



Comune di Bologna



bologna
BIBLIOTECHE
biblioteca Corticella LUIGI FABBRI



Letture sull'adolescenza

bibliografia
a cura della Biblioteca Corticella

BIBLIOTECA CORTICELLA
via Gorki, 14 – Bologna
051/2195530
bibliotecacorticella@comune.bologna.it

Gustavo Pietropoli Charmet
La paura di essere brutti. Gli adolescenti e il corpo
Raffaello Cortina, 2013

Un numero crescente di adolescenti teme che il proprio corpo sia inadeguato a sostenerli nella ricerca del successo sentimentale e sociale. Hanno paura di essere brutti. Non è vero. Alcune ragazze graziose si convincono di non piacere e decidono di modificare il proprio corpo con diete spietate o correndo fino allo sfinimento. Non sono brutti nemmeno i ragazzi che si accaniscono contro un corpo giudicato troppo esile, forzandolo a sviluppare masse muscolari gonfiate da integratori di dubbia composizione. Gustavo Pietropoli Charmet, grande clinico e tra i massimi studiosi dell'età evolutiva, illustra la natura e il destino della fallimentare relazione degli adolescenti con il corpo, quando viene giudicato dal punto di vista dei crudeli ideali di bellezza che i ragazzi assorbono dai modelli della società del narcisismo.



Roberto Pani

Il sé insipido negli adolescenti. Compulsioni autolesionistiche, suicidarie, sessuali, disturbi alimentari, abusi, piromania, spray murali

CLUEB, 2007

Perché l'autolesionista, gli anoressici-bulimici, l'adolescente violento, l'abusatore, oppure i "maniaci" dello spray murale cercano compulsivamente il rischio? Il fine sembra indicare il bisogno urgente di raggiungere l'eccitazione di per sé che appaga, rifugia. Se l'anoressica e il tendente suicida cercano la sparizione di sé per essere visti, la bulimica si abbuffa senza gustare il cibo per trovare il suo sapore, il piromane appicca il fuoco per spegnere l'incendio che ha dentro, l'autolesionista cerca il dolore per non sentire più la sofferenza... Paradossi che corrono paralleli all'incertezza e alla conflittualità del momento di crisi adolescenziale, dove un Sé debole, insipido, non può fare a meno di trovare un modo per metabolizzare il suo esserci nel mondo.

Anna Oliverio Ferraris

Chiamarsi fuori. Ragazzi che non vogliono più vivere

Giunti, 2009

I fenomeni del suicidio e del tentato suicidio nell'adolescenza sono una realtà multiforme, complessa e sfuggente, nella quali fattori coscienti e inconsci della personalità si intrecciano con fattori culturali, in maniera spesso così strettamente interdipendente che risulta difficile comprendere quale di essi sia il più rilevante. In generale, il comportamento suicida adolescenziale, nel suo significato di attacco al corpo, rappresenta la manifestazione estrema delle molteplici e varieguate forme nelle quali tende oggi a manifestarsi il disagio giovanile. Possedere gli strumenti adatti a decifrare il malessere giovanile è infatti l'unico modo per prevenire il suicidio adolescenziale.





Lucia Rizzi

Fate i bravi (10-15 anni) : come vivere un'adolescenza serena : dalla tata più famosa d'Italia regole e consigli per genitori e ragazzi

Rizzoli, 2010

“Era un bravo bambino e, da un giorno all'altro, è diventato un mostro intrattabile e ribelle” Quanti genitori, snervati dai figli adolescenti, non riescono a capacitarsi del loro repentino cambiamento. Invece Tata Lucia se ne capacita benissimo e, in questo nuovo libro, si rivolge ai genitori di ragazzi fra i 9 e i 14 anni con indicazioni e consigli pratici per impostare nel migliore dei modi il delicato cammino verso l'autonomia. Le prime “uscite” da soli, il telefonino, Internet, la responsabilizzazione sui risultati scolastici, la paghetta, la gestione dei “musì”, la scelta delle amicizie: sono solo alcuni degli importanti temi affrontati con la consueta “concreta autorevolezza” che ha reso giustamente famosa Lucia Rizzi.

Emilio Franzoni

Mio figlio ha un disturbo del comportamento alimentare?

Giunti EDU, 2020

Attualmente in Italia oltre 3 milioni di persone soffrono di un Disturbo del Comportamento Alimentare (DCA), di questi circa l'89% sono adolescenti. Purtroppo, poi, negli ultimi anni, si è assistito a un progressivo abbassamento dell'età di insorgenza di tali disturbi, fino a rilevare casi di bambini di 8-9 anni. Questo libro aiuta a: Conoscere l'importanza dell'alimentazione in età evolutiva e le difficoltà alimentari lievi e passeggere; Capire quali sono i disturbi del comportamento alimentare nelle diverse fasce di età e i "campanelli d'allarme" a cui prestare attenzione, cosa fare se il proprio figlio ha un comportamento alimentare alterato e/o si sospetta abbia un DCA; Intervenire per prevenire la comparsa di un DCA e per riconoscere in tempo il disturbo e chiedere aiuto, al fine di sostenere i propri figli nell'affrontare la situazione.



Matteo Lancini

Abbiamo bisogno di genitori autorevoli. Aiutare gli adolescenti a diventare adulti

Mondadori, 2020

Il mondo interno di ognuno di noi, il funzionamento psichico del singolo individuo dipende da molte variabili, tra cui quella ambientale. Noi funzioniamo in base sia al nostro corredo genetico sia a cosa ci accade - a partire ancora prima della nostra nascita - nell'ambiente e nelle relazioni in cui siamo immersi. Anche le esperienze vissute nel grembo materno e, prima ancora, il modo in cui siamo «nati» come progetto generativo e in cui siamo stati pensati nella mente dei nostri genitori influenzano il nostro sviluppo e contribuiscono a far sì che siamo quello che siamo.



Matteo Lancini

Cosa serve ai nostri ragazzi. I nuovi adolescenti spiegati ai genitori, agli insegnanti, agli adulti

Narcisisti schivi e rinchiusi in se stessi, spiriti fragili e spavaldi, apatici e indisciplinati, ragazzi iperconnessi eppure soli. Sono molti i paradossi che sembrano contraddistinguere questa nuova generazione di adolescenti, di fronte ai quali gli adulti si trovano spesso impreparati. Capita così che genitori e insegnanti nascondano le proprie carenze di educatori dietro inutili gesti autoritari o inveiscano contro il potere ormai fuori controllo di tecnologie mobili ed ecosistemi digitali, di cui, nella maggior parte dei casi, sono loro stessi assidui frequentatori. Gli adolescenti degli anni zero, usciti da un'infanzia ovattata e ricca di privilegi, non utilizzano più il conflitto e la trasgressione per affermare se stessi. Sono, invece, ostaggio di ideali presto disillusi e aspettative smisurate e scontano la mancanza di figure autorevoli capaci di guidarli nel loro percorso evolutivo. Il cyberbullismo, il ritiro sociale, l'autolesionismo, la bulimia e l'anoressia sono solo alcuni dei modi in cui si manifesta una sofferenza nascosta e trascurata.



Emanuela Nardo

Avete sempre ragione voi. Manuale di sopravvivenza per adulti e adolescenti
Erickson, 2007



Convivere con le fragilità, le sfide e le emozioni di un adolescente non è facile: il genitore vive con apprensione questa particolare fase dello sviluppo della personalità del figlio, preoccupato per gli improvvisi sbalzi di umore, sorpreso dai repentini cambiamenti del corpo, a volte ferito dall'allontanamento affettivo del ragazzo. L'adolescente, a sua volta, vive un'esperienza altrettanto complessa: le esigenze di autonomia rispetto alla famiglia e di accettazione da parte del gruppo dei pari sembrano non essere capite dai genitori, che fino a poco tempo prima rappresentavano il suo principale punto di riferimento. In questo volume l'autrice propone alcuni percorsi di riflessione, che potranno aiutare madri e padri a restare vicini alla "giusta distanza" - ai loro figli adolescenti in una fase così delicata, e questi ultimi ad accogliere e gestire con consapevolezza i cambiamenti cui andranno incontro, per andare oltre il conflitto, all'interno di una comunicazione positiva e matura.

Philippe Jeammet

Adulti senza riserva. Quel che aiuta un adolescente
Raffaello Cortina, 2009

Per vivere, gli adolescenti hanno bisogno che gli adulti facciano gli adulti e sappiano dare sostegno ma anche imporsi con autorevolezza. Soprattutto, hanno bisogno che, con la loro stessa esistenza, gli adulti diano prova dell'interesse che la vita ha in se stessa, nonostante le sconfitte e i dolori inevitabili. Philippe Jeammet, uno dei più grandi specialisti dell'adolescenza, regala una testimonianza unica ai genitori disorientati che vogliono aiutare i propri figli a superare quel passaggio fondamentale che è l'adolescenza.



Nan Coosemans

Quello che i ragazzi non dicono. Comprendere e interpretare i silenzi degli adolescenti

Sperling & Kupfer, 2018

Nan Coosemans, che da anni lavora con gli adolescenti per aiutarli a realizzare i propri talenti e a conquistare fiducia in se stessi, svela in questo libro il segreto per mantenere saldo il rapporto con i figli che crescono: imparare ad ascoltarli. Attraverso pagine di diario e racconti raccolti durante gli incontri con i ragazzi, la family coach ci introduce nel mondo degli adolescenti. Per conoscerne le paure, i bisogni e i desideri. Per capire come vivono i fallimenti scolastici, le separazioni dei genitori, la violenza dei bulli, i disagi rispetto al proprio corpo. E ci aiuta a scoprire le parole e i gesti che permettono ai genitori di essere il sostegno di cui i figli hanno bisogno per trovare la loro strada e camminare sicuri.



Pietro Roberto Goisis

Costruire l'adolescenza. Tra immedesimazione e bisogni

Mimesis, 2014

"Costruire l'adolescenza" espone il modello e lo stile di lavoro del suo autore che si racconta dopo più di 35 anni di esperienza clinica. Parte da Tommaso Senise, transita da Giovanni Carlo Zapparoli e arriva fino ai giorni nostri. È un testo che alle solide radici nel passato e nelle tradizioni affianca una forte apertura all'attualità e alle più recenti acquisizioni, anche neuroscientifiche, sull'adolescenza, sulle scoperte che la caratterizzano, sul modo di incontrarla, conoscerla e "costruirla". Il nucleo centrale delle riflessioni, basate sulla teoria e sulla tecnica, riguarda il concetto di "immedesimazione", ponte tra passato e presente che diventa faro e strumento dell'incontro intersoggettivo con l'altro. Numerosi racconti clinici, tra cui una consultazione riportata per esteso, esemplificano il pensiero dell'autore.

David Bueno

Il cervello dell'adolescente. Com'è e come cambia la mente dei nostri ragazzi

Giunti, 2022

Perché gli adolescenti rimangono alzati fino a tardi? Come mai hanno sempre la stanza in disordine? È normale che mettano in discussione tutto? Sapevate che sono più indifesi degli adulti contro lo stress e più inclini all'ansia o alla rabbia? Gli adolescenti sono diversi perché lo è anche il loro cervello: più forte e, allo stesso tempo, più vulnerabile che in qualsiasi altra fase della vita. Durante questo passaggio fondamentale il cervello cresce e si rinnova, per abbandonare i comportamenti tipici dell'infanzia e acquisire comportamenti da adulti, creare nuove connessioni ed eliminarne altre. È un momento caotico ma anche emozionante, che il dottor David Bueno, biologo e neuroeducatore di fama mondiale, ci invita a scoprire in modo magistrale e divertente.





Massimo Ammaniti
Adolescenti senza tempo
Raffaello Cortina, 2018

Nel nostro tempo, l'adolescenza si estende ben oltre i vent'anni, a volte sembra non terminare mai. Occorre chiedersi se l'adolescenza dei trattati di psicologia esista ancora o non si debba invece ridefinire questa età attraverso i molteplici comportamenti che esprime. Con il supporto di esempi concreti ed evocative citazioni tratte dal mondo dell'arte, Massimo Ammaniti descrive i diversi percorsi di ragazze e ragazzi per i quali il tempo della crescita si congela. E i genitori? Di fronte alla difficoltà del compito, oscillano spaesati tra complicità e assenza, consapevoli di dover ridefinire il proprio rapporto con i figli.

Eveline Crone

Nella testa degli adolescenti. I nostri ragazzi spiegati attraverso lo studio del loro cervello

Urra, 2012

Eveline Crone, studiosa di psicologia dello sviluppo, spiega sulla base delle ricerche più recenti delle neuroscienze le logoranti turbolenze che si verificano durante la pubertà. E mostra con esempi illuminanti come il comportamento, spesso terribilmente irritante, dei più giovani dipenda da un processo molto particolare: la progressiva riorganizzazione del cervello durante l'adolescenza. Crone non solo fa capire perché ragazzi e ragazze sono così inclini a eccessi e sbalzi emotivi e a comportamenti pericolosi, finendo non di rado per essere disorientati o bruciarsi, ma mostra anche i limiti e le opportunità propri di questa fase della vita. Un libro chiaro e tranquillizzante per insegnanti, educatori e genitori, che non riescono più a capire i loro figli. Un libro che promuove la comprensione e la pazienza, ma solleva anche interrogativi su come gli adulti possono trattare con gli adolescenti nel modo più adeguato.



Guido Petter
Amicizia e innamoramento nell'adolescenza
Giunti, 2007

Un nuovo volume della collana di Psicologia, in cui l'autore, Guido Petter, spiega quanto siano importanti per gli adolescenti i rapporti con i propri coetanei, sia che si tratti di amicizia che di innamoramento, due esperienze che aiutano a crescere, ma che possono presentare anche una serie di problemi che prese in considerazione con abbondanza di esempi.

Matteo Lancini
Figli di internet
Erickson, 2022

Sarò un bravo genitore? Come si possono leggere, interpretare, affrontare e gestire gli aspetti psicologici e affettivi implicati nel rapporto degli adolescenti con i videogiochi, il sexting, i selfi e, i social network, il cyberbullismo? La pressione della competizione e della performance, il narcisismo, l'attenzione sfrenata per se stessi possono innescare nei ragazzi senso di inadeguatezza, stress, dipendenze, carambole dolorose tra senso di onnipotenza e di impotenza, tra illusione di grandiosità e percezione di non aver alcun valore. Una guida semplice e chiara che aiuta i genitori ad accompagnare gli adolescenti e il loro rapporto con il digitale e le tecnologie in una società «onlife», in cui i confini tra reale e virtuale sono stati abbattuti. Un repertorio di riflessioni e istruzioni su come gestire il rapporto tra i giovani, Internet e gli strumenti tecnologici. Senza ricette preconfezionate, ma con spunti per affrontare il processo di separazione-individuazione, la mentalizzazione del Sé corporeo, la nascita sociale, la definizione e la formazione di valori.



Matteo Lancini

Il ritiro sociale negli adolescenti. La solitudine di una generazione iperconnessa
Raffaello Cortina, 2019

Una generazione cresciuta "nella rete": prendendo le mosse da uno dei fenomeni tipici del nostro tempo, gli autori si interrogano sui criteri per distinguere un uso adattivo dei social e dei videogiochi da un sintomo di malessere o dipendenza. Cyberbullismo, sexting, gioco d'azzardo e, in modo particolare, ritiro sociale sono alcuni dei comportamenti analizzati in questo testo, denso di riflessioni sui motivi della loro diffusione e sulle possibili modalità di intervento. La rivoluzione digitale ha creato ambienti espressivi nei quali non solo gli adolescenti sperimentano nuove possibilità di realizzazione, ma trovano rifugio in occasione di profonde crisi evolutive, in una forma di autoricovero che esprime sia il dolore sia un tentativo di alleviarlo o superarlo. In particolare, alla luce dell'esperienza maturata negli ultimi quindici anni, gli autori inquadrano la psicodinamica del ritiro sociale, oggi la più significativa manifestazione del disagio giovanile, e presentano gli orientamenti clinici che guidano la presa in carico dell'adolescente in una prospettiva evolutiva.



Matteo Lancini
Sii te stesso a modo mio.
Cortina, 2023

Siamo approdati a una società che non si limita più a chiedere ai ragazzi di essere all'altezza delle nostre aspettative, ma li costringe a seguire un mandato paradossale: "Sii te stesso, ma a modo mio". Questa trasformazione, che per l'autore segna il passaggio al paradigma postnarcisistico, è in atto da tempo, ma è stata la pandemia ad aver smascherato il rischio di un'inversione dei ruoli: mentre i ragazzi si adattano alle esigenze degli adulti pur di farli sentire tali, questi ultimi sono alle prese con una crescente fragilità. Come riuscire allora a sostenere gli adolescenti nella realizzazione di sé?





Matteo Lancini

L'età tradita. Oltre i luoghi comuni sugli adolescenti

Raffaello Cortina, 2021

Gli adolescenti odierni smentiscono gli stereotipi. Non si arrabbiano se le prospettive economiche sono fosche e se una pandemia li costringe a rinunciare a esperienze importanti. Identificati con le fragilità degli adulti, sono stati abituati fin da piccoli a non frequentare cortili e parchi dove avrebbero potuto farsi male. Per questo si sono inventati piazze virtuali, in cui sperimentare la propria identità nascente. Gli adulti hanno obiettato che non andava bene, che erano diventati dipendenti da internet. Poi internet si è rivelato indispensabile e la mancata accensione della telecamera è stata considerata assenza dalla scuola, il cui portone era in realtà chiuso, come se fossero gli adolescenti il motore della diffusione del male. Avrebbero potuto arrabbiarsi, invece niente. Gli adolescenti non sono più trasgressivi, si sono responsabilizzati di fronte a adulti confusi, ma che provano ogni giorno a voler bene a ragazze e ragazzi. Forte della propria esperienza di psicologo e psicoterapeuta, l'autore delinea il ritratto più aggiornato di giovani e giovanissimi e indica agli adulti la strada da percorrere per svolgere al meglio il proprio ruolo.