

Lemmario *Affettivo* VOGLIA DI FUTURO

Il vocabolario delle emozioni di Mondadori Education.
In collaborazione con il Nuovo Devoto-Oli e l'Università
Cattolica del Sacro Cuore.

 **MONDADORI**
EDUCATION

IN COLLABORAZIONE CON

 **NUOVO
DEVOTO-
OLI**



**UNIVERSITÀ
CATTOLICA
del Sacro Cuore**



Quali sono le *parole* che ragazzi
e ragazze utilizzano di più, quando
parlano di *sentimenti* e di *emozioni*?
Quali ci aiutano maggiormente a
comprenderli?

Abbiamo provato a raccoglierle in questo lemmario dedicato al mondo adulto (genitori, docenti) che ogni giorno ascolta e comunica con adolescenti e preadolescenti. L'abbiamo fatto in collaborazione con il **Nuovo Devoto-Oli**, il vocabolario che dà voce al futuro, e con il **CRIdee dell'Università Cattolica del Sacro Cuore** (il centro di ricerca sulle dinamiche evolutive ed educative).

Uno strumento pensato non per decifrare, ma per instaurare un dialogo costruttivo e necessario con i più giovani.



Dal **DO** NUOVO
DEVOTO
-OLI

Abuso

(a•bù•so) s.m.

ETIMO Dal lat. *abusus* 'abuso', der. di *abuti* 'usare completamente, dilapidare'

DATA primi decenni sec. XIV.

Uso eccessivo, illecito o arbitrario.

Dice la *psicologia*

L'**abuso** si riferisce a interazioni in cui **una persona si comporta in modo crudele, violento, denigratorio o invasivo nei confronti di un'altra persona o di un animale**. L'abuso può assumere diverse forme: **affettivo e psicologico, fisico e sessuale**.

L'**abuso affettivo e psicologico** comprende **sia episodi singoli sia situazioni protratte nel tempo**, caratterizzate dall'incapacità o dal rifiuto, da parte delle figure di accudimento, di garantire al minore un contesto emotivamente adeguato e supportivo. Tali comportamenti possono compromettere in modo significativo la salute psicofisica del bambino e il suo sviluppo globale, includendo le dimensioni emotive, cognitive, morali, sociali e spirituali. Ne fanno parte pratiche come **la restrizione della libertà di movimento, la svalutazione, l'attribuzione di colpe, le minacce, l'intimidazione, la discriminazione, il rifiuto e altre forme di ostilità non fisica**.

L'**abuso fisico** si riferisce a qualsiasi comportamento intenzionale che comporti l'impiego della forza fisica nei confronti di una persona e che determini, o possa determinare, un danno per la salute, sopravvivenza, sviluppo o dignità personale. Rientrano in questa categoria azioni quali **colpire, scuotere violentemente, schiaffeggiare, prendere a calci, mordere, strangolare, provocare ustioni o scottature, avvelenare e soffocare**.

L'**abuso sessuale** indica il **coinvolgimento di una persona in attività di natura sessuale che la stessa non è in grado di comprendere pienamente, rispetto alle quali non può esprimere un consenso consapevole o per le quali non ha ancora raggiunto un adeguato livello di maturazione**.



Dal DO NUOVO
DEVOTO
-OLI

Affettività

(af•fet•ti•vi•tà) s.f. invar.

ETIMO Der. di *affettivo*

DATA 1855.

Quanto è relativo o riconducibile alla sfera degli affetti.

PSIC. Il complesso dinamico dei vari sentimenti.

Dice la *psicologia*

L'**affettività** è il complesso di emozioni, sentimenti e stati d'animo che influenzano il modo in cui l'individuo **percepisce, valuta e risponde agli stimoli interni ed esterni**. In altri termini, l'affettività si riferisce all'**insieme di esperienze emotive di un individuo e al grado di suscettibilità a stimoli emotivi, come piacere o dolore**.



Dal DO NUOVO
DEVOTO
-OLI

Ascolto

Attivo

(a•scól•to) s.m.

ETIMO Der. di *ascoltare*

DATA prima metà sec. XIV.

1. La percezione di un fatto sonoro dal punto di vista tecnico.
2. Attenzione a un discorso che si sente.

Dice la *psicologia*

L'ascolto attivo indica una **forma di comunicazione intenzionale e consapevole** in cui l'ascoltatore si impegna ad essere pienamente presente nella relazione, orientando l'attenzione non soltanto a ciò che viene espresso verbalmente, ma anche ai **vissuti emotivi** e ai **segnali non verbali** che accompagnano il messaggio. Affinché l'ascolto possa definirsi realmente attivo, è necessario che chi ascolta mantenga un atteggiamento di apertura non solo verso l'altro, ma anche verso se stesso, prestando attenzione alle proprie reazioni interne, riconoscendo i limiti del proprio punto di vista e accettando l'incertezza e la possibilità di non comprendere immediatamente. In quest'ottica, l'ascolto attivo si fonda su un **equilibrio tra empatia verso l'altro e consapevolezza di sé**.



Dal DO NUOVO
DEVOTO
-OLI

Attaccamento

(at•tac•ca•mén•to) s.m.

ETIMO Der. di *attaccare*; nel sign. fig., calco del fr. *attachement*

DATA prima del 1597.

1. NON COM. Congiungimento, unione; attaccatura.

2. FIG. Forte legame di affetto con qualcuno (+ a, per, verso).

Profonda dedizione o grande interesse per qualcosa.

Dice la *psicologia*

L'attaccamento si riferisce al **legame che si struttura tra il bambino e le figure di accudimento**, caratterizzato dalla **ricerca di protezione, sicurezza e vicinanza**.

Tre, le tipologie principali: **sicuro, insicuro ansioso-ambivalente e insicuro ansioso-evitante**. Ciascuna di queste è legata alle esperienze relazionali precoci con i *caregiver* (le persone che si prendono cura quotidianamente in ambito domestico), particolarmente nel primo anno di vita. Quando la figura di riferimento è emotivamente disponibile, responsiva e coerente, favorisce la costruzione di un attaccamento sicuro, caratterizzato da fiducia nella disponibilità dell'altro, percezione di sé come degno di cura e capacità di bilanciare autonomia e intimità. Al contrario, **quando le cure genitoriali sono caratterizzate da incoerenza, scarsa responsività o rifiuto, possono svilupparsi stili di attaccamento insicuro**: l'attaccamento ansioso-ambivalente si associa a una marcata paura dell'abbandono, a un'elevata iperattivazione emotiva e a forti bisogni di vicinanza. L'attaccamento ansioso-evitante, invece, si esprime attraverso disagio verso l'intimità e distanza emotiva. Queste interazioni precoci genitore-bambino contribuiscono alla costruzione di **modelli operativi interni**, ovvero **rappresentazioni mentali relativamente stabili di sé e degli altri nelle relazioni significative**. Tali modelli guidano aspettative, percezioni e comportamenti nelle relazioni interpersonali successive, incluse quelle sentimentali.



Green/Red Flag Bandiera

(ban•diè•ra) s., agg.

S.f.

1. Drappo di uno o più colori variamente disposti, attaccato lungo uno dei lati a un'asta o all'albero di una nave: simbolo di una nazione di un'associazione, di un partito, o insegna di corpi e unità militari.
2. Principio o ideologia che guida il pensiero e l'azione.

3. GIOCHI Gioco fra ragazzi divisi in due squadre che si contendono la conquista di una bandiera.

4. CINEM., TV Riquadro di stoffa o di cartone nero, attaccato a un'asta e usato per interrompere un fascio di luce.

5. STOR. Nel Medioevo e nel Rinascimento, squadra o compagnia di soldati.

6. MILIT. ARC. Soldato a cavallo e armato di lancia con bandiera.

Agg. invar. (proposto al sost.)

1. Che rappresenta il simbolo di qualcosa.

2. *rosso bandiera*, il punto di rosso della bandiera nazionale italiana.

DIM. *banderuola* (v.), *bandierétta*, *bandierina* (v.), *bandieruola*; DIM e PEGG. *bandierùccia*; ACCR. *bandieróna*, *bandierône* m.; PEGG. *bandieràccia*.

Dice la *psicologia*

Green flag e red flag sono termini utilizzati in ambito relazionale, soprattutto sentimentale, per **identificare e categorizzare comportamenti e segnali**. Le **green flag** (bandiera verde) indicano **segnali o tratti positivi del partner** o potenziale partner. Le **red flag** (bandiera rossa), invece, si traducono in **campanelli d'allarme** che possono essere indicativi di comportamenti disfunzionali o aspetti negativi dell'altra persona.



Dal  **NUOVO
DEVOTO
-OLI**

Competenza *Romantica*

(com•pe•tèn•za) s.f.

ETIMO Dal lat. tardo *competentia*, der. di *competere* 'competere'; nel sign. ling., traduz. dell'ingl. *competence*

DATA sec. XVII.

1. Piena capacità di orientarsi in un determinato campo (anche + in).
2. (spec. al pl.) **PEDAG.** Capacità dimostrata da un soggetto di usare le conoscenze acquisite, le specifiche abilità e le attitudini personali per svolgere in modo autonomo e responsabile determinate attività, spec. di studio o di lavoro; skill.
3. **DIR.** Legittimazione di un'autorità o di un organo a svolgere determinate funzioni, spec. in campo giudiziario.
4. Pertinenza, spettanza.

Dice la *psicologia*

La **competenza romantica** rimanda al connubio di competenze cognitive, emotive e sociali volte ad agevolare un approccio adattivo e funzionale alle diverse esperienze in ambito sentimentale. In particolare, quattro sono i domini specifici in cui si articola: l'*insight*, l'apprendimento, la mutualità e la regolazione emotiva.

La dimensione dell'**insight** riguarda l'abilità di pensare a sé, agli altri e alle relazioni in un modo che mostra consapevolezza delle proprie esigenze e di quelle del proprio partner, degli obiettivi, delle motivazioni proprie e altrui, e degli effetti sugli altri. Tale competenza consente inoltre di figurarsi cause e conseguenze derivanti dal comportamento. In sostanza, ciò significa "padroneggiare" la conoscenza di sé e pervenire ad una buona conoscenza anche dell'altro; si traduce nel saper anticipare gli esiti, positivi e negativi, di scelte ed azioni.

La dimensione dell'**apprendimento**, profondamente correlata all'*insight*, evidenzia la possibilità di imparare dai vissuti esperienziali sentimentali personali o altrui (ad esempio, dei propri genitori o dei propri amici) e di riflettere su relazioni sentimentali similari alla propria per evitare di incorrere nei medesimi errori. L'apprendimento consente così di interrompere la reiterazione di comportamenti di tipo disadattivo e, in seguito, instaurare una nuova relazione più sana e paritaria, a riprova della capacità di apprendimento.

La dimensione della **mutualità** fa riferimento al grado di consapevolezza e di considerazione dei bisogni propri e dell'altro e all'intento di massimizzare i risultati per entrambi. In altri termini, si traduce nella capacità di conciliare

in maniera equilibrata intimità e autonomia, favorendo il soddisfacimento dei bisogni di entrambi i partner. In una relazione fondata sulla reciprocità, ciascuno riconosce all'altro la titolarità ad affermare il proprio pensiero. Inoltre, le decisioni non sono frutto di una condiscendenza di una parte nei confronti dell'altra, bensì soluzioni negoziate e scelte prese tenendo in debita considerazione i rispettivi punti di vista.

Infine, la dimensione della **regolazione emotiva** riguarda la capacità di governare e gestire le proprie emozioni in risposta alle diverse situazioni. Implica il possedere consapevolezza delle proprie emozioni, saperle discriminare, esprimerle in maniera consona e ridirezionare il focus attenzionale. Tale competenza consente di esaminare in modo più chiaro e lucido le proprie decisioni, di avere rispetto di sé e dei propri bisogni di fronte ad esperienze relazionali emotivamente faticose e di attuare comportamenti che promuovano interazioni sane.



Dal  **NUOVO
DEVOTO
-OLI**

Comunicazione *Efficace*

(co•mu•ni•ca•zió•ne) s.f.

ETIMO Dal lat. *communicatio* -onis, der. di *communicare* 'comunicare'

DATA seconda metà del sec. XIII.

1. Trasmissione di una notizia, una dichiarazione, un'idea, ecc. per ragioni informative, organizzative, direttive; comunicato.

Contatto che permette di scambiare messaggi.

Mezzo mediante il quale le persone comunicano tra loro:

Contributo di un partecipante a un congresso, a un simposio culturale, accademico e simili, in forma di relazione inviata o letta:

2. SOCIOL. Scambio di messaggi, attraverso un canale e secondo un codice, tra individui o sistemi.

3. DIR. ARC. **comunicazione giudiziaria**, informazione di garanzia.

4. Collegamento materiale tra due luoghi attuato con mezzi di trasporto.

(spec. al pl.) Possibilità di spostarsi da un luogo a un altro tramite mezzi di trasporto.

Dice la *psicologia*

La **comunicazione efficace** è un'abilità socio-cognitiva che integra competenze cognitive, emotive e relazionali. Nello specifico, si riferisce alla **capacità di esprimersi in modo chiaro e appropriato sul piano verbale** (parole e informazioni che si intendono comunicare), paraverbale (caratteristiche della voce, come timbro, velocità, intonazione...) **e non verbale** (postura, mimica e gestualità), adattando il proprio linguaggio alla cultura, al contesto e alla situazione contingente. Una comunicazione è efficace quando i tre livelli (verbale, paraverbale e non verbale) risultano coerenti tra loro, bilanciando contenuto e relazione.



Dal  **NUOVO
DEVOTO
-OLI**

Consenso

(con•sèn•so) s.m.

ETIMO Dal lat. *consensus* – *us*, der. di *consentire* 'sentire insieme'

DATA sec. XIV.

1. Conformità di intenti o di opinioni tra più persone.
2. Permesso, approvazione.
3. Giudizio favorevole, successo.

POLIT. Favore di gruppi e strati sociali nei confronti di determinate posizioni politiche.

4. FERR. Autorizzazione a effettuare un'operazione connessa con la circolazione dei treni.

5. VENAT. Imitazione che fa un cane da ferma che vede un altro cane puntare.

6. BIOL. (sequenza) consenso, sequenza nucleotidica ideale in cui ciascuna posizione è occupata dalla base azotata che si trova più frequentemente in una serie di sequenze reali correlate; alcune di esse sono presenti in elementi genetici come i promotori.

Dice la *psicologia*

Il consenso in ambito relazionale e sessuale rappresenta l'**espressione di autodeterminazione** e consiste in un **accordo libero, volontario, consapevole e reciproco tra le persone coinvolte in una relazione affettiva o sessuale**. Tale accordo presuppone la piena comprensione della situazione e l'assenza di coercizione, pressione o manipolazione. Include la possibilità di esprimere chiaramente i propri limiti e desideri e di rispettare quelli dell'altro. Il consenso costituisce dunque un principio fondamentale per instaurare e mantenere relazioni sicure, rispettose e consapevoli.



Dal  **NUOVO
DEVOTO
-OLI**

Controllo *Genitoriale*

(con•tròl•lo) s.m.

ETIMO Dal fr. *contrôle* (sec. XIX), dal fr. antico *contre-
role* 'contro ruolo' o 'doppio registro'

DATA sec. XVII.

1. Esame accurato condotto allo scopo di garantire la regolarità di qualcosa nei confronti di norme o di leggi o la corrispondenza alla realtà di una notizia, la qualità o l'adeguatezza tecnologica di un prodotto, ecc.; verifica, riscontro accertamento.

Vigilanza, sorveglianza, spec. da parte di forze dell'ordine.

AER. Insieme di procedure e mezzi tecnologici per regolare, coordinare e disciplinare la circolazione aerea.

2. **COLLOQ.** La persona o l'ente a cui è affidata una verifica o sorveglianza.

Il luogo deputato a una verifica o a sorveglianza.

3. Azione continuata con cui viene disciplinata o limitata un'attività secondo particolari direttive o convenzioni.

4. Capacità di guida o di manovra.

Dice la *psicologia*

Il **controllo genitoriale** riflette uno dei principali compiti dei genitori. Nello specifico, rimanda a un insieme di pratiche e strategie tramite cui i genitori monitorano il comportamento dei figli mediante l'adozione e l'imposizione di regole, limitazioni e restrizioni relative ai loro spostamenti, attività quotidiane e amicizie.

Fondamentale fin dalla prima infanzia, il controllo genitoriale risulta essere cruciale soprattutto durante l'adolescenza, quando i ragazzi affrontano nuove sfide e assumono maggiore autonomia rispetto alla famiglia.

Il controllo esercitato può assumere diverse forme: **diretto** (ad esempio, attraverso il divieto di determinate attività) o **indiretto** (ad esempio, raccogliendo informazioni tramite insegnanti, amici o altre figure vicine al minore per comprendere come il figlio si comporta quando è lontano dalla supervisione diretta del genitore).

A seconda del livello e delle modalità di esercizio, il controllo genitoriale può avere effetti differenti sullo sviluppo e sul benessere degli adolescenti, promuovendo comportamenti adattivi e sicurezza quando equilibrato, oppure favorendo difficoltà emotive e relazionali se insufficiente o eccessivo. In particolare, scarsi livelli di monitoraggio genitoriale possono associarsi non solo alla messa in atto di comportamenti a rischio o delinquenziali, ma anche ad un aumento delle frequentazioni con coetanei devianti, difficoltà e insuccesso scolastico, minore accettazione sociale e sviluppo di sintomi ansioso-depressivi. Al contrario, quando il controllo diventa eccessivo o si traduce in atteggiamenti iperprotettivi e intrusivi, può risultare dannoso per lo sviluppo neuropsicologico e la regolazione emotiva dei ragazzi. Studi recenti sottolineano infatti l'importanza di consentire agli adolescenti di esplorare l'ambiente e sviluppare gradualmente autonomia, essenziale per la maturazione del cervello e il benessere psicologico complessivo.



Dal  **NUOVO
DEVOTO
-OLI**

Dating

/ingl. d'etɪŋ || in it. d'etɪŋ
o d'etɪn/ s.m. invar.

ETIMO Voce ingl. der. di (to) *date* 'uscire
(con ragazzi o ragazze)'

DATA 1997.

Incontro tra due sconosciuti, finalizzato per lo più all'avvio di una relazione sentimentale o sessuale.

dating online, incontro tra sconosciuti per via telematica.

App

/ingl. aep || in it. ap/
s.f. invar.

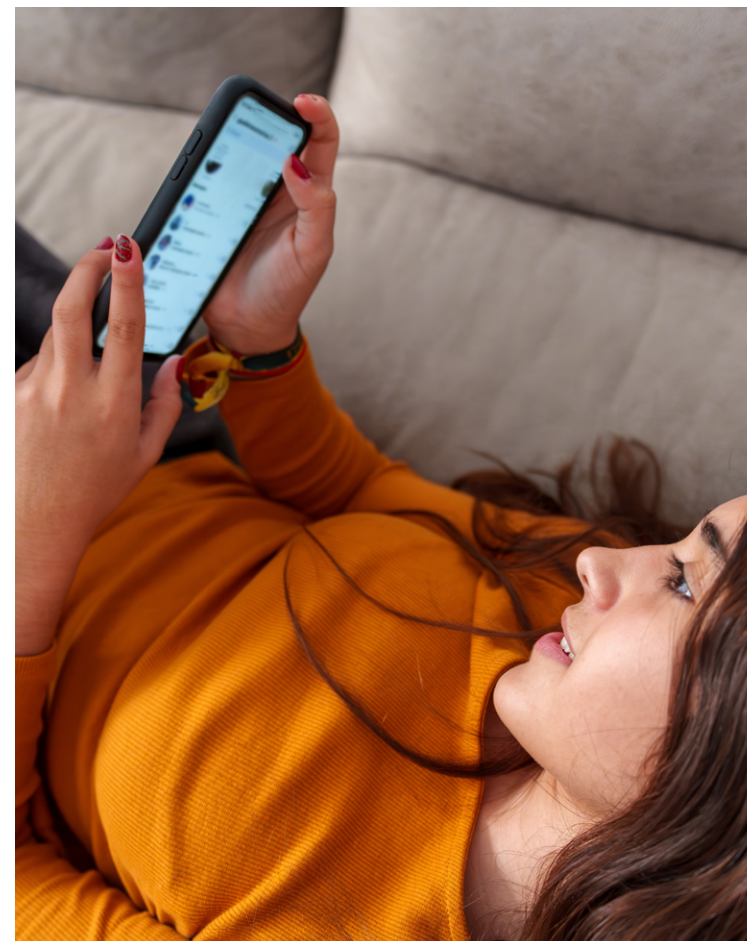
ETIMO Voce ingl., abbr. dell'ingl.
application 'applicazione'

DATA 1997.

INFORM. Applicazione.

Dice la *psicologia*

Le **dating app** sono applicazioni mobili o siti web che facilitano l'incontro e l'interazione tra potenziali partner sentimentali e/o sessuali. Le dating app **hanno trasformato i tradizionali processi di socializzazione**, promuovendo nuove modalità di conoscenza e relazionali e influenzando profondamente il modo in cui le persone instaurano legami affettivi, sentimentali o sessuali.



Dal  **NUOVO
DEVOTO
-OLI**

Disimpegno *Affettivo*

(di•sim•pé•gno) s.m.

ETIMO Der. di *disimpegnare*; nel sign. di 'mancanza di impegno sociale o politico', calco dell'ingl. *disengagement*

DATA sec. XVII.

1. Sottrazione, liberazione da un obbligo.
2. Operazione con cui si porta a termine un compito; disbrigo.
3. Riscatto di un oggetto dato in pegno.
4. Disinteresse, in arte come in politica, verso qualsiasi credo, partito o ideologia, che spesso si risolve nel rifiuto a dare una funzione sociale alla propria opera.
5. **ARCH.** Locale che dà libertà di accesso ad altri locali.
6. **SPORT** Nel gioco del calcio, l'azione di passare la palla a un compagno per liberarsi dal pressing avversario.
7. **MED.** Il superamento dell'ultimo tratto del canale da parto in seguito ai movimenti spontanei del nascituro o ad opportune manovre ostetriche.

Dice la *psicologia*

Il **disimpegno affettivo** è un meccanismo di ritiro e distacco all'interno delle relazioni interpersonali, caratterizzato da **ridotto coinvolgimento emotivo, evitamento dell'intimità e limitata espressione delle proprie emozioni e dei propri sentimenti**. Indica pertanto un progressivo allentamento dell'investimento emozionale e cognitivo nei confronti dell'altro.

Un meccanismo di fuga in sordina, un "quiet quitting" (letteralmente "dimissioni silenziose", dal gergo lavorativo) che vede un'uscita facile da una situazione difficile. Complice, ancora una volta, il contesto sociale in cui adolescenti e preadolescenti sono immersi, con possibilità di evasione molto più semplici rispetto al passato, grazie alla tecnologia e al mondo digital: da recenti ricerche, emerge come i giovani stiano sempre più facendo riferimento alle chat per terminare (quando lo fanno) i rapporti interpersonali perché in fuga dall'incertezza data dal confronto diretto e dalla propria incapacità di comunicare vis-à-vis.



Dal  **NUOVO
DEVOTO
-OLI**

Emozioni

(e•mo•zió•ne) s.f.

ETIMO Dal fr. *émotion*, der. di *émouvoir* 'mettere in moto, eccitare'

DATA sec. XVII.

1 PSIC. Stato psichico affettivo e momentaneo che consiste nella reazione opposta dall'organismo a percezioni o rappresentazioni che ne turbano l'equilibrio.

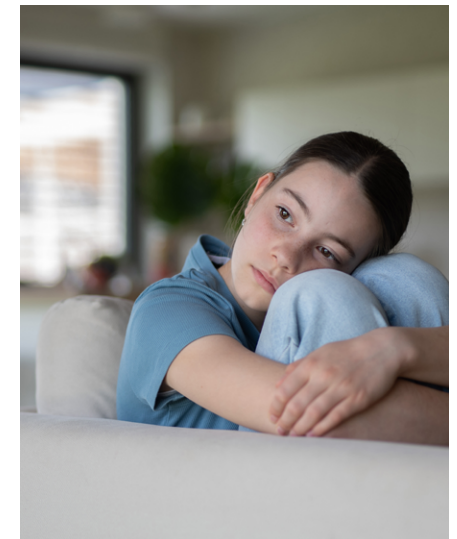
2. Improvviso e forte turbamento provocato da commozione o da apprensione. Avventura rischiosa ed eccitante.

Dice la *psicologia*

Le emozioni sono **reazioni affettive intense che si attivano in relazione a stimoli percepiti come rilevanti, sia interni (come pensieri, ricordi o immagini mentali) che esterni**. Non costituiscono reazioni semplici, ma **processi complessi e multicomponenziali** che coinvolgono diversi sistemi dell'organismo. Più nello specifico, l'esperienza emotiva prende avvio con una **valutazione cognitiva della situazione o dello stimolo** (*appraisal*), a cui si **accompagna un'attivazione fisiologica** (arousal), che può manifestarsi, ad esempio, attraverso variazioni del battito cardiaco, della respirazione, della tensione muscolare, della sudorazione, etc.

E durante l'**adolescenza**? Questa è una fase dello sviluppo caratterizzata da **un'intensa attivazione emotiva** e da una **maggiore variabilità degli stati affettivi**. I cambiamenti biologici, cognitivi e sociali tipici di questo periodo rendono le emozioni particolarmente frequenti, intense e talvolta difficili da regolare. Gli adolescenti sperimentano con maggiore intensità emozioni legate all'identità, alle relazioni e al riconoscimento sociale, in quanto sono impegnati nella costruzione del senso di sé e nella ridefinizione dei legami affettivi. Tra le emozioni più comunemente sperimentate in adolescenza è possibile riconoscere quelle primarie, come la rabbia, la tristezza e la paura, che possono **manifestarsi in modo accentuato**. Accanto a queste, assumono un ruolo centrale **le emozioni secondarie, che diventano progressivamente più frequenti grazie allo sviluppo delle capacità cognitive e riflessive**. Emozioni come l'ansia, la vergogna, l'imbarazzo, la colpa, la gelosia e l'invidia risultano particolarmente rilevanti, poiché strettamente connesse alla percezione di sé, allo sguardo degli

altri e al confronto con il gruppo dei pari. Inoltre, gli adolescenti sperimentano frequentemente emozioni legate all'incertezza e all'anticipazione del futuro, come speranza, delusione e frustrazione, soprattutto in relazione alle aspettative personali, scolastiche e relazionali. L'intensità di questi vissuti è spesso amplificata dalla crescente importanza delle relazioni (amicali e sentimentali) e dall'**esposizione ai contesti digitali**, che possono favorire sia esperienze di appartenenza e riconoscimento che sentimenti di esclusione e vulnerabilità emotiva. Comprendere quali emozioni siano più frequentemente vissute in adolescenza e riconoscerne la funzione evolutiva consente di leggere l'**intensità emotiva tipica di questa fase** non come un segnale di disfunzione, ma come una componente centrale di un processo di crescita.



Dal  **NUOVO
DEVOTO
-OLT**

Empatia

(em•pa•tì•a) s.f.

ETIMO Comp. del gr. *en* 'dentro' e *-páttheia* – *patia*, calco del ted. *Einführung*

DATA seconda metà sec. XIX.

1 PSIC. La capacità di porsi in maniera immediata nello stato d'animo o nella situazione di un'altra persona; immedesimazione.

2. Nella critica d'arte e nella pubblicità, la capacità di coinvolgere emotivamente il fruitore con un messaggio in cui lo stesso è portato a immedesimarsi.

Dice la *psicologia*

L'**empatia** è la **capacità di riconoscere, comprendere e condividere le emozioni altrui**. In altri termini, indica la capacità di mettersi nei panni degli altri e immaginare cosa possano provare anche in situazioni con le quali non si ha familiarità.

Risulta una "skill" fondamentale per navigare la vita di oggi, importante sia nelle relazioni che nel futuro lavorativo dei giovani adulti. Calarsi nelle situazioni ed emozioni altrui può essere complicato per gli adolescenti, che attraversano un'età in cui forte è l'individualismo e non sempre risulta facile mettersi nei panni di qualcun altro (o altra), anche in virtù della distanza che si fa sempre più netta a causa della tecnologia e dei social media. Spesso è più difficile immedesimarsi in una foto o un profilo, rispetto a una persona in carne e ossa. Ecco, quindi, che un percorso di consapevolezza e sviluppo di questa competenza diventa doveroso, per dare ai ragazzi e alle ragazze strumenti concreti per la costruzione di un'abilità fondamentale per la vita comunitaria.



Lo sapevi che...

L'empatia comprende tre principali componenti: **affettiva**, **cognitiva** e **fisiologica**. La componente affettiva implica la condivisione emotiva, favorendo apertura verso le emozioni altrui e riducendo il coinvolgimento esclusivo nei propri vissuti emotivi. La componente cognitiva riguarda la comprensione dell'esperienza dell'altro attraverso il riconoscimento delle espressioni emotive, la comunicazione referenziale, il *perspective-taking* (assumere la prospettiva altrui) e il *role-taking* (assumere il ruolo dell'altro). La componente fisiologica, infine, coinvolge risposte del sistema nervoso autonomo e dei circuiti neurali, come i neuroni specchio, che inducono l'individuo a comportarsi e a sentirsi in modo speculare all'altro.

Dal  NUOVO
DEVOTO
-OLI

Regolazione Emotiva

(e•mo•ti•vo) agg., s.

ETIMO Dal fr. *émotif*, dal lat. *emovere* 'commuovere'

DATA 1897.

A agg., s.m. (f.-a) Che, chi cede facilmente alle emozioni, ipersensibile, impressionabile;

B agg. NON COM. Che riguarda o provoca emozione.

Dice la *psicologia*

La **regolazione emotiva** riflette un **fenomeno quotidiano** e si traduce nell'**insieme dei processi attraverso cui l'individuo influenza il modo in cui le emozioni vengono generate, vissute ed espresse**. Saper regolare le proprie emozioni **significa affrontare gli eventi emotivi in maniera emozionalmente intelligente**, ossia in maniera adattiva e flessibile. La regolazione emotiva comprende diverse abilità fondamentali. Tra queste rientrano la **capacità di riconoscere e definire le emozioni**, la capacità di **esprimere le emozioni in modo congruo** e coerente con i propri scopi, e la capacità di **inibire comportamenti disfunzionali** associati a impulsi emotivi intensi, sia negativi che positivi. Essa implica inoltre la **capacità di smorzare le risposte fisiologiche**, ad esempio rifocalizzando o ridirezionando il focus attentionale o tramite l'accesso a diverse strategie di "coping" (l'insieme dei meccanismi psicologici adattativi messi in atto da un individuo per fronteggiare problemi emotivi ed interpersonali, allo scopo di gestire, ridurre o tollerare lo stress e il conflitto), sia di tipo individuale che interpersonale, o attraverso strategie che consentano di fronteggiare in modo più efficace situazioni emotivamente complesse per recuperare un equilibrio funzionale. Infine, la regolazione emotiva permette di riorganizzare l'esperienza emotiva in vista di un'azione orientata a uno scopo, trasformando l'emozione in una risorsa per il comportamento piuttosto che in un ostacolo.



Dal DO NUOVO
DEVOTO
-OLI

Stile Educativo Genitoriale

(e•du•ca•ti•vo) agg.

ETIMO Der. di *educare*

DATA sec. XVII.

Che si propone o riguarda l'educazione.

Dice la *psicologia*

Gli **stili educativi genitoriali** fanno riferimento all'insieme di **atteggiamenti, comportamenti e strategie che i genitori adottano nella cura e nell'educazione dei propri figli, influenzando il loro sviluppo socio-emotivo, cognitivo e relazionale**. Quattro, i principali stili genitoriali: autoritario, autorevole, permissivo e trascurante. Nello specifico, il genitore autoritario si avvale di uno stile assertivo e distaccato ed enfatizza l'obbedienza, attraverso l'imposizione di regole rigide e l'adozione di punizioni severe. Il genitore autorevole, invece, bilancia calore e vicinanza con disciplina, promuovendo lo sviluppo dell'autonomia personale e incoraggiando la comunicazione. Il genitore permissivo risulta accogliente e tollerante, pone poche richieste ed evita forme di controllo. Sebbene la dimensione affettiva sia altamente presente, il genitore permissivo pone scarso accento sul controllo e sul monitoraggio dei comportamenti del figlio. Infine, il genitore trascurante (o rifiutante) mostra scarso supporto, non esercita alcun tipo di supervisione sulle attività del figlio e tende a privilegiare i propri bisogni, mostrando chiaro disimpegno nella cura e nell'educazione.



Dal  NUOVO
DEVOTO
-OLI

Friendzone

/ingl. 'fr'endz,əʊn || in it. 'fr,ændz'on/
s.f. invar.

ETIMO Voce ingl., comp. di *friend* 'amico' e *zone* 'zona'

DATA 2013.

Rapporto di amicizia tra due persone nel quale solo una delle due è innamorata dell'altra.

Dice la *psicologia*

Friendzone è un termine colloquiale che descrive **una dinamica relazionale in cui una persona prova attrazione** (a livello sentimentale o sessuale) **verso un'altra che considera il legame come amichevole**. La friendzone implica quindi uno squilibrio tra desideri affettivi e percezioni reciproche, che può generare sentimenti di frustrazione, rifiuto o insoddisfazione emotiva.



Dal DO NUOVO
DEVOTO
-OLI

Ghosting

/ingl. g'əʊstɪŋ || in it. g'ɔstɪŋ o . g'ɔstɪŋ/
agg., s.

ETIMO Voce ingl., der. di *ghost* 'falsa immagine'

DATA 1998.

agg. invar.

INFORM. **effetto ghosting**, scia luminosa semitrasparente che accompagna le immagini digitali in movimento.

s.m. invar.

FIG. La pratica di porre fine a una relazione personale chiudendo all'improvviso e senza alcuna spiegazione ogni tipo di comunicazione, scomparendo dai contatti sui social media, non rispondendo più a chiamate, messaggi, e-mail.

Dice la *psicologia*

Il *ghosting* è una **strategia di dissoluzione del legame in cui la persona che decide di interrompere il rapporto cessa in maniera unilaterale la comunicazione** (in presenza e/o online) **senza fornire alcuna spiegazione** rispetto al proprio comportamento (ad esempio, non rispondendo più alle chiamate o ai messaggi, smettendo di seguire o bloccando l'altra persona sui social network). In ambito relazionale, il *ghosting* si configura come **una modalità di congedo evitante**, nella quale il partner che interrompe il rapporto elude il confronto diretto. Nel contesto delle relazioni affettive odierne, caratterizzate da confini sempre più sfumati e da una forte mediazione tecnologica, il *ghosting* rappresenta una soluzione percepita come meno onerosa sul piano emotivo, poiché consente di ridurre l'esposizione al disagio e alla sofferenza dell'altro. I mezzi digitali (social network e dating app) agevolano tale processo, abbassando i costi psicologici della rottura e rendendo l'evitamento una strategia accessibile e socialmente normalizzata.

Recenti ricerche hanno evidenziato come la strategia dell'abbandono, seppur percepita come più semplice da attuare da chi fa *ghosting*, sia più deleteria sull'autostima per chi la riceve. Quello che spinge a evitare il confronto diretto è la paura del dolore e la ricerca spasmodica della non-sofferenza. Ma perché sempre più giovani adulti attuano il *ghosting*? Per comodità, certamente, ma anche per cambiamenti sociali nei valori educativi, che oggi portano a inseguire l'indipendenza e il benessere personale, senza dipendere da nessuno.



Dal  NUOVO
DEVOTO
-OLT

Impulsività

(im•pul•si•vi•tà) s.f. invar.

ETIMO Der. di *impulsivo*

DATA 1903.

Tendenza a comportarsi in modo precipitoso e violento.

Dice la *psicologia*

L'**impulsività** è la **difficoltà nel modulare e controllare le proprie risposte emotive**, soprattutto in presenza di stati emotivi intensi o di situazioni percepite come stressanti. L'impulsività si manifesta nella **tendenza ad agire in modo rapido e poco riflessivo**, con una ridotta capacità di inibire comportamenti immediati e di considerare le possibili conseguenze a medio e lungo termine delle proprie azioni.

Importante, quindi, **supportare gli adolescenti nello sviluppo delle funzioni neurologiche, della regolazione e dell'intelligenza emotiva**. Come? Grazie a tecniche di co-regolazione che permettono di gestire le emozioni intense, ma anche influenzando positivamente le loro scelte, mostrandosi adulti coerenti, calmi ed emotivamente disponibili.



Lo sapevi che...

Durante l'adolescenza, il cervello continua a svilupparsi. Alcune aree sono molto attive (es. l'amigdala, sede delle risposte emotive), mentre altre, come la corteccia prefrontale (che regola pianificazione e controllo degli impulsi), sono ancora in fase di sviluppo. Ecco perché gli adolescenti sono spesso impulsivi ed emotivi. È biologia!

Dal  NUOVO
DEVOTO
-OLT

Incel

/ingl. 'Inseɪ || in it. 'Ins,ɛl/
s.m. invar.

ETIMO Voce ingl., comp. di *in(voluntary)* 'involontario' e *cel(ibate)* 'celibe'

DATA 2017.

GERG. Nel linguaggio dei social network, persona, generalmente eterosessuale di sesso maschile, che non riesce a instaurare relazioni sentimentali con le donne e pertanto manifesta sentimenti di frustrazione e talvolta di odio nei loro confronti.

Dice la *psicologia*

Incel è un termine che indica individui, prevalentemente uomini, che si identificano come celibi involontari, ovvero incapaci di instaurare relazioni sentimentali o sessuali nonostante il desiderio di farlo. Gli *incel* spesso attribuiscono la responsabilità della loro condizione a fattori esterni, come l'eccessivo valore attribuito all'aspetto fisico o il potere delle donne nella scelta dei partner. **Questo senso di esclusione e frustrazione può favorire sentimenti di rabbia, risentimento e misoginia, e in alcuni casi contribuire a comportamenti aggressivi o violenti.**



Dal  **NUOVO
DEVOTO
-OLT**

Intelligenza *Emotiva*

(in•tel•li•gèn•za) (arc. intelligenza) s.f.

ETIMO Dal lat. *intelligentia*, der. di *intelligĕre* 'comprendere'

DATA prima del 1276.

1. Capacità di ragionare, comprendere, apprendere e attribuire un significato pratico o concettuale ai vari momenti dell'esperienza.
2. Prontezza, vivacità e sicurezza nel capire e ragionare; acume, intuito, perspicacia.
3. Negli animali, capacità più o meno sviluppata di processi di associazione, astrazione, coordinazione.
4. **TEOL.** Sostanza spirituale dotata di facoltà intellettive e operative più o meno ampie.
5. **FIG.** Persona dotata di ingegno, preparazione e capacità non comuni; intelletto, mente ingegno.
6. **NON COM.** Corretta interpretazione e comprensione. Competenza e capacità specifiche.
7. Accordo d'intenti, spec. di natura privata o addirittura segreta.
8. **MAR.** Bandiera o segnalazione luminosa che, nel codice marinarresco significa 'ho capito il segnale ricevuto'.

Dice la *psicologia*

L'intelligenza emotiva riguarda la **capacità di elaborare informazioni emotive e utilizzarle nel ragionamento e in altre attività cognitive**. Questa annovera un ampio ventaglio di abilità che riguardano la capacità di riconoscere, monitorare e distinguere le proprie emozioni e quelle altrui, utilizzando tali informazioni per orientare il pensiero, le decisioni e il comportamento. Inoltre, significa regolare le proprie emozioni e quelle altrui al fine di promuovere la crescita personale e il benessere.



Manipolazione

(ma•ni•po•la•zió•ne) s.f.

ETIMO Der. di *manipolare* (2)

DATA sec. XVII.

1. Procedimento di mescolanza di vari ingredienti in ambito alimentare, chimico o farmaceutico.

Modificazione o alterazione.

2. FIG. Rielaborazione o falsificazione di contenuti per lo più a scopo tendenzioso o truffaldino.

NON COM. Macchinazione, raggiro.

Operazione di condizionamento o controllo.

3. MED. Ciascuna delle operazioni manuali che si compiono nella massoterapia e in fisioterapia.

4. TEC., ELETTR., TELECOM. Operazione attuata per mezzo di un manipolatore.

Dice la *psicologia*

La **manipolazione** rappresenta una **modalità relazionale tramite cui una persona cerca di esercitare controllo o influenza sull'altro a proprio vantaggio**. Tale influenza non si manifesta in maniera esplicita, ma attraverso **strategie indirette** che possono includere la **colpevolizzazione**, la **minimizzazione**, la **distorsione della realtà**, la **pressione emotiva** o l'**ambiguità comunicativa**. La manipolazione si fonda su un'asimmetria relazionale, in cui il manipolatore sfrutta la vulnerabilità emotiva o il bisogno di approvazione dell'altro per mantenere il controllo o ottenere determinati esiti. Pur presentandosi spesso in forme sottili e difficilmente riconoscibili, **la manipolazione tende nel tempo a compromettere l'autonomia, l'autostima e la percezione di realtà della persona coinvolta**.



Manosphere (*Manosfera*)

Dal Cambridge Dictionary:

Websites and internet discussion groups that are concerned with men's interests and rights as opposed to women's, often connected with opposition to feminism or dislike of women:

Some parts of the manosphere have been described as promoting a misogynistic worldview. Inherent gender differences are a popular topic in the manosphere. The androsphere is a vast, diverse network of blogs and forums.

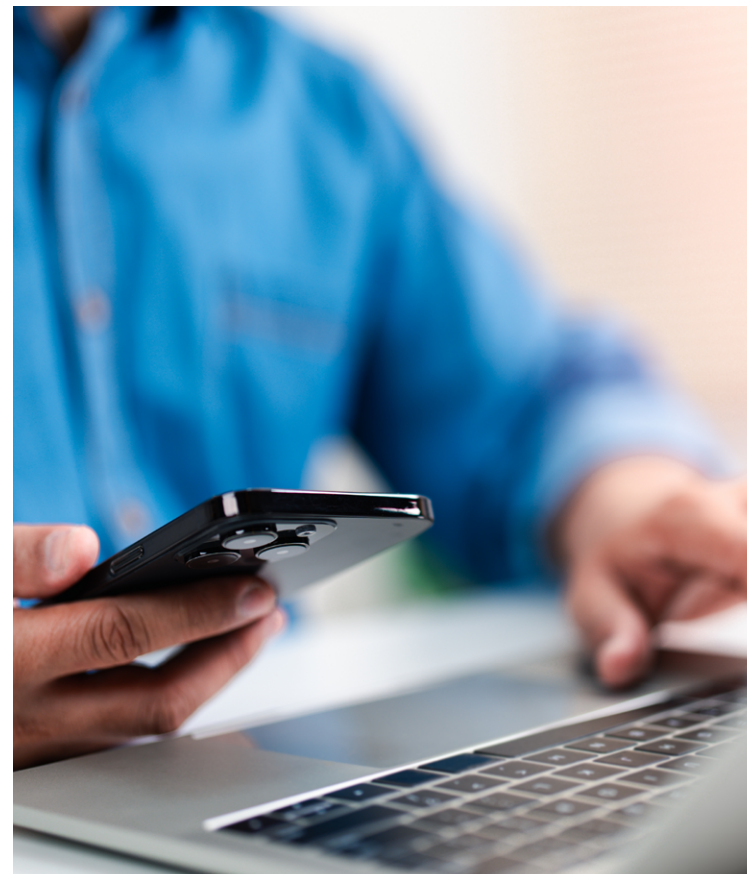
Traduzione:

Siti web o gruppi di discussione su internet che si occupano degli interessi e dei diritti degli uomini in contrapposizione a quelli delle donne, spesso connessi all'opposizione al femminismo o all'antipatia per il genere femminile.

- Alcune parti della manosphere sono state descritte come promotrici di una visione del mondo misogina
- Le differenze di genere sono un tema popolare nella manosphere
- L'androsphere è una vasta rete di blog e forum.

Dice la *psicologia*

Manosphere è un termine che indica **un insieme di comunità online principalmente frequentata da uomini**, costituito da forum, siti web e gruppi sui social media, in cui si condividono opinioni e ideologie legati alle relazioni di genere, alla sessualità e, più specificatamente, alla **mascolinità**. La manosphere comprende sottogruppi eterogenei, tra cui gli *incel*, e spesso **promuove narrazioni anti-femministe e misogine**.



Miti dell'Amore Romantico

(mì•to) s.m.

ETIMO Dal gr. *mýthos* 'parola, narrazione, favola, leggenda'

DATA prima del 1853.

1. Narrazione fantastica a carattere religioso o comunque simbolico, tramandata oralmente o in forma scritta, delle vicende di eroi personaggi sovranaturali o divinità, con cui si spiegano le origini dell'umanità o di un popolo, il funzionamento dell'universo e dei fenomeni

naturali, i fondamenti di un sistema sociale e culturale.

2. FILOS. Vicenda o immagine che nella filosofia, spec. platonica, ha il duplice intento di esemplificare o riassumere un processo logico oppure di sostituirsi alla razionalità nell'estremo tentativo di cogliere unità non altrimenti raggiungibili.

3. Evento, fenomeno sociale, ideale o personaggi

di grande carisma capace di polarizzare le aspirazioni di una comunità o di un'epoca, elevandosi a simbolo privilegiato e trascendente.

4. Ciò che è all'origine dell'ispirazione di un artista, di uno scrittore.

5. Nobile ideale destinato a non trovare riscontro nella realtà.

Utopia, illusione, sogno.

5. FIG., COLLOQ.

Oggetto particolarmente bello, oppure strumento, veicolo che offre eccezionali prestazioni.

Persona dotata di qualità e capacità eccezionali; asso, fenomeno.

Dice la *psicologia*

I **miti dell'amore romantico** riflettono un **insieme di credenze socialmente condivise relative alla "vera natura dell'amore", veicolate attraverso i media e i modelli culturali di riferimento**. Tali credenze influenzano fortemente le modalità con cui gli adolescenti concepiscono e vivono le relazioni sentimentali, orientando aspettative, atteggiamenti e comportamenti in ambito sentimentale. Tra i miti maggiormente diffusi nella società contemporanea figurano, ad esempio: il **mito dell'equivalenza**, in cui la passione viene intesa al pari dell'essere innamorati; il **mito della metà perfetta** (o dell'anima gemella), che trasmette l'idea che esista una persona predestinata per ciascun individuo; il **mito della passione eterna**, vale a dire la sensazione che l'amore sia vero e puro soltanto se la passione per l'altro dura per sempre; il **mito dell'onnipotenza**, che riflette la credenza che qualsiasi ostacolo possa essere superato se si ha fiducia nel vero amore. In particolare, nelle società occidentali risulta **ampiamente diffuso il mito dell'amore romantico caratterizzato dall'idealizzazione del partner e dall'idea che la relazione implichi totale coinvolgimento e sacrificio di sé**. Tale mito riflette inoltre la convinzione che la gelosia e i comportamenti di controllo costituiscano segni d'amore.



Dal **DO** NUOVO
DEVOTO
-OLI

Negazione

(ne•ga•zió•ne) s.f.

ETIMO Dal lat. *negatio* -onis, der. di *negare* 'negare'

DATA sec. XIV.

1. L'azione con cui si impedisce o vieta qualcosa.

Risposta o giudizio di radicale opposizione o di rifiuto.

2. Azione, comportamento, cosa o anche

persona che si dimostrano contrari ai principi ai quali dovrebbe ispirarsi o ai fini che dovrebbe perseguire.

3 LING. Formula linguistica che nega un'intera frase (per es.: no) o una sua parte attraverso un avverbio (per es.: non vengo) o una congiunzione (per es.: tacque, né per lungo tempo riprese a parlare).

4 PSIC. In psicoanalisi, il processo di autodifesa del paziente che, per rimuovere certi contenuti mentali, nega che gli appartengano.

5 LOG. negazione di una proposizione P, proposizione vera se e soltanto se P è falsa.

6 ARC. Mortificazione, abnegazione, sacrificio: umiltà era un sentimento d'anima contrita e negazione della propria volontà. (Belcari).

Dice la *psicologia*

La **negazione** è un **meccanismo di difesa** tramite il quale la persona rifiuta di riconoscere elementi della realtà esterna o aspetti della propria esperienza interna che risultano minacciosi, dolorosi o difficili da tollerare sul piano emotivo. Attraverso questo processo, pensieri, emozioni, eventi o comportamenti vengono **esclusi dalla consapevolezza**, poiché **il loro riconoscimento genererebbe un disagio**. La negazione può manifestarsi in diverse forme, che vanno dal non riconoscere un fatto oggettivo al minimizzare la sua importanza o il suo impatto a livello emotivo. In questo senso, essa svolge quindi una **funzione di protezione dell'equilibrio psicologico**, consentendo una **temporanea riduzione della sofferenza emotiva**. Tuttavia, sebbene possa risultare funzionale nel breve periodo, favorendo un avvicinamento graduale a esperienze emotivamente intense, **la negazione diventa disfunzionale quando persiste nel tempo** e ostacola l'elaborazione emotiva, la presa di consapevolezza e l'attivazione di strategie di *coping* più efficaci.



Dal  **NUOVO
DEVOTO
-OLI**

Normatività

(nor•ma•ti•vi•tà) s.f.

ETIMO Der. di *normativo*, sul modello del fr. *normativité*

DATA 1965.

Valore normativo.

In varie teorie etiche contemporanee, la possibilità di applicare norme nell'ambito di una comunità politica e comunicativa, secondo la razionalità del giudizio.

Dice la *psicologia*

La normatività riflette un insieme di norme, aspettative e regole sociali e culturali che definiscono **ciò che è considerato appropriato e accettabile in un determinato contesto e in una specifica fase dello sviluppo**. La normatività opera sia a livello esterno, attraverso regole e standard condivisi, sia a livello interno, come interiorizzazione delle norme, contribuendo a orientare il comportamento individuale e a fornire una cornice di riferimento per la valutazione di sé e degli altri.



Dal  **NUOVO
DEVOTO
-OLI**

Pensiero Critico

(pen•siè•ro)

(arc. e lett. *pensero, pensiero*) s.m.

ETIMO Dal provenz. *pensier*, dal lat. *pensare* 'pesare con cura' e poi 'valutare, considerare'

DATA inizio sec. XIII.

1. La facoltà relativa alla formazione di contenuti mentali.
 2. Mente, cervello come sede della facoltà immaginativa o mnemonica. Considerazione, concentrazione, attenzione.
 3. **FILOS.** L'attività spirituale in quanto sostrato o sfondo ideale dell'azione o dell'espressione (a cui può essere contrapposta).
 4. Riflessione individuale, opinione, giudizio su determinati fatti o episodi. Nel linguaggio giornalistico, può affiancarsi al nome del personaggio che lo esprime.
 5. Contenuto della coscienza influenzato da episodi della vita dell'individuo sul piano affettivo, emozionale, culturale, intellettuale, ecc.
 6. Ansia, preoccupazione.
 7. Proposito, progetto, idea.
 8. Attenzione affettuosa, cura.
- Piccolo dono, regalino.

Dice la *psicologia*

Il pensiero critico riflette la **capacità di esaminare informazioni ed esperienze in modo oggettivo, identificando e valutando** i fattori che condizionano atteggiamenti e comportamenti. Questo processo si articola in **sei abilità cognitive fondamentali**, ciascuna corrispondente a una fase operativa del pensiero critico:

1. **Interpretazione:** consiste nel decodificare e chiarire il significato di dati, esperienze, fatti, procedure, definendo in modo comprensibile la situazione o il problema in esame.
2. **Analisi:** permette di identificare le componenti che costituiscono il problema ed evidenziare le relazioni logiche che intercorrono tra di esse.
3. **Valutazione:** riguarda la verifica della credibilità e dell'affidabilità delle informazioni disponibili, considerando la fonte e la coerenza logica tra i dati e le convinzioni esistenti.
4. **Inferenza:** consente di trarre conclusioni ragionevoli basate sui dati e sulle osservazioni precedentemente analizzate, verificandone la giustificazione.
5. **Spiegazione:** implica la capacità di comunicare in maniera lineare e coerente i risultati del ragionamento, mettendo in luce i nessi logici tra concetti e decisioni.
6. **Verifica:** consiste nel monitorare e riflettere sul proprio ragionamento, esaminando la solidità delle conclusioni e apportando eventuali correzioni per garantire maggiore accuratezza.

Fondamentale, soprattutto negli anni dell'adolescenza e preadolescenza, **aiutare i ragazzi a sviluppare un pensiero critico** che li aiuti nelle diverse fasi della loro vita. La scuola risulta il primo spazio più indicato per quest'attività, ma anche la famiglia non è esente da tutto ciò. Dialogo, lettura, ascolto, analisi delle esperienze personali: tutto questo aiuta a formare ragazzi e ragazze, rendendoli più consapevoli e autonomi.

Dal DO NUOVO
DEVOTO
-OLI

Sbilanciamento di Potere

(po•té•re) (arc. potere) s.m.

ETIMO Sostant. del verbo *potere*

DATA sec. XIII.

1. Facoltà di fare qualcosa, secondo la propria volontà.
2. Influenza esercitata su qualcuno o su qualcosa; autorità, ascendente, influsso.
3. Dominio, supremazia.
4. Capacità straordinarie o soprannaturali.
5. Organismo che esercita l'autorità politica, giuridica, amministrativa o religiosa.

La facoltà assoluta di azione attribuita agli organismi che esercitano un'autorità.

6. L'autorità conferita da una carica, un ufficio, una funzione.
7. **ASSOL.** Posizione predominante, supremazia, dominio.
8. **GIORN.** quarto potere.
9. **ECONOM.** potere contrattuale.

10. TECN., SCIENT. Proprietà di un materiale, di un meccanismo, di un dispositivo, ecc. che permette di ottenere determinati effetti; capacità, forza.

Dice la psicologia

Lo sbilanciamento di potere fa riferimento a una condizione in cui il controllo, l'influenza o la capacità decisionale all'interno di una relazione interpersonale **è distribuito in modo diseguale tra i partner**. Questo squilibrio può manifestarsi attraverso comportamenti di dominanza, manipolazione, coercizione o limitazione dell'autonomia dell'altro, influenzando la dinamica relazionale, la qualità della comunicazione e il benessere individuale degli individui coinvolti.



Dal  **NUOVO
DEVOTO
-OLI**

Relazione *Aperta*

(re•la•zió•ne). s.f.

ETIMO Dal lat. *relatio* -onis, der. di *relatus*, p. pass. di *referre* 'riferire'

DATA inizio sec. XIV.

1. Esposizione orale o scritta intorno a un determinato argomento.

Resoconto di determinati fatti.

POLIT. L'illustrazione di un disegno di legge fornita dal governo o da un membro del parlamento relatore.

DIR. Esposizione dello svolgimento del processo fatta dal giudice.

2. Nesso che intercorre tra due o più fatti, fenomeni, concetti, ecc.; rapporto (anche **+tra, con**).

3. Legame, vincolo, rapporto esistente tra due o più persone, gruppi, istituzioni, nazioni, ecc. (anche **+tra, con**).

Legame sentimentale, amoroso

4. (*al pl.*) Conoscenze, amicizie su cui poter contare in caso di bisogno.

5. LING. accusativo di relazione.

6. MAT. Legame tra due o più grandezze; anche, formula attraverso cui tale legame viene espresso.

Dice la *psicologia*

La **relazione aperta** è una **tipologia relazionale non convenzionale** in cui i partner concordano di **non limitare la propria intimità emotiva o sessuale esclusivamente l'uno all'altro, stabilendo regole e confini condivisi** che possono essere rivisti e adattati nel tempo. Nella relazione aperta, quindi, la coppia può decidere di avere altri partner, prevalentemente di natura sessuale, senza che ciò implichi la conclusione della relazione principale.





Dal DO NUOVO
DEVOTO
-OLI

Sentimento

(sen•ti•mén•to) s.m.

ETIMO Der. di *senitre*

DATA sec. XIV.

1. Momento della vita interiore, pertinente al mondo degli affetti e delle emozioni; sensazione, moto (+ di).

Sensazione psico-fisica determinata da stimoli sensoriali o da processi mentali; senso.

2. L'affettività, in quanto contrapposta all'intelletto o alla ragione; cuore.

(spec. al pl.) il modo di pensare, in quanto indicativo del carattere o dell'etica di un individuo.

3. Partecipazione emotiva, passione.

4. Delicatezza d'animo, sensibilità.

5. Consapevolezza intimamente acquisita o maturata di principi e valori etici; senso (+ di).

6. **COLLOQ.** La facoltà di compiere determinati atti o di averne la coscienza o il controllo; senno.

7. **NON COM.** Senso.

Concetto, significato.

Dice la *psicologia*

Il **sentimento** è una **disposizione affettiva relativamente stabile e duratura**, diretta verso una persona, un oggetto o una situazione specifica. A differenza delle emozioni, che sono brevi e transitorie, **i sentimenti si consolidano attraverso l'elaborazione cognitiva e l'esperienza personale**, inclusi ricorsi, credenze, valori e apprendimenti sociali.





Dal DO NUOVO
DEVOTO
-OLI

Sexting

/ingl. s'ekstihg o s'ekstin/
s.m. invar. INFORM.

ETIMO Voce ingl., comp. di sex "sesso" e (tex) ting 'mandare un messaggio di testo'

DATA 2009.

L'invio di testi o immagini sessualmente esplicite tramite Internet o telefono cellulare. Concetto, significato.

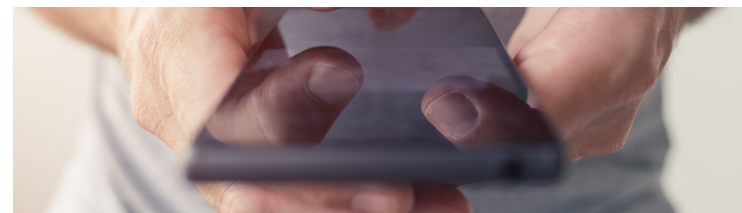
Dice la *psicologia*

Il *sexting* è un **fenomeno sociale e culturale** che riflette una serie di comportamenti di **scambio** (inviare, ricevere, diffondere, postare) di **contenuti sessualmente espliciti** (messaggi di testo e immagini/foto/video) attraverso le nuove tecnologie e i media.

Rispetto al *sexting* in adolescenza è possibile riconoscere **due principali prospettive**: la prospettiva **evolutiva** e la prospettiva **clinica**. La prima considera il *sexting* come uno strumento attraverso il quale gli adolescenti possono soddisfare bisogni evolutivi legati all'esplorazione della propria identità sessuale, considerandolo quindi come un fenomeno normativo traslato al contesto online. La prospettiva clinica, invece, si concentra sui potenziali effetti negativi e sui rischi (ad esempio, la diffusione non consensuale, cyberbullismo, molestie), concependo il *sexting* come un comportamento deviante con possibili conseguenze gravi sul benessere psicologico e sull'adattamento dell'individuo.

Un'ulteriore prospettiva propone la distinzione tra **sexting consensuale** e **sexting non consensuale**. Nel primo caso, il *sexting* non viene concepito come negativo, ma piuttosto come un "prodotto dei media" impiegato dagli adolescenti come **modalità di esplorazione sessuale**. Nel secondo caso, invece, il *sexting* assume una valenza negativa e problematica, configurandosi come una **violazione della privacy individuale** e rappresentando un rischio per l'adolescente coinvolto.

Infine, il *sexting* può essere **primario e secondario**. Il *sexting* primario concerne l'invio e la ricezione di materiale sessualmente esplicito tra pari in modo consensuale e senza che i contenuti vengano condivisi con terzi. Il *sexting* secondario, invece, implica la diffusione o la ricezione di materiale sessuale riguardante una terza persona che non ha autorizzato la condivisione.





Dal  NUOVO
DEVOTO
-OLI

Stalkerare

(stal•ke•rà•re /stolk-/)

ETIMO Der. dell'ingl. *stalker* (v.)

DATA 2015.

Fare *stalking*, molestare qualcuno con ripetuti e ossessivi comportamenti persecutori e intrusivi.

Dice la *psicologia*

Stalkerare è un termine colloquiale utilizzato per indicare l'**insieme di comportamenti ripetuti, intrusivi e non desiderati messi in atto da una persona nei confronti di un'altra, con l'obiettivo di controllarla, monitorarla o mantenere un contatto forzato**. Tali comportamenti possono includere, ad esempio, **contatti insistenti** (messaggi, chiamate, mail), **sorveglianza, uso dei social media per controllare o interferire nella vita dell'altro e violazione dei confini personali**, anche in assenza di una relazione attuale o dopo la sua conclusione.

Lo *stalking* riflette spesso **difficoltà nella regolazione emotiva, nella gestione del rifiuto e nella separazione**, nonché bisogni di controllo o paura dell'abbandono. Per la persona che lo subisce, lo *stalking* può avere conseguenze significative sul benessere psicologico, generando ansia, paura, stress, ipervigilanza e una compromissione del senso di sicurezza e autonomia.



Dal DO NUOVO
DEVOTO
-OLI

S

Stereotipo di Genere

(ste•re•ò•ti•po) agg., s.

ETIMO Comp, di *stereo-* e *-tipo*, sul modello del fr. *stéréotype*

DATA 1800.

----agg.----

1 TIPOGR. Relativo al sistema di riproduzione per stereotipia.

2 FIG. CON COM. Stereotipato.

----s.m.----

1. Modello convenzionale di pensiero, di discorso, di comportamento; luogo comune, cliché.

PSIC. Opinione rigidamente preconstituita e generalizzata, cioè non acquisita sulla base di un'esperienza diretta e che prescinde dalla valutazione dei singoli casi, su persone o gruppi sociali.

2 LING. Sequenza fissa di parole, ripetuta in modo meccanico e banalizzata; frase fatta.

Espressione o singola parola nella quale si riflettono pregiudizi o opinioni negative su gruppi sociali, professionali o etnici (per es. contadino per 'persona rozza').

Dice la *psicologia*

Gli stereotipi di genere consistono in **rappresentazioni culturali rigide dei ruoli di uomini e donne**, sia nella sfera pubblica sia in quella privata. Essi delineano le **aspettative sociali nei confronti di ciascun genere**, definendo quali comportamenti, emozioni e atteggiamenti siano considerati appropriati, accettabili o desiderabili per maschi e femmine. Queste convinzioni si riflettono anche su desideri, professioni, competenze, interessi e abilità, **trascurando però le differenze individuali all'interno di ciascun genere**. Le credenze socialmente veicolate su maschile e femminile, se non riconosciute e messe in discussione, possono influenzare profondamente i percorsi di vita personali e le relazioni sociali, costituendo una vera e propria "gabbia" culturale.

Tra gli adolescenti e i preadolescenti, questi meccanismi si intensificano, soprattutto se messi in relazione al **bisogno di appartenenza**. Forte è la **ricerca di identità sociale**, che sfocia nel **bias dell'in-group** (il gruppo a cui sentono di appartenere), portandoli a favorire i membri del proprio gruppo sociale (es. maschi vs femmine) rispetto ad altri. La conseguenza di questo bias è la **categorizzazione eccessiva**, seguita a ruota da **pregiudizi e stereotipi**, che vanno a inficiare la vita quotidiana, con un **impatto sociale e individuale** concreto nella vita dei ragazzi e delle ragazze.



Dal  **NUOVO
DEVOTO
-OLI**

Triggerare

(trig•ge•rà•re/trigge-/) v.tr.

ETIMO Der. dell'ingl. *trigger* (v.)

DATA 1976.

1 GERG. Nel linguaggio giovanile, innescare, attivare.

2 PSIC. Provocare una reazione, in particolare mediante uno stimolo che induce una persona a rivivere una precedente esperienza traumatica.

Dice la *psicologia*

Il termine significa l'**atto di attivare o risvegliare una reazione emotiva intensa in una persona a seguito di stimoli specifici**, che possono essere eventi, parole, immagini, suoni o ricordi.



