pratica professionale.

Comprendere i bisogni emotivi complessi

I Bisogni Emotivi Complessi si riferiscono a difficoltà emotive e comportamentali che sono:

- **Multistrato:** derivanti da molteplici cause spesso interagenti (come traumi, neuroplasticità, situazioni familiari e sociali, o condizioni di salute mentale)
- **Persistenti:** non facilmente risolvibili con approcci di settoriali standard
- **Cross-contestuali:** interessano più aree della vita di un giovane: casa, scuola, relazioni e autoregolazione
- **Richiedono un supporto coordinato:** richiedono l'input di diversi professionisti e sistemi che lavorino sinergicamente.

Questi giovani possono presentare disregolazione emotiva, difficoltà relazionali, autolesionismo, ansia estrema, comportamenti oppositivi, difficoltà cognitive o ritiro sociale. Sotto queste presentazioni si trovano intricate reti causali che richiedono una comprensione della complessità, con fattori multipli e interventi integrati.

A differenza delle difficoltà emotive temporanee e contestuali, che possono rispondere a un tipo di supporto più semplice, i bisogni emotivi complessi e duraturi ci richiedono di avere più prospettive contemporaneamente: comprendere la storia sostenendo l'apprendimento quotidiano; convalidare la sofferenza emotiva mentre costruiamo la resilienza.



A differenza delle forme di disagio emotivo più circoscritte, che possono essere affrontate con interventi di sostegno mirati, i bisogni emotivi complessi richiedono interventi professionali multidimensionali, che tengono insieme più prospettive contemporaneamente: comprendere la storia personale mentre si sostiene l'apprendimento quotidiano, convalidare la sofferenza emotiva promuovendo al contempo la costruzione della resilienza.

Perché ora? La crescente rilevanza

Diversi fattori convergenti hanno portato in primo piano Bisogni Emotivi Complessi.

- **L'impatto duraturo della pandemia:** il COVID-19 ha interrotto i periodi critici dello sviluppo giovanile, aumentato l'isolamento, intensificato lo stress familiare e messo in luce le vulnerabilità esistenti. Ora stiamo assistendo a ricadute emotive a lungo termine negli adolescenti che hanno sperimentato tali interruzioni durante anni formativi cruciali.
- **Maggiore consapevolezza e riconoscimento:** la crescente pratica informata sul trauma e l'alfabetizzazione sulla salute psicologica significano che siamo più bravi a identificare la complessità piuttosto che a etichettare i giovani come semplicemente "difficili" o "demotivati". Ciò che una volta era stato respinto è ora riconosciuto come richiedente intervento. La crescente diffusione delle pratiche informate sul trauma e la maggiore alfabetizzazione sulla salute psicologica hanno consentito una comprensione più accurata della complessità dei vissuti emotivi e comportamentali dei giovani. Sempre più spesso, ciò che un tempo veniva interpretato come mera "difficoltà di comportamento e apprendimento" o "mancanza di motivazione" viene oggi riconosciuto come manifestazione di bisogni emotivi profondi che richiedono un intervento specifico e mirato.
- **Pressioni digitali e sui social media:** i giovani affrontano confronti sociali senza precedenti, come il cyberbullismo, la connettività 24 ore su 24, 7 giorni su 7, e nuove identità online, con tipologie di stress che le generazioni precedenti non hanno mai affrontato. Le giovani generazioni si trovano ad affrontare forme di esposizione sociale senza precedenti: il cyberbullismo, la connettività 24 ore su 24, 7 giorni su 7, e la costruzione di identità digitali multiple generano tipologie di stress e vulnerabilità psicologica che le generazioni precedenti non hanno mai sperimentato.
- **Tensione del sistema e slittamento della soglia:** quando i servizi di salute mentale vengono sopraffatti, i giovani spesso raggiungono il punto di crisi prima di ricevere assistenza. Le scuole sono sempre più in prima linea nel supporto emotivo, ma spesso sono prive di risorse adeguate.
- **Vulnerabilità incrociate:** comprendiamo meglio come la neurodiversità, le emarginazioni, lo stress socioeconomico e le esperienze avverse si aggravano a

vicenda, creando presentazioni complesse. Comprendiamo oggi con maggiore chiarezza come le neurodiversità, le condizioni di emarginazione, lo stress socioeconomico e le esperienze avverse interagiscano e si aggravino reciprocamente, generando quadri di funzionamento complessi che non si adattano a semplificate categorie diagnostiche.

Sinergie delle competenze: c'è una crescente consapevolezza che né i sistemi clinici né quelli educativi esistenti, da soli, possano adeguatamente sostenere questi giovani. Approcci collaborativi e integrati diventano essenziali.

Formulazione basata sulle esigenze o sulle categorie diagnostiche?

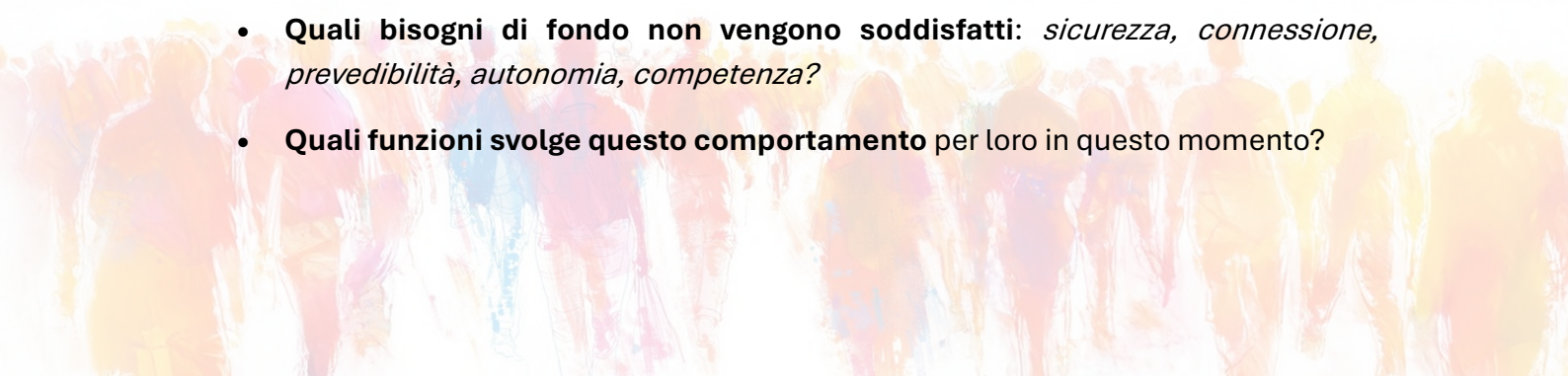
Un cambiamento di paradigma nella comprensione

Tradizionalmente, sia i sistemi clinici sia quelli educativi si sono basati in modo molto marcato su categorie diagnostiche, etichette specifiche come ADHD, depressione, disturbi d'ansia, disturbo di personalità, borderline o disturbo della condotta. Sebbene queste categorie servano a scopi importanti (accesso ai servizi, linee guida del trattamento, creazione di una terminologia condivisa), risultano limitate significativamente quando si lavora con bisogni emotivi complessi:

- **I giovani raramente si inseriscono perfettamente in singole categorie** e spesso soddisfano i criteri per diagnosi multiple
- **Le diagnosi descrivono i sintomi ma non spiegano il "perché":** due giovani con la stessa diagnosi potrebbero aver bisogno di un supporto completamente diverso
- **Le etichette possono diventare limitanti, con uno stigma sociale,** plasmando il modo in cui vediamo un giovane piuttosto che il modo in cui comprendiamo la sua esperienza unica
- **Le soglie diagnostiche possono creare barriere artificiali** al supporto: un giovane può avere difficoltà in modo significativo ma "non soddisfare i criteri"

La formulazione basata sui bisogni offre un approccio integrato a diverse domande:

- **Cosa sta cercando di comunicare questo giovane** *attraverso il suo comportamento o le sue risposte emotive?*
- **Quali bisogni di fondo non vengono soddisfatti:** *sicurezza, connessione, prevedibilità, autonomia, competenza?*
- **Quali funzioni svolge questo comportamento** per loro in questo momento?



- **Quali sono i loro punti di forza e le risorse** su cui possiamo costruire?
- **Quali fattori ambientali, relazionali o sistemici** contribuiscono a mantenere le loro difficoltà?

Questo approccio mira a favorire una comprensione condivisa tra clinici ed educatori, poiché si concentra su ciò di cui il giovane ha bisogno anziché sulla categoria in cui si colloca. Un educatore non ha bisogno di comprendere tutte le sfumature del disturbo borderline di personalità per riconoscere che uno studente ha bisogno di aiuto nella regolazione emotiva, nelle capacità di riparazione delle relazioni e nel senso di sicurezza interiore.

La collaborazione tra clinici ed educatori facilita l'attenzione non tanto sulla categoria diagnostica quanto sui bisogni specifici del giovane. Un educatore, pur non possedendo una conoscenza specialistica dei disturbi di personalità, può riconoscere la necessità di supportare lo studente nella regolazione emotiva, nelle capacità di riparazione delle relazioni significative e nel rafforzamento del proprio senso di sicurezza interna.

Perché questo è importante per i bisogni emotivi complessi:

I giovani con presentazioni complesse spesso sfidano le singole diagnosi. Le loro difficoltà emergono da fattori di sviluppo, relazionali, traumatici e sistemici che si intersecano tra loro. Una formulazione basata sulle esigenze permette di:

- **Riconoscere la complessità** senza semplificare eccessivamente
- **Personalizzare gli interventi** in base all'individuo piuttosto che alla diagnosi
- **Collaborare tra le discipline utilizzando un** linguaggio accessibile e funzionale
- **Evitare lo stigma** pur prendendo sul serio le difficoltà
- **Essere flessibili** in base alle esigenze che cambiano nel tempo e nel contesto

Integrazione, non sostituzione:

Non si tratta di abbandonare i sistemi diagnostici tradizionali che restano strumenti preziosi. Piuttosto, si tratta di **integrare prospettive e competenze**: utilizzare la diagnosi quando utile per costruire formulazioni personalizzate che guidano il supporto e la cura in tutti i contesti.

I sistemi diagnostici tradizionali restano strumenti preziosi per l'inquadramento clinico, ma vanno integrati con approcci che privilegiano la complessità del funzionamento individuale. La diagnosi, in questa prospettiva, non è un fine ma un mezzo: una guida per sviluppare formulazioni cliniche personalizzate e strategie di intervento coerenti nei vari contesti educativi e relazionali.

I giovani come coautori: autonomia e agenzia nella formulazione basata sui bisogni

Da soggetto a partner

Forse l'aspetto più potente della formulazione basata sui bisogni è che **invita i giovani a partecipare alla conversazione** sulle proprie esperienze. Piuttosto che qualcosa "fatto *a loro*", diventa qualcosa "creata *con loro*".

Le difficoltà con gli approcci diagnostici tradizionali:

Quando si antepone la diagnosi, i giovani spesso sperimentano:

- **Passività:** "I professionisti hanno deciso che sono un paziente e cosa c'è che non va in me"
- **Identità predefinite:** "Sono la mia diagnosi" piuttosto che "Sto riscontrando difficoltà ma posso trovare in me risorse e nuovi strumenti per risolverle"
- **Perdita di autonomia:** "Sono fatto così; non c'è niente che io possa fare"
- **Disconnessione:** "Non capiscono davvero cosa significhi essere me stesso"

Il potere della formulazione co-creata:

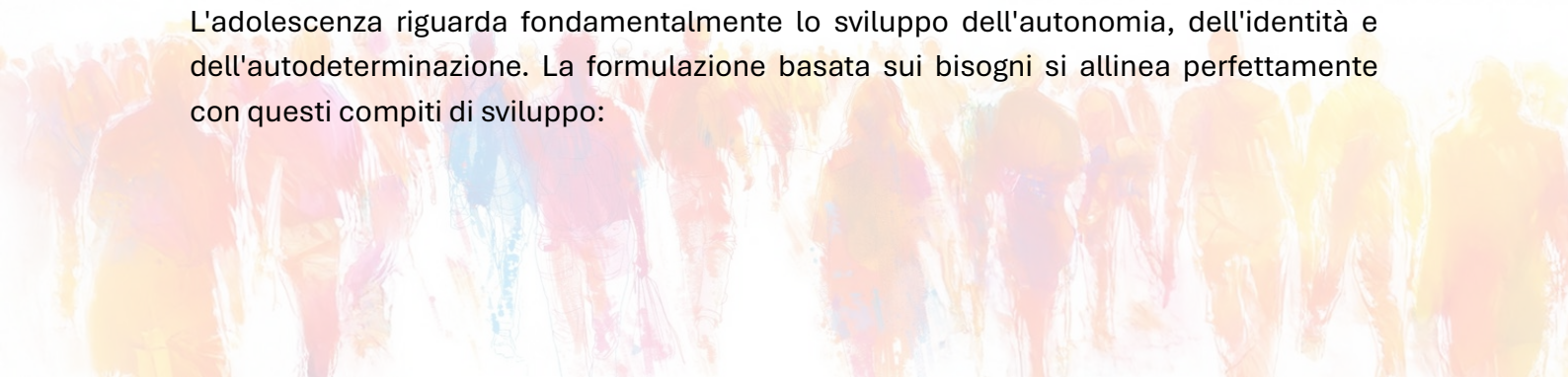
La formulazione basata sui bisogni chiede fondamentalmente: **"Che senso hai di ciò che sta accadendo?"**

Questo approccio:

- **Convalida la competenza:** il giovane è l'esperto della propria esperienza
- **Costruisce la collaborazione:** "Scopriamolo insieme" piuttosto che "Lascia che ti dica cosa c'è che non va"
- **Crea appartenenza:** quando si aiutano a identificare i loro bisogni, sono più coinvolti nel soddisfarli
- **Sviluppa abilità metacognitive:** capire il *perché* rispondono in un certo modo fornisce loro gli strumenti per rispondere in modo diverso
- **Preserva il senso di identità:** "Sono qualcuno *con* dei bisogni" non "Sono qualcuno che è rotto"

Perfetto per le fasi evolutive dei giovani:

L'adolescenza riguarda fondamentalmente lo sviluppo dell'autonomia, dell'identità e dell'autodeterminazione. La formulazione basata sui bisogni si allinea perfettamente con questi compiti di sviluppo:



- **Formazione dell'identità:** "Chi sono io al di là di queste difficoltà?"
- **Aumentare l'autonomia:** "Di cosa ho bisogno e come posso lavorare per raggiungerlo?"
- **Pensiero astratto:** gli adolescenti possono impegnarsi con il "perché" dietro i comportamenti
- **Orientamento al futuro:** l'attenzione si sposta da "Cosa c'è che non va in me?" a "Di cosa ho bisogno per crescere ed evolvere?"

Co-creazione pratica in azione.

In ambito clinico:

- "Ho notato che spesso ti allontani quando parliamo della tua famiglia. Cosa pensi che ti potrebbe succedere in quei momenti?"
- "Quando dici di 'esplodere', quali bisogni potrebbero non essere soddisfatti appena prima che ciò accada?"
- "Se dovessimo mappare ciò che ti aiuta a sentirti al sicuro rispetto a ciò che non ti fa sentire al sicuro, come sarebbe?"

In contesti educativi:

- "Hai detto che ti senti 'attaccato' quando gli insegnanti danno un feedback. Possiamo esplorare quale bisogno tocca, magari sentendoci rispettati o competenti?"
- "Cosa ti aiuterebbe a sentirti più in controllo quando le cose si fanno opprimenti in classe?"
- "Sei tu l'esperto di te stesso: cosa funziona e cosa no in questo ambiente?"

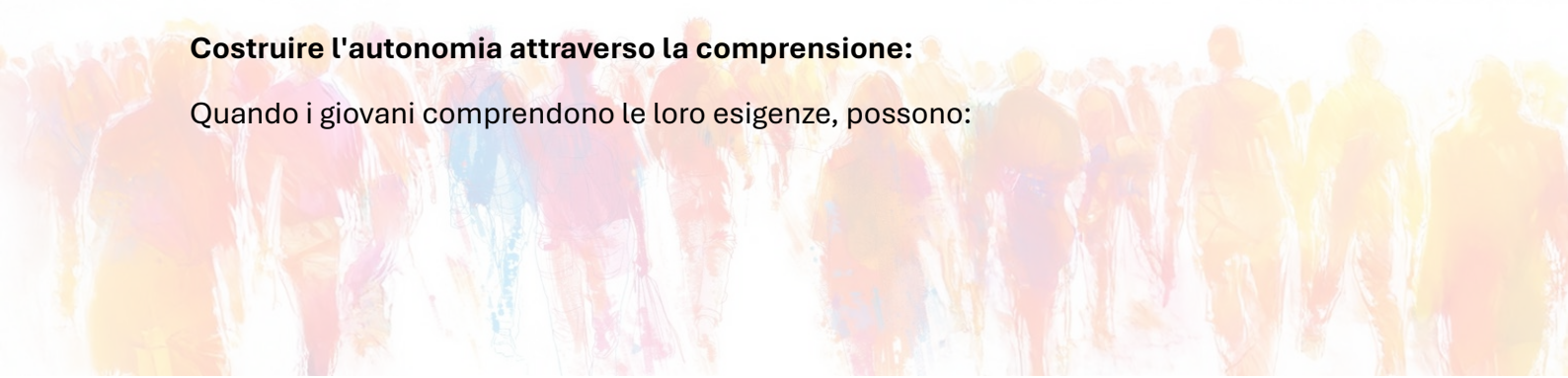
Il linguaggio conta:

Invece di: *"Hai un disturbo di personalità"*
Potremmo esplorare: *"Sembra che tu abbia bisogno di un maggiore controllo su ciò che ti accade e, a volte, l'opposizione sembra l'unico modo per ottenerlo. Cos'altro potrebbe aiutarti a sentirti con voce in capitolo?"*

Invece di: *"Il tuo disturbo d'ansia ti impedisce di impegnarti"*.
Potremmo chiederti: *"Di cosa avresti bisogno per sentirti abbastanza sicuro da partecipare? Da cosa ti protegge l'ansia?"*

Costruire l'autonomia attraverso la comprensione:

Quando i giovani comprendono le loro esigenze, possono:



- **Proteggere sé stessi:** "Ho bisogno di cinque minuti per regolarmi prima di poterne parlare"
- **Fare scelte informate:** "So di aver bisogno di connessione, quindi l'isolamento peggiorerà le cose"
- **Riconoscere gli schemi:** "Quando sono stanco, il mio bisogno di controllo aumenta, forse è per questo che ho discusso sui compiti"
- **Identificare le soluzioni:** "Ho bisogno di sentirmi competente; potrei provare prima la versione più semplice?"

Una nota sul potere.

Questo approccio richiede che gli adulti **condividano il potere in modo appropriato, senza abbandonare la loro responsabilità** di mantenere i giovani al sicuro, ma collaborando sinceramente con loro per comprendere e affrontare i loro bisogni. Questo può sembrare scomodo nei sistemi basati sull'autorità o sul lasciar fare. Tuttavia, è esattamente ciò che aiuta i giovani con Bisogni Emotivi Complessi a sviluppare la responsabilità e l'autonomia necessarie per affrontare attivamente le loro difficoltà.



SCOPRI IL CORSO SUL SITO
WWW.PSICOLOGIA.IO

