



SEMINARIO

“La solitudine durante l’adolescenza e la prima età adulta: dalle motivazioni al ritiro sociale alle implicazioni per la salute mentale”

Dott.ssa Giulia PECORA

(assegnista di ricerca)

Dipartimento di Psicologia dei processi di sviluppo e socializzazione

La solitudine è una sensazione negativa che viene percepita quando emerge una insoddisfazione per lo stato attuale delle proprie relazioni interpersonali, in termini di quantità e/o qualità. Questo sentimento non coincide con la quantità di tempo trascorso da soli o con il trovarsi fisicamente separati da altre persone: può essere percepito anche quando si sta insieme ad altre persone e si stabiliscono relazioni sociali. La solitudine durante l’adolescenza e la prima età adulta rappresenta un tema di crescente interesse, in quanto può influenzare profondamente il benessere emotivo e la salute mentale dell’individuo in una fase dello sviluppo caratterizzata da profondi cambiamenti. Mentre tutti questi cambiamenti possono offrire opportunità di crescita e di scoperta di sé, possono al tempo stesso rappresentare fattori di rischio per l’emergere di sentimenti di solitudine e scarso benessere psicosociale (es., sintomi di ansia, depressione, problemi di sonno). Tra i fattori che contribuiscono ad alimentare il sentimento di solitudine, le motivazioni al ritiro sociale, definite come la tendenza ad allontanarsi dalle opportunità di interazione sociale con gli altri, assumono particolare rilievo. Negli studi che verranno presentati, ci si è posti i seguenti obiettivi: i) studiare, attraverso un approccio centrato sulla persona, come le diverse motivazioni al ritiro sociale (timidezza, evitamento sociale, asocialità) si associno a sintomi di tipo internalizzante, inclusa la solitudine, in un gruppo di 348 studenti universitari; ii) esaminare le relazioni tra motivazioni al ritiro sociale, tempo trascorso da soli e indici di problemi internalizzanti in un gruppo di 169 bambini e adolescenti; iii) indagare il ruolo della solitudine e della *positivity* nello sviluppo di problematiche relative alla salute mentale e al sonno in un gruppo di 564 adolescenti durante la pandemia da COVID-19; iv) analizzare, con un approccio centrato sulla persona, le possibili associazioni tra il funzionamento emotivo di 579 adolescenti durante il periodo pandemico e il supporto sociale percepito e lo stile di vita (sonno, dipendenza da smartphone e videogiochi, attività fisica); v) indagare l’evoluzione della solitudine durante l’adolescenza e la prima età adulta, in ottica longitudinale dai 16 ai 26 anni, ed esplorare il potenziale ruolo protettivo del comportamento prosociale. Verranno infine discussi i risvolti applicativi che questi studi suggeriscono, mirati a promuovere il benessere emotivo e la salute mentale di adolescenti e giovani adulti.

17 aprile 2024

ore 08.30 - Aula 3 “Eraldo De Grada”

Dipartimento di Psicologia dei processi di sviluppo e socializzazione

Facoltà di Medicina e Psicologia

Via dei Marsi, 78 - 00185 Roma