

Adolescenti, generazione connessa e iperfragile: la sfida del dialogo

Adolescenti, generazione connessa e iperfragile: la sfida del dialogo. Come la psicoanalisi legge il rapporto tra giovani e tecnologia. Intervista ad Adelia Lucattini, Ordinario della Società Psicoanalitica Italiana

Adolescenti, cuori isolati, sempre più coinvolti nell'iperconnessione con conseguente iperfragilità e rischio sempre maggiore della scomparsa dell'alterità. Così la sfida diventa sempre più per molti genitori, comprenderne e leggerne "l'invisibile".

Importanti e recenti studi scientifici (Journal of Social Science, 2025); dimostrano come il rapporto tra adolescenti e tecnologia non è una semplice questione di "tempo trascorso davanti a uno schermo", ma una complessa mutazione del modo in cui i giovani percepiscono se stessi e l'altro.

La psicoanalisi contemporanea legge questo fenomeno non come una dipendenza da 'sostanze', ma come una sfida identitaria.

Per gli adolescenti di oggi, definiti spesso come la "Generazione Connessa", l'ambiente digitale

è una vera e propria dimensione esistenziale. In questa iper-presenza virtuale, la psicoanalisi rintraccia dunque, un paradosso che fa riflettere: la scomparsa dell'alterità. Ne parliamo oggi con Adelia Lucattini, Psichiatra e Psicoanalista Ordinario della Società Psicoanalitica Italiana e dell'International Psychoanalytical Association.

"Siamo sempre più di fronte al Sé senza l'Altro" – spiega in questa intervista, Adelia Lucattini, che evidenzia come il crescere significhi, fisiologicamente, scontrarsi con ciò che è diverso da noi.

"È attraverso l'urto con l'altro, con i suoi rifiuti, i suoi sguardi imprevedibili e la sua indipendenza – spiega Lucattini – che l'adolescente definisce i propri confini. Oggi, questo "urto" è mediato, filtrato e spesso annullato dagli algoritmi. Il digitale tende a trasformare l'altro in un oggetto a propria disposizione: un profilo da scorrere, un messaggio da visualizzare senza rispondere, un'immagine da commentare. In questo spazio, l'altro perde la sua 'consistenza' reale. L'iperfragilità, l'isolamento di cui parliamo, non è necessariamente fisico – molti adolescenti sono circondati da centinaia di "amici" online – ma è un isolamento affettivo. Senza il confronto con l'alterità reale, l'adolescente rimane intrappolato in una bolla di identità iper-fragile". Vediamo allora, insieme alla Dott.ssa Adelia Lucattini, quali preziosi consigli è importante seguire per orientare e guidare i ragazzi a scelte più consapevoli.

Dott.ssa Lucattini, se un adolescente risponde poco e a monosillabi, quali strategie o domande "aperte" possono riaprire un canale di dialogo autentico?

L'adolescenza è una fase cruciale di separazione e individuazione, in cui i giovani hanno bisogno di prendere distanza dai genitori per costruire la propria identità, senza però perdere il riferimento degli adulti. La giusta distanza educativa non è una misura fissa, ma un equilibrio dinamico tra presenza e autonomia: da un lato è fondamentale esserci, essere disponibili e rappresentare un punto di riferimento affettivo stabile, dall'altro è altrettanto importante non invadere ogni spazio, non controllare tutto e lasciare al ragazzo la possibilità di sperimentarsi. Si può pensare a questa posizione come a una "base sicura": il genitore non segue ogni passo, ma è affidabile, riconoscibile e presente quando serve. Questo implica anche una capacità non sempre facile da sostenere, cioè tollerare di non sapere tutto, di non essere sempre al centro della vita del figlio e di essere talvolta messi da parte. È proprio questa tolleranza che consente all'adolescente di sviluppare una propria interiorità e un senso di sé più autentico, senza vivere l'autonomia come una rottura o un abbandono. Le domande devono essere delicate e non insistenti, affettuose e con tono pacato (Universiteit Leiden, 2018).

