

Dipartimento di Psicologia

Dottorato di Ricerca in Psicologia, Linguistica e Neuroscienze Cognitive  
Ciclo XXXIII

Curriculum in Psicologia Sociale, Cognitiva e Clinica

# **ON BECOMING ONESELF**

## **Autenticità nell'adulità emergente**

Nicolotti Matilde

Matricola 736945

Tutor: Prof.ssa Maria Elena Magrin

Coordinatore: Prof. Marco Perugini

**ANNO ACCADEMICO 2019/2020**



## Indice

<b>Riassunto</b> .....	<b>6</b>
<b>Abstract</b> .....	<b>8</b>
<b>Introduzione</b> .....	<b>10</b>
<b>1. L'adulto emergente</b> .....	<b>13</b>
1.1 Un particolare periodo di transizione.....	13
1.2 Caratteristiche dell'adulità emergente .....	14
1.3 Luci e ombre dell'adulità emergente .....	18
<b>2. La formazione dell'identità</b> .....	<b>21</b>
2.1 Teorie dello sviluppo identitario: da Erikson a Luyckx .....	21
2.2 Distress identitario .....	24
2.4 Formazione dell'identità e distress identitario nell'adulto emergente .....	25
<b>3. Autenticità</b> .....	<b>28</b>
3.1 Origini del costrutto: dalla filosofia alla psicologia .....	28
3.2 Prospettive teoriche.....	30
3.3 Definizioni operative e ricerca empirica .....	34
<b>4. Studio 1 - Autenticità e Identità nell'adulità emergente</b> .....	<b>38</b>
4.1 Obiettivi e Ipotesi.....	40
4.2 Metodo .....	41
4.2.1 Partecipanti.....	41
4.2.2 Procedura .....	41
4.2.3 Misure .....	42
4.2.4 Analisi .....	43
4.3 Risultati .....	44
4.3.1 Analisi preliminari .....	44
4.3.2 Primo Obiettivo: relazioni tra Autenticità e Identità.....	47
4.3.3 Secondo Obiettivo: Profili di Funzionamento Autentico e loro relazioni .....	49
4.4 Discussione.....	55

4.4.1	Caratteristiche del campione .....	55
4.4.2	Relazioni tra autenticità e identità.....	56
4.4.3	Opportunità di un approccio centrato sulla persona.....	57
4.4.4	Considerazioni generali, limiti e direzioni future. ....	60
<b>5.</b>	<b>Il ruolo del contesto per uno sviluppo autentico .....</b>	<b>62</b>
5.1	Accettazione incondizionata e supporto all'autonomia .....	62
5.2	Contesto familiare e adultità emergente.....	67
5.3	Evidenze dalla ricerca empirica .....	69
<b>6.</b>	<b>Studio 2 - Autenticità e contesto familiare nell'adultità emergente .....</b>	<b>74</b>
6.1	Obiettivi e Ipotesi.....	75
6.2	Metodo .....	75
6.2.1	Partecipanti.....	75
6.2.2	Procedura .....	75
6.2.3	Misure .....	76
6.2.4	Analisi .....	77
6.3	Risultati .....	78
6.3.1	Descrittive .....	78
6.3.2	Relazioni tra percezione dei genitori, benessere e sintomatologia (H1 e H2) .....	79
6.3.3	Controllo delle relazioni con le variabili socio-anagrafiche .....	80
6.3.4	Verifica dell'effetto mediatore dell'autenticità (H3) .....	81
6.4	Calore Percepito e Autenticità: analisi supplementari dei ruoli di Genere .....	85
6.5	Discussione.....	86
6.5.1	Limiti e direzioni future .....	89
<b>7.</b>	<b>Studio 3 - Autenticità e calore nella diade genitore-figlio .....</b>	<b>91</b>
7.1	Obiettivi e Ipotesi.....	92
7.2	Metodo .....	93
7.2.1	Partecipanti.....	93
7.2.2	Procedura .....	93

7.2.3 Misure .....	94
7.2.4 Analisi .....	94
7.3 Risultati .....	95
7.3.1 Obiettivo 1: Autenticità dei genitori e sue relazioni .....	95
7.3.2 Obiettivo 2: Calore percepito dai figli e caratteristiche del genitore .....	96
7.3.3 Obiettivo 3: Ruolo moderatore delle caratteristiche della diade .....	97
7.4 Discussione .....	99
7.4.1 Limiti e direzioni future .....	101
<b>Conclusioni .....</b>	<b>103</b>
<b>Bibliografia .....</b>	<b>105</b>
<b>Ringraziamenti .....</b>	<b>122</b>

## **Riassunto**

Il presente lavoro di tesi affronta il tema dell'autenticità tra gli adulti emergenti, soffermandosi in particolare sui legami dell'autenticità con lo sviluppo identitario e sul ruolo del contesto familiare di riferimento nel supportare un funzionamento autentico e il benessere dell'individuo.

Definire la propria identità è un compito complesso per l'adulto emergente che si trova ad affrontarlo, in particolare nel contesto sociale odierno, caratterizzato da una moltitudine di possibilità identitarie da selezionare e integrare. L'adulto emergente è chiamato a compiere delle scelte e in questo contesto si tratta da un lato di una sfida ricca di stimoli, dall'altro di una fonte di distress non indifferente. La qualità delle domande che guidano l'esplorazione in questa fase, inoltre, porta l'adulto emergente a confrontarsi con la propria conoscenza e consapevolezza di Sé, mettendo in luce il tema dell'autenticità dell'individuo e dell'identità che va costruendosi. Sebbene vi sia un'ampia letteratura teorica e una crescente letteratura empirica relativa al costrutto di autenticità, alla sua definizione e alle sue implicazioni per il benessere della persona, scarsa attenzione è stata dedicata alla relazione tra autenticità e identità, nonostante il forte nesso teorico riscontrabile tra i due costrutti.

Muovendo da queste considerazioni, la prima parte del presente elaborato è dedicata al rapporto tra autenticità e identità nell'adulto emergente. Viene dato spazio alla definizione dell'adulthood emergente, dei processi di formazione dell'identità e del costrutto di autenticità, a partire dalla sua storia nel pensiero filosofico e psicologico. A seguire, un primo contributo empirico presenta un'analisi dei rapporti tra autenticità e formazione dell'identità nell'adulto emergente e pone a confronto due modalità di analisi degli stessi, evidenziando i potenziali vantaggi di un approccio analitico centrato sulla persona.

La seconda parte dell'elaborato volge invece l'attenzione agli elementi del contesto sociale, in particolare del contesto familiare, in grado di supportare uno sviluppo e un funzionamento autentico. La letteratura teorica ed empirica converge infatti nel suggerire che elementi di accettazione incondizionata, supporto all'autonomia e calore nella relazione con i genitori siano fondamentali per lo sviluppo di consapevolezza e autonomia, elementi centrali nella definizione di autenticità, nonché per sostenere il benessere dell'individuo anche nella fase dell'adulthood emergente. A seguito dell'esposizione delle principali formulazioni teoriche sull'argomento e dei principali contributi della ricerca in merito, vengono presentati i risultati di due studi empirici. Il primo studio sottopone a verifica empirica il modello che vede l'autenticità come mediatore nella relazione tra dette caratteristiche della relazione con i genitori e il buon adattamento psicologico dell'adulto emergente. Il secondo prende in considerazione diadi di genitori e figli in questa fase dello sviluppo

approfondendo i legami tra caratteristiche della relazione, autenticità di genitori e autenticità dei figli e tenendo in considerazione possibili differenze nelle diadi materne e paterne.

I risultati degli studi presentati sostengono l'importanza di promuovere un funzionamento autentico, in particolare nella componente relativa alla consapevolezza di Sé, in relazione alla formazione dell'identità degli adulti emergenti. Mettono inoltre in luce la rilevanza di relazioni significative caratterizzate da calore, vicinanza e accettazione a sostegno dell'autenticità dei giovani in questa fase evolutiva e del loro benessere.

**Parole chiave:** Autenticità, Identità, Adulto Emergente, Supporto Autonomia, Accettazione Incondizionata.

## **Abstract**

The present work takes on the topic of authenticity among emerging adults, reflecting specifically on the ties between authenticity and identity development and on the role of the family context in supporting authentic functioning and individual well-being.

Defining one's identity is a complex task for the emerging adult who faces it, particularly in the modern social context, which is characterized by a multitude of identity possibilities to be selected and integrated. Emerging adults are called to make choices, and this is on one hand a stimulating challenge, on the other a source of considerable distress. Moreover, the quality of questions which guide exploration in this phase brings about confrontation with one's knowledge and awareness of one's own Self, highlighting matters of authenticity of the individual and of the identity that is being built. Although there is broad theoretical literature and growing empirical studies on the concept of authenticity, its definition and its implications for personal well-being, scarce attention has been dedicated to the relationship between authenticity and identity, despite the strong theoretical link between the two constructs.

Moving from these considerations, the first part of the present work is dedicated to the relationship between authenticity and identity in emerging adults. The concepts of emerging adulthood, identity formation and authenticity are defined thoroughly, the latter starting from its history in philosophical and psychological thinking. Following, a first empirical study presents an analysis of the connections between authenticity and identity formation in emerging adulthood and confronts two different analytical approaches, underlining potential advantages of a person-centered statistical approach.

The second part of the essay turns its attention towards the elements of the social context, particularly the family context, able to support an authentic development and functioning. Indeed, theoretical and empirical literature converge in suggesting that elements of unconditional acceptance, autonomy support and warmth in the relationships with one's parents are fundamental for the development of awareness and autonomy, central elements in the definition of authenticity, as well as for sustaining individual well-being also in emerging adulthood. Following an exposition of the main theoretical formulations and empirical contributes on the subject, the results of two empirical studies are presented. The first study verifies the goodness of a model which sees authenticity as a mediator in the relationship between the aforesaid characteristics of the relationship with parents and good psychological adjustment in emerging adult children. The second study considers dyads formed by parents and emerging adult children and it focuses on the links between characteristics of the relationship, parents' authenticity, and children's authenticity, taking into account possible differences in maternal and paternal dyads.

Results of presented works highlight importance of promoting an authentic functioning, especially in the component relative to one's Self-awareness, relative to identity formation in emerging adults. They also underline the relevance of significative relationships characterized by warmth, closeness, and acceptance to sustain authenticity and well-being of youth in this developmental phase.

**Keywords:** Authenticity, Identity, Emerging Adult, Autonomy Support, Unconditional Regard.

## Introduzione

Il concetto di autenticità è stato ampiamente oggetto di riflessione nella storia del pensiero umano. Diversi teorici si sono soffermati a cercare di definire cosa renda una vita autentica e questo concetto compare trasversalmente nella letteratura filosofica e psicologica, attraversando prospettive diverse quali quella psicoanalitica, dinamica ed evolutiva (Horney, 1950; Winnicott, 1965; Kohut, 1978; Harter, 2012). Esso assume un ruolo centrale in particolare nella tradizione umanistica ed esistenzialista (Schneider, Pierson & Bugental, 2015; Bugental, 1965), ma nonostante la sua forte rilevanza teorica, esso è stato scarsamente oggetto di indagine empirica fino a tempi recenti, in cui le nuove prospettive apportate dalla Psicologia Positiva e dai recenti sviluppi della *Self-Determination Theory* (Hicks, Schlegel & Newman, 2019; Jongman-Sereno & Leary, 2019) hanno messo in luce la possibilità e la necessità di approfondire lo studio di questo costrutto. Gli autori che in varia veste si sono dedicati allo studio dell'autenticità, ne hanno messo in luce gli aspetti definitivi di agentività, autonomia e consapevolezza, sottolineando da un lato il ruolo di rilievo che questo elemento riveste per il benessere dell'individuo (Kernis & Goldman, 2006; Wood et al., 2008), dall'altro il ruolo fondamentale del contesto sociale nel sostenere uno sviluppo autentico (Rogers, 1959; Ryan & Deci, 2004, 2017). In particolare, sia le formulazioni teoriche sia i risultati delle ricerche empiriche, convergono nel suggerire che relazioni genitoriali che sono fonte di accettazione incondizionata, attraverso elementi di supporto all'autonomia e calore nella relazione, risultino fondamentali perché l'individuo possa sviluppare piena consapevolezza di sé e agire su base intenzionale e autonoma, costruendo quindi il proprio percorso di vita in una direzione autentica.

Alla luce degli elementi evidenziati dalla letteratura relativamente al costrutto di autenticità e al contesto che lo supporta, questi appaiono particolarmente rilevanti nel periodo dell'adulità emergente, fase evolutiva a cavallo tra l'adolescenza e il raggiungimento dell'età adulta e periodo chiave per la formazione dell'identità (Arnett, 2000). Sempre di più, infatti, nelle società industrializzate, l'esplorazione identitaria avviata nel corso dell'adolescenza prosegue in questa fase dello sviluppo acquisendo nuove caratteristiche e permettendo all'individuo di approfondire la propria ricerca identitaria, vagliando differenti opportunità e calibrando l'assunzione di impegni sulla base di ciò che ritiene maggiormente rispondente alla propria natura. Questo protratto processo esplorativo non è però esente da costi e se da un lato costituisce un'eccitante opportunità per l'adulto emergente, dall'altro genera una notevole quantità di distress (Arnett, 2004). In particolare, la qualità delle domande che guidano l'esplorazione identitaria in questo periodo, improntata alla ricognizione di ciò che si ritiene *veramente* rispondente a sé, alla propria natura e alle proprie inclinazioni, può portare alla luce una percezione di incongruenza, di non "essere sé stessi" o di non conoscersi a fondo.

Se costruire la propria identità significa esplorare delle possibilità e compiere delle scelte, si pone anche la questione di compiere scelte che originino non da pressioni esterne, bensì dall'interno, che riflettano un'accurata conoscenza e rappresentazione di sé e delle proprie esperienze. Si pone dunque il problema di definire cosa significhi essere sé stessi o essere autentici e di come la percezione di una maggiore o minore autenticità possa influire sulla formazione dell'identità dell'individuo e sulla risoluzione della crisi identitaria. Data l'importanza del contesto familiare nel sostenere l'autenticità inoltre appare rilevante comprendere se e come questo legame continui a esistere nell'adulthood emergente e che ruolo occupi nel contribuire al benessere o al malessere dei figli adulti emergenti. Nonostante, infatti, in questa fase cambino le caratteristiche della relazione, con i genitori, nella direzione di una maggiore reciprocità, (Arnett, 2015) questa continua a esercitare un ruolo rilevante per il benessere e la formazione della loro identità.

A partire da tali considerazioni, il presente lavoro intende affrontare il tema dell'autenticità tra gli adulti emergenti, analizzando le caratteristiche e le relazioni dell'autenticità in questa popolazione, soffermandosi in particolare sui legami dell'autenticità con lo sviluppo identitario e sul ruolo dell'accettazione e del supporto forniti dal contesto familiare di riferimento.

A tale scopo verrà innanzitutto rivolta attenzione alla fase di sviluppo della popolazione di riferimento, ossia l'adulthood emergente. Verrà definita questa peculiare fase evolutiva, soffermandosi sulle sue caratteristiche, sui compiti che la contraddistinguono e sulle ambiguità che connotano la salute mentale e il benessere di coloro che la stanno attraversando. In secondo luogo, verrà approfondito il tema della formazione dell'identità, fornendo una panoramica delle teorie relative allo sviluppo identitario, dei più recenti sviluppi e del distress che può derivare specificamente dal compito di risoluzione della crisi identitaria. Verranno analizzate le caratteristiche dell'adulto emergente in relazione a tali elementi. A seguire verrà introdotto il costrutto di autenticità, ripercorrendone la definizione in termini filosofici e psicologici e fornendo una panoramica dei principali risultati apportati dalla ricerca empirica.

I temi di questa prima parte saranno oggetto di un primo contributo empirico che intende approfondire il legame tra autenticità e sviluppo identitario nel corso dell'adulthood emergente. Primo obiettivo di tale lavoro è quello di verificare l'esistenza di associazioni tra livelli di autenticità e stati dello sviluppo identitario, nonché distress legato allo stesso. Secondo obiettivo è valutare i vantaggi di una modalità alternativa di analisi dell'autenticità attraverso tecniche di profilazione e di analisi centrata sulla persona. Verrà quindi vagliata la possibilità di individuare diversi profili di autenticità e successivamente verranno analizzate le relazioni di tali profili con lo sviluppo identitario e con il distress a esso associato.

Nella seconda parte dell'elaborato, l'attenzione sarà rivolta agli elementi contestuali in grado di supportare uno sviluppo autentico. Verranno quindi esposte le formulazioni teoriche che sottolineano il ruolo del contesto sociale e familiare e dell'accettazione da esso fornita nel favorire uno sviluppo autentico e verranno ripercorsi i risultati delle ricerche empiriche che ne hanno evidenziato i nessi con un buon adattamento psicosociale. Anche in questa sezione verrà dedicata attenzione particolare al ruolo di questi elementi nel corso dell'adulthood emergente. Seguiranno due ulteriori studi empirici focalizzati sul ruolo del contesto familiare e dell'accettazione nel legame tra autenticità e adattamento psicologico tra gli adulti emergenti. Il primo di tali studi intende sottoporre a verifica empirica il modello secondo cui l'accettazione da parte del contesto di riferimento promuoverebbe autenticità, che a sua volta sarebbe responsabile del buon adattamento psicologico dell'individuo (ruolo mediatore dell'autenticità). Verrà inoltre proposto un approfondimento dei risultati in relazione al ruolo materno e paterno e al genere dei figli. L'ultimo studio prenderà invece in considerazione diadi di genitori e figli adulti emergenti, approfondendo i legami specifici tra autenticità e accettazione all'interno della coppia. Si intende quindi indagare se anche i livelli di autenticità del genitore contribuiscano a predire l'autenticità dei figli da un lato e l'accettazione che il genitore fornisce dall'altro. Si intende inoltre approfondire eventuali differenze in tali relazioni nelle diadi madri-figli e padri-figli, considerando possibili effetti di genere e legati alla convivenza con il genitore. La tabella seguente riassume i contributi empirici riportati nel presente lavoro, illustrandone gli obiettivi.

<b>Studio</b>	<b>Obiettivi</b>
<b>Studio 1: Autenticità e Identità nell'adulthood emergente</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analizzare le relazioni che intercorrono tra autenticità, stati identitari, distress identitario e presenza di un Disordine dell'Identità.</li> <li>2. Valutare i vantaggi dell'utilizzo di un approccio centrato sulla persona nell'analisi del funzionamento autentico e delle relazioni con lo sviluppo identitario</li> </ol>
<b>Studio 2: Autenticità e contesto familiare nell'adulthood emergente</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Verificare l'esistenza di un legame tra accettazione e supporto forniti dal contesto familiare e adattamento psicologico nella fase dell'adulthood emergente.</li> <li>2. Sottoporre a verifica empirica il ruolo mediatore dell'autenticità nella relazione tra accettazione da parte del contesto e buon adattamento psicologico dell'individuo.</li> </ol>
<b>Studio 3: Autenticità e calore nella diade genitore-figlio</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rilevare i livelli di autenticità nella popolazione dei genitori di giovani studenti universitari, vagliarne le relazioni con le loro caratteristiche socio-anagrafiche e la potenziale predittività rispetto all'autenticità dei figli.</li> <li>2. Comprendere se le caratteristiche socio-anagrafiche del genitore e i suoi livelli di autenticità siano in relazione con il calore percepito dai figli.</li> <li>3. Esplorare se le relazioni tra Autenticità dei figli e Autenticità dei genitori varino nelle diadi padri-figli rispetto alle diadi madri-figli e in relazione al genere del figlio e alla convivenza tra i membri della diade.</li> </ol>

## 1. L'adulto emergente

### 1.1 Un particolare periodo di transizione

Con il termine *Emerging Adulthood* o *Adulthood Emergente*, si fa riferimento a un periodo della vita che ha inizio con la conclusione del percorso di istruzione secondaria e termina con il raggiungimento del pieno status di adulto (Kuther, 2006). Generalmente questo periodo dura dai 18 ai 25 anni, ma per molti può estendersi anche fino ai 30 anni circa. Il termine è stato coniato da Arnett (2000), che lo introduce per descrivere un nuovo fenomeno da lui osservato, ovvero il protrarsi per i giovani statunitensi della fase di transizione verso l'età adulta ben oltre l'adolescenza e il connotarsi di questa transizione come una vera e propria fase di sviluppo a sé stante, con le sue proprie peculiarità e caratteristiche che la distinguono dalle limitrofe fasi dell'adolescenza e della giovane età adulta. Arnett identifica questo nuovo stadio dello sviluppo come il prodotto di quattro rivoluzioni socioculturali avvenute tra gli anni '60 e '70 negli Stati Uniti e nei paesi industrializzati: in primo luogo, la rivoluzione tecnologica e il conseguente spostamento da un'economia della produzione ad un'economia dei servizi. Essendo subentrata la possibilità di sostituire diverse posizioni lavorative con l'impiego di macchinari, l'offerta del mercato del lavoro ha subito uno spostamento verso posizioni che richiedono competenze specifiche, sviluppate attraverso un'educazione maggiormente specializzata. Ciò ha portato per molti giovani a un incremento degli anni che vengono investiti in un percorso educativo, postponendo di conseguenza l'ingresso nel mondo del lavoro e l'assunzione di responsabilità adulte ad esso connesse. Una seconda rivoluzione responsabile della comparsa di questa nuova fase dello sviluppo è, secondo Arnett, la rivoluzione sessuale avvenuta con l'introduzione dei metodi contraccettivi ormonali e a seguito della quale sono diventate più comuni ed accettate le relazioni al di fuori del matrimonio. La creazione di una famiglia in termini tradizionali viene così ritardata, a favore di un periodo di esplorazione relazionale. Gli altri due grandi cambiamenti citati dall'autore hanno a che vedere con i movimenti per i diritti delle donne e i movimenti giovanili degli anni '60 e '70; i primi hanno portato ad un ampliamento delle possibilità per le donne al di fuori della vita coniugale, rendendo la tappa del matrimonio meno urgente e meno connotata da pressione sociale, i secondi hanno portato con sé una celebrazione della giovinezza che contribuisce nel ritardare la ricerca e l'assunzione del ruolo adulto. Tale ritardo nel raggiungimento dell'età adulta non si configura però secondo Arnett come un mero periodo di transizione (Fig. 1.1C), bensì come uno stadio dello sviluppo distinto demograficamente, soggettivamente e nelle modalità di esplorazione identitaria, sebbene costruita culturalmente e quindi propria di un certo tipo di società (Arnett, 2007). Tale stadio si inserisce tra l'adolescenza e la giovane età adulta e il passaggio tra uno stadio e l'altro è graduale (Fig. 1.1B) piuttosto che discreto (Fig. 1.1A).

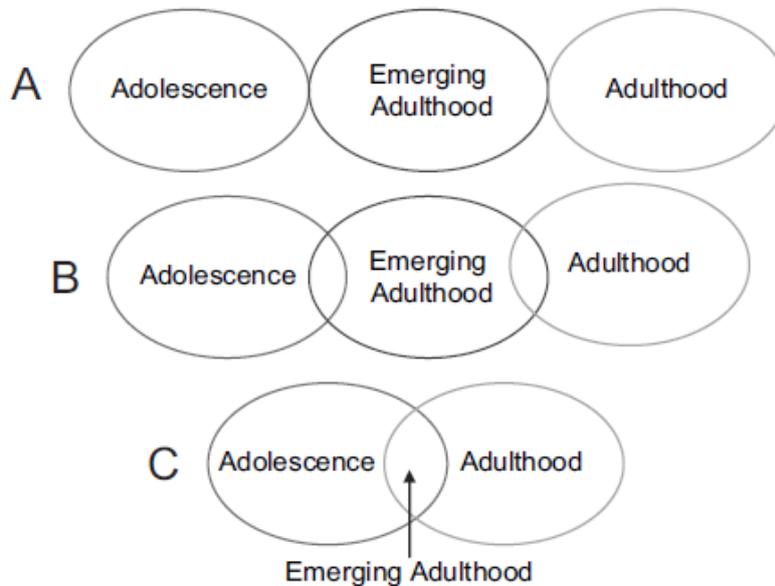


Figura 1.1 - Possibili configurazioni dell'adulthood emergente nello sviluppo; da Arnett, 2007, p.69

La proposta avanzata da Arnett ha generato un ampio corpus di ricerche relative a questo periodo del ciclo di vita, fornendo agli studiosi termini di riferimento comuni e portando all'attenzione dei ricercatori dello sviluppo interrogativi e questioni fino ad allora sottovalutate (Arnett, 2007; Syed, 2015; Arnett et al., 2011). Nonostante il suo vasto utilizzo in letteratura, essa non è esente da critiche. Alcuni autori (Hendry & Kloep, 2007; Cotè, 2014) ne hanno infatti evidenziato i limiti teorici, dando vita ad un vivace dibattito che interessa in primo luogo la natura stessa delle teorizzazioni sullo sviluppo umano, in termini di stadi da un lato e di processi dall'altro (Arnett, Kloep, Hendry & Tanner, 2011). I critici non ravvisano la necessità di introdurre una nuova fase dello sviluppo, poiché confutano l'utilità stessa di una teorizzazione di tipo stadiale (Hendry & Kloep, 2007, 2011) o poiché individuano nei nuovi pattern di transizione verso l'età adulta non una fase di sviluppo distinta bensì la risposta delle nuove generazioni a dei cambiamenti strutturali di più ampia portata (Cote & Bynner, 2008). L'esistenza dell'adulthood emergente come fenomeno osservabile contestualmente ad un particolare tipo di società non è però oggetto di discussione (Syed, 2015) e, pur contestando la portata teorica e interpretativa della proposta di Arnett, i critici ne accettano l'utilità descrittiva e concordano sui processi psicologici sottostanti il fenomeno (Hendry, 2011; Syed, 2015)

## 1.2 Caratteristiche dell'adulthood emergente

Nel riportare le ragioni che lo portano a concettualizzare l'adulthood emergente come una fase distinta dello sviluppo, Arnett ne delinea i contorni in rapporto alle fasi limitrofe dell'adolescenza e della giovane età adulta. Egli sottolinea in primo luogo come gli adulti emergenti vivano in modo molto diverso dagli adolescenti. Mentre questi ultimi infatti sono ancora immersi nella struttura della vita

familiare e scolastica, gli adulti emergenti vivono situazioni più eterogenee e caratterizzate da maggiore libertà e indipendenza; inoltre, si differenziano dagli adolescenti in quanto hanno raggiunto la maturità fisica e sessuale, nonché lo status di adulti dal punto di vista legale. Similmente secondo Arnett non si può ancora parlare di giovane età adulta in quanto si tratta di un periodo instabile, fluido: queste caratteristiche non sono ben colte dal concetto di giovane adulto, che si applica invece meglio a quei giovani che raggiunti i 30 anni, hanno creato un senso di identità stabile e stanno attraversando i primi anni della loro vita da adulti. L'adulto emergente non è ancora entrato appieno nel ruolo di adulto, sia nei fatti, sia nella propria percezione e definizione di sé. Questo punto in particolare è ripreso da Arnett (2015) nel descrivere i cinque tratti distintivi che caratterizzano l'adulità emergente, ovvero:

- 1) Esplorazioni identitarie;
- 2) Instabilità;
- 3) Centramento su di sé;
- 4) Sensazione di essere “*in mezzo*”;
- 5) Senso di possibilità e ottimismo.

Rispetto alla prima caratteristica distintiva dell'adulità emergente, Arnett evidenzia come, tra i giovani nei paesi industrializzati, il compito evolutivo legato alla risoluzione della crisi identitaria che Erikson attribuiva all'adolescenza si protragga ben al di là di questa fase dello sviluppo. Erikson stesso (1950) notava un prolungamento dell'adolescenza tra i giovani delle società industrializzate, riflesso in un periodo di moratoria psicosociale che consentiva un proseguimento delle sperimentazioni identitarie; se tale prolungamento costituiva però allora un'eccezione, ad oggi costituisce il pattern di sviluppo più comune rendendo l'esplorazione identitaria ancora più pronunciata nella fase dell'adulità emergente rispetto alla precedente fase adolescenziale. La crescente libertà dai vincoli della vita familiare e scolastica rende infatti possibile per l'adulto emergente un maggior numero di sperimentazioni in diversi ambiti di vita, dalle relazioni amicali e sentimentali alla vita professionale, passando per le passioni, l'appartenenza a gruppi più o meno strutturati e toccando in profondità le scelte valoriali dell'individuo. Secondo Arnett, infatti, l'esplorazione identitaria acquista un carattere differente rispetto all'adolescenza: se la ricerca di esperienze adolescenziali ha carattere transitorio, risultando maggiormente focalizzata alla comprensione dei propri gusti e delle proprie inclinazioni, nell'adulità emergente la sperimentazione diventa più profonda, toccando nel vivo la definizione identitaria del giovane. Le relazioni, le scelte lavorative, le attività perseguite dall'adulto emergente sono sempre più valutate in una prospettiva a lungo termine e per le caratteristiche definitive che portano con sé rispetto all'identità dell'individuo, ai suoi valori, al suo stare nel mondo. La domanda “chi sono io?” tipica della crisi identitaria, assume

così sfumature differenti, passando da domande maggiormente focalizzate sul presente quali “Cosa mi piace? Cosa mi interessa? In cosa sono bravo?” a domande che abbracciano una maggiore prospettiva futura rispetto alla costruzione della propria identità, quali “Che tipo di persona sono? Cosa è importante per me?” fino ad arrivare a “Chi voglio essere?”. Gli individui in questa fase, dunque non si limitano ad esplorare le opzioni disponibili, ma cercano attivamente di utilizzarle per arrivare a una maggiore e più profonda comprensione di sé (Gottlieb, Still & Newby-Clark, 2007). Alcuni autori sottolineano come la ricerca identitaria in questa fase sia peculiare suggerendo che a una ricerca identitaria più tipica del periodo adolescenziale si affianchino un’esplorazione più approfondita non solo delle proprie inclinazioni, ma delle proprie disposizioni e dei propri tratti di personalità (Lapsley & Hardy, 2017) ed una spinta generativa più caratteristica dell’età adulta (Matsuba, Alisat & Pratt, 2017).

La caratteristica principale dell’esplorazione identitaria, si riflette negli altri aspetti che contraddistinguono questa fase evolutiva. In primo luogo, l’instabilità, dovuta a cambiamenti ricercati o subiti, conseguenti alle diverse sperimentazioni in campo relazionale, formativo/lavorativo e abitativo, ma anche alle incertezze legate all’ingresso in un mondo del lavoro sempre più caratterizzato da forme di lavoro atipiche, specialmente per i giovani. Da un lato non è inusuale per l’adulto emergente rivedere i propri piani, scoprire di aver preso delle direzioni sbagliate nelle scelte effettuate, che si tratti di scelte universitarie, relazionali o lavorative, dall’altro può esserci la volontà di sperimentare attivamente diversi contesti e stili di vita, ad esempio trasferendosi in luoghi differenti o vagliando diverse soluzioni abitative. Alle volte invece tale instabilità è imposta, dal contesto sociale ed economico che offre scarse possibilità di ingresso nel mondo del lavoro in forma stabile. Accanto all’instabilità, l’esplorazione identitaria e la maggiore indipendenza portano nell’adulthood emergente a uno spiccato centramento su di sé. Secondo Tanner (2006) l’adulto emergente affronta un processo di “*ricentramento*” che lo conduce dalla dipendenza dalle figure adulte ancora tipica del periodo adolescenziale a riposizionarsi come giovane adulto autonomo. Si tratta di uno spostamento che avviene nella relazione tra l’individuo e il suo contesto di riferimento e che porta a rimpiazzare una regolazione esterna del comportamento con un’auto-regolazione. Al termine di questo processo l’individuo occuperà un nuovo spazio nella relazione con le figure di riferimento e con il contesto sociale, la configurazione delle relazioni sarà modificata in modo tale che pur permanendo la relazione e l’inserimento all’interno di legami e reti sociali, l’individuo non sarà più dipendente ma occuperà un suo spazio di autonomia. L’individuo è dunque chiamato, nel corso della transizione verso l’età adulta, a guadagnare e reclamare questo spazio, prendendo sempre più decisioni in modo autonomo, dalle piccole scelte quotidiane come decidere cosa o a che ora mangiare, alle scelte più importanti che chiamano in causa valori e credenze profonde. Per prendere queste decisioni,

particolarmente trovandosi di fronte a un'ampia gamma di possibilità, i giovani possono sì chiedere consiglio alle figure adulte di riferimento e confrontarsi con i pari, ma in ultima analisi sono loro stessi a dover compiere delle scelte. È dunque necessario che imparino a conoscersi a fondo, a comprendere cosa vogliono e cosa ritengono meglio per sé, al fine di mettere delle fondamenta stabili per la propria vita adulta. Da questa necessità deriva la focalizzazione dell'adulto emergente su di sé, una focalizzazione che Arnett (2015) ritiene fisiologica e funzionale. Tanner (2006) riporta come le scelte che gli individui compiono in questo periodo della vita siano quelle che maggiormente sono percepite come sotto il proprio controllo, anziché generate da controlli e pressioni esterne; allo stesso tempo le decisioni prese in questa fase sono percepite come eventi critici, momenti chiave nella definizione delle biografie e delle storie di vita individuali. Ciò fa dell'adulthood emergente un punto di svolta cruciale nella storia dell'individuo, punto di svolta durante il quale le esplorazioni si intersecano con l'assunzione di impegni della vita adulta e gradualmente lasciano il passo a questi ultimi. Proprio questo intersecarsi di esplorazione ed impegno, di dipendenza e autonomia, può essere rintracciato in un'ulteriore caratteristica del periodo dell'adulthood emergente, quella che forse più di tutte sembra giustificare l'adozione di un termine specifico. Si tratta della sensazione riportata dagli stessi adulti emergenti, di sentirsi "in mezzo", né del tutto adulti, né del tutto adolescenti. Secondo Arnett questa sensazione deriverebbe dall'adozione di criteri gradualmente per la definizione dello status di adulto, costituiti dall'accettare responsabilità per sé stessi, prendere decisioni autonome e raggiungere l'indipendenza economica. Poiché questi tre criteri rappresentano tappe che vengono raggiunte gradualmente, gli adulti emergenti che le stanno attraversando si sentono ancora in una terra di mezzo, caratterizzata dal raggiungimento di alcuni criteri ma non di altri e da oscillazioni nel grado di stabilità di tale risultato. Nonostante l'instabilità e la sensazione di precarietà generata da questa posizione intermedia, l'adulthood emergente si configura anche come un'età ricca di possibilità. L'ultima caratteristica che contraddistingue questo periodo è infatti quella di essere ancora una fase della vita in cui le opzioni restano aperte, molti futuri sono possibili e con questi prendono forma speranze e aspettative, a volte anche esageratamente ottimistiche. Da un lato il senso di possibilità apre porte ancora innumerevoli, permette di immaginare un futuro ricco e soddisfacente e offre in alcuni casi anche la possibilità di dare una svolta positiva alla propria vita, di prendere in mano le redini della propria storia e guidarla nella direzione dei propri desideri e delle proprie inclinazioni. Dall'altro lato, l'affacciarsi di innumerevoli possibilità può essere intimidatorio e destabilizzante, diventando fonte di ansia e stress (Schwartz, Côté, & Arnett, 2005; Konstam, 2015). Scegliere delle strade e compiere delle scelte di vita equivale a chiudere alcune delle porte che fino a quel momento sono rimaste aperte e disponibili per l'esplorazione, correndo anche il rischio di compiere degli errori nella scelta. Scegliere in un contesto di abbondanza di opportunità richiede quindi sforzi

considerevoli, che per alcuni possono essere fonte di indecisione e malessere, riflettendosi nella procrastinazione delle decisioni e degli impegni identitari.

### **1.3 Luci e ombre dell'adulità emergente**

Gli adulti emergenti si rivelano ambivalenti rispetto all'assunzione di responsabilità adulte (Arnett, 2007): da un lato trovano soddisfazione nel raggiungimento di obiettivi e traguardi e nella crescente indipendenza, dall'altro risentono del peso dei doveri dell'età adulta e temono che con essi si entri in un periodo di stagnazione, lontano dalla spontaneità e dal senso di possibilità che caratterizza l'adulità emergente. Questa ambivalenza si riflette nel modo in cui il discorso sull'adulità emergente viene affrontato, sia nell'opinione pubblica e nei media, sia all'interno del discorso scientifico. Se infatti alcuni autori, tra cui lo stesso Arnett, sottolineano i vantaggi e i lati positivi racchiusi in questa fase dello sviluppo sia per l'individuo, sia per la società, in termini ad esempio di crescita personale e incremento del livello di istruzione, altri ne mettono in evidenza i rischi e gli aspetti critici. Questi ultimi (Côtè, 2000, 2006; Heinz, 2002; Smith et al., 2011) evidenziano in primo luogo come, nei paesi occidentali caratterizzati da crescente individualismo e dalla caduta delle istituzioni sociali, i giovani siano sempre più lasciati a loro stessi nell'affrontare le transizioni. Il passaggio all'età adulta è sempre meno chiaramente guidato da istruzioni e da confini istituzionali e sociali; senza punti di riferimento forti e con sempre minore scambio intergenerazionale, dovuto alla frequentazione prevalente di gruppi di pari (Smith et al., 2011), i giovani si trovano a dover fare affidamento in modo preponderante sulle proprie risorse. Vi sono individui che sono effettivamente equipaggiati per affrontare in modo costruttivo le sfide e le possibilità di sperimentazione poste da questa fase di transizione prolungata, e altri che ne rimangono invece sopraffatti, rimanendo bloccati in uno stato di giovinezza permanente che non consente l'assunzione di un ruolo adulto (Côtè, 2006). Particolarmente critico in questo senso è il punto di vista di Levine (2005) che ritiene che gli adulti emergenti manchino di un senso di direzionalità, della capacità di comprendere ed interpretare il mondo adulto circostante e di competenze organizzative, comunicative e di *decision-making*. Côtè (2006) sottolinea poi come in alcuni casi la fase di moratoria propria dell'adulità emergente sia ricercata attivamente dall'individuo, in altri casi invece risulti imposta da un contesto sociale ed economico incapace di offrire sicurezze, che permettano ai giovani di lasciare la casa dei genitori, raggiungere l'indipendenza finanziaria e costruire una propria vita indipendente. Queste considerazioni si applicano in particolare al contesto italiano, in cui il ritardo nell'ingresso nel mondo adulto è stato descritto come una "sindrome" (Livi Bacci, 2008) con caratteristiche da un lato simili a quelle che contraddistinguono gli adulti emergenti statunitensi (prolungamento dell'educazione, ingresso posposto in una relazione stabile e nella genitorialità), dall'altro peculiari: ingresso molto

ritardato nel mondo del lavoro, con elevati tassi di disoccupazione e tendenza a rimanere all'interno del nucleo familiare originario anche fino ai 30 anni. In parte ciò sembra essere dovuto al sistema italiano in cui i sussidi e gli aiuti economici per i giovani sono limitati, in parte a fattori culturali specifici che sostengono la permanenza nella famiglia di origine (Crocetti, Rabaglietti & Sica, 2012). L'ambivalenza tipica di questo periodo si ritrova anche nelle condizioni di salute mentale degli adulti emergenti. Sebbene vi sia un numero relativamente limitato di studi relativi al benessere degli adulti emergenti e alle implicazioni positive per lo sviluppo (Padilla-Walker & Nelson, 2017), alcuni studi sottolineano come la fase dell'adulthood emergente si caratterizzi in senso positivo, con un aumento nel corso dei 20 anni dei livelli di autostima, benessere, supporto sociale, autoefficacia, fiducia in sé stessi e nelle proprie capacità di superare le difficoltà (Schulenberg & Zarrett, 2006; Arnett, 2007; Gottlieb et al., 2007). Gli adulti emergenti riportano di essere felici della fase di vita che stanno attraversando, in particolare della libertà che sperimentano e dei traguardi che raggiungono. È una fase di vita entusiasmante, ricca di possibilità ed ottimismo per il futuro e durante la quale aumentano i livelli di comprensione di sé stessi e degli altri e si percepisce una crescita personale in diversi domini, sia generata da eventi positivi, sia generata da eventi negativi (Arnett, 2007, 2015; Gottlieb et al., 2007). Inoltre, gli adulti emergenti che vivono questo periodo come una fase di sperimentazioni e di possibilità riportano maggiori livelli di benessere psicologico e sociale, di soddisfazione di vita e di autostima (Hill et al., 2015; Baggio et al., 2016; Skullborstad & Hermann, 2016).

Lo stesso Arnett (2015) mette in luce però come questo periodo dello sviluppo sia estremamente complesso, poiché l'entusiasmo e l'esuberanza convivono con problemi di tipo sia internalizzante sia esternalizzante, che risultano più elevati nell'adulthood emergente che nelle fasi successive del ciclo di vita. Diversi studi rilevano in questo periodo un aumento dell'incidenza di psicopatologie e problemi psichiatrici, in particolare legati a sintomatologia di tipo ansioso, depressivo o all'utilizzo di sostanze (Schulenberg, Bryant & O'Malley, 2004; Auerbach & Collins, 2006; Schulenberg & Zarrett, 2006; Blanco et al., 2008; Kong & Bergman, 2010; Sussman & Arnett, 2014; Arnett, 2015; Reed-Fitzke, 2019) e riportano inoltre associazioni specifiche con le caratteristiche della fase dello sviluppo. La percezione dell'adulthood emergente come caratterizzata da elevata instabilità è infatti in relazione positiva con i sintomi depressivi e l'utilizzo di sostanze e negativamente associata alla soddisfazione di vita, all'autostima e al benessere psicologico (Reifman, Arnett & Colwell, 2007; Luyckx, De Witte & Goossens, 2011; Smith et al., 2014; Baggio et al., 2016; Skullborstad & Hermann, 2016). La percezione di questo periodo come un periodo di possibilità e sperimentazioni si associa invece positivamente all'utilizzo di sostanze, e al *sensation seeking* (Hill et al., 2015; Lisha et al., 2014; Little et al., 2013). Nel caso dell'utilizzo di sostanze e dei comportamenti a rischio è dunque complicato discriminare tra comportamenti legati alla sperimentazione e comportamenti

effettivamente problematici, che si tradurranno in pattern di abuso o devianza (Arnett, 2015). Nel secondo caso è però probabile che tali comportamenti siano messi in atto come risposta disadattiva all'incertezza tipica della fase di sviluppo; questa, infatti, insieme all'incapacità di consolidare delle scelte identitarie, genera ansia e sintomi depressivi, cui è possibile rispondere attraverso comportamenti disfunzionali (Schwartz et al., 2010). Il benessere degli adulti emergenti, così come l'emergenza di problematiche a livello psicologico, risulta dunque ampiamente in relazione con le caratteristiche di questa fase evolutiva e in particolare appare legata alle opportunità e alle sfide mosse dal compito di definizione della propria identità.

## 2. La formazione dell'identità

### 2.1 Teorie dello sviluppo identitario: da Erikson a Luyckx

Lo sviluppo dell'identità è quel processo che procede tanto per micro-fluttuazioni giornaliere quanto per macro-cambiamenti che avvengono nel corso degli anni e che porta alla formazione di un senso di Sé stabile e coerente, che permette di organizzare, dare forma, continuità e significato all'esperienza umana (Schwartz, Luyckx & Crocetti, 2015).

La più importante teorizzazione sullo sviluppo dell'identità, che ha posto le basi per gli sviluppi successivi e le più recenti formulazioni sull'argomento, si deve allo psicoanalista Erik Erikson (1950, 1968), che ha rivalutato il ruolo dei fattori socioculturali nello sviluppo dell'individuo e accanto a questo l'importanza delle differenti fasi del ciclo di vita della persona. Egli propone una teoria dello sviluppo psicosociale, divisa in otto stadi di sviluppo, in cui propone una visione del percorso di crescita individuale come un progressivo adattamento al contesto sociale e culturale, adattamento che non si ferma all'infanzia ma interessa tutto l'arco di vita della persona, fino alla vecchiaia. *“Ogni tappa successiva è una crisi potenziale perché implica un radicale mutamento di prospettiva”* (Erikson, 1968, p.111): ogni stadio dello sviluppo si caratterizza per una specifica crisi evolutiva, un compito specifico la cui risoluzione richiede una riorganizzazione dell'assetto raggiunto fino a quel momento. Il termine crisi in questo senso riflette da un lato l'estrema vulnerabilità dell'individuo in una data fase rispetto ad una determinata area della sua crescita; dall'altro, proprio in quanto elemento che connota la crescita, la crisi è intesa per Erikson in senso positivo, come momento di opportunità e possibile punto di svolta. Ogni crisi si presenta come contrapposizione di due tendenze, tra di loro opposte; la risoluzione verso il polo positivo consentirà il proseguimento dello sviluppo negli stadi successivi, in caso contrario lo sviluppo dell'individuo subisce un blocco. Erikson (1968) colloca la crisi relativa alla costruzione della propria identità nell'adolescenza, quinto stadio dello sviluppo che ha inizio con l'ingresso nella pubertà. Nella prima teorizzazione di Erikson, la crisi identitaria vissuta dall'adolescente si snoda tra i due poli di identità e sintesi identitaria da un lato, dispersione e confusione identitaria dall'altro. Perché il compito di formazione dell'identità possa essere risolto positivamente, è necessario che l'individuo esplori le diverse alternative e i diversi ruoli possibili. Tale esplorazione è possibile grazie ad un periodo di *moratoria psicosociale*, che la società concede all'adolescente, non richiedendo quindi che assuma ruoli o responsabilità definiti ma lasciando spazio alla sperimentazione. In questo lasso di tempo e attraverso la sperimentazione e il rapporto con i pari, l'individuo revisiona, integra e amplia le identificazioni infantili (Lancini, 2010), allargando e differenziando con esse il proprio sistema di valori e la propria rappresentazione di Sé. Quando il processo di formazione dell'identità si risolve positivamente, tale integrazione dei diversi aspetti di Sé porta a raggiungere il polo della sintesi identitaria e la conseguente fase della giovinezza. Quando

invece non viene risolto, l'individuo può rimanere intrappolato in una *sacca sociale*, in quei casi in cui assuma precipitosamente un'identità definitiva, oppure cadere nella *dispersione identitaria*, rifiutandosi di assumere ruoli adulti. Come evidenziato nel capitolo precedente, nelle società industrializzate contemporanee tale compito e il periodo di moratoria a esso concesso si estendono ben oltre i confini dell'adolescenza, per risolversi con l'ingresso nell'età adulta dopo una fase di ampia esplorazione che caratterizza l'adulthood emergente. Altri autori sottolineano inoltre come il lavoro di definizione dell'identità si snodi comunque per tutto l'arco della vita (Hoare, 2002), chiamando anche il giovane adulto a consolidare le scelte effettuate (Sokol, 2009), l'adulto a compiere delle ridefinizioni e degli adattamenti nei propri ruoli (Kroger, 2004) e l'anziano a tessere la propria storia, riflettendo sulle scelte fatte e sulle direzioni intraprese (Kroger, 2002).

Dalle prime teorizzazioni di Erikson relative allo sviluppo identitario, molti teorici hanno esteso lo studio di questo compito dello sviluppo e dei processi in esso coinvolti, a partire dal lavoro di James Marcia (1966). Egli ha reso operativo il modello identitario proposto da Erikson nel Paradigma degli Stati Identitari, ampliando l'iniziale formulazione di Erikson dei due stati contrapposti (sintesi/dispersione) e introducendo una differenziazione degli stati identitari attraverso le dimensioni di *esplorazione* e *impegno*. La prima fa riferimento al soppesare attivamente le differenti alternative identitarie riguardo valori, credenze e obiettivi, la seconda riguarda il grado in cui l'individuo prende decisioni relativamente stabili e le mette in atto (Bosma & Kunnen, 2001). Secondo il paradigma degli stati identitari di Marcia, la formazione dell'identità prosegue lungo queste due dimensioni e combinando questi due processi è possibile identificare quattro diversi stati identitari. Quando gli impegni sono presi a seguito di un periodo di esplorazione viene raggiunto lo stato di *realizzazione*, mentre l'assunzione di impegni identitari senza esplorazione delle alternative caratterizza lo stato di *preclusione*; dall'altro lato, un individuo temporeggia in uno stato di *moratoria* quando esplora possibilità e alternative senza arrivare ad assumersi degli impegni effettivi. Quando entrambi i processi di esplorazione e di impegno sono carenti, l'individuo non è coinvolto in un processo attivo di risoluzione della crisi identitaria e indugia in uno stato di *diffusione*. Alcune estensioni del paradigma di Marcia sono state proposte, ipotizzando dapprima differenti componenti nei processi legati all'impegno (Bosma, 1992), poi nei processi di esplorazione (Meeus, 1996; Meeus, Iedema & Maassen, 2002), fino alla più recente concettualizzazione proposta da Luyckx e collaboratori (2006a; 2006b; 2008). Secondo quest'ultimo modello, i processi coinvolti nella formazione dell'identità sono cinque: *assunzione di impegni*, che riflette la componente descritta da Marcia riguardo la presa di impegni in campo identitario; *identificazione con l'impegno*, che riguarda il livello di certezza con cui l'individuo è impegnato; *esplorazione in ampiezza*, che si riferisce al sondare differenti alternative e possibilità; *esplorazione in profondità*, attraverso la quale gli individui riflettono attivamente sugli

impegni intrapresi, valutando le scelte fatte e raccogliendo ulteriori informazioni per decidere se mantenerle o iniziare dei processi di revisione; *esplorazione ruminativa*, che si riferisce a una forma di esplorazione disfunzionale. Questa dimensione è stata introdotta a seguito di evidenze del fatto che l'esplorazione non fosse solo una dimensione funzionale dello sviluppo identitario, ma fosse spesso associata con sintomi depressivi e ansiosi (Luyckx et al., 2008). Si tratta di una forma di esplorazione caratterizzata da un rimuginio passivo e improduttivo su di Sé e sulle proprie scelte, che porta alla proliferazione di dubbi senza invece risolversi in scelte e impegni concreti. Le associazioni tra queste dimensioni e il funzionamento psicosociale sono state largamente rilevate (Luyckx et al., 2006a; 2006b; 2008; 2009; 2011; Crocetti et al., 2011; Crocetti, Rabaglietti & Sica, 2012; Schwartz et al., 2011; Sica, Aleni Sestito & Ragonzini, 2014; Palmeroni et al.; 2019), evidenziando come le dimensioni di impegno mostrino le più forti associazioni con pattern di un buon funzionamento psicologico: alta autostima, buon adattamento sociale, soddisfazione dei bisogni psicologici fondamentali, risultati accademici, bassi livelli di sintomi psicologici come depressione, ansia e distress legato alla risoluzione identitaria. Relazioni opposte sono invece emerse per la dimensione di esplorazione ruminativa. Le cinque dimensioni postulate dal modello sono state anche utilizzate per individuare differenti stati della formazione identitaria, attraverso un approccio di analisi dei cluster (Crocetti & Meeus, 2015) su campioni di differenti età e nazionalità (Luyckx et al., 2008; 2009; Crocetti et al.; 2011; Schwartz et al., 2011; Verschueren et al., 2017). Gli stati identificati empiricamente richiamano quelli originariamente ipotizzati da Marcia, evidenziando allo stesso tempo nuove configurazioni. A fianco agli stati di *realizzazione* (alti punteggi su tutte le dimensioni di impegno ed esplorazione funzionale e bassi punteggi di esplorazione ruminativa), *preclusione* (alti punteggi su entrambi i tipi di impegno e punteggi bassi su tutte le componenti esplorative) e *moratoria* (bassi punteggi nelle componenti di impegno e alti punteggi in tutte e tre le componenti di esplorazione; a volte etichettata come *moratoria ruminativa*, se presenti punteggi molto elevati sulla dimensione di ruminazione), i risultati hanno differenziato tra uno stato di *diffusione diffusa* e uno stato di *diffusione spensierata*. Entrambi sono caratterizzati da bassi punteggi nelle dimensioni di impegno e di esplorazione funzionale, ma mentre il primo riporta alti punteggi nella dimensione di ruminazione, il secondo evidenzia bassi livelli di questa componente disadattiva. Inoltre, gli autori hanno trovato in modo sistematico un profilo caratterizzato da punteggi moderati su tutte le dimensioni, in cui non è dunque possibile distinguere processi prevalenti e che è stato di conseguenza nominato come *indifferenziato*. I profili di *realizzazione* e *preclusione* caratterizzati da elevati livelli di impegno risultano essere i più funzionali, con maggiori livelli di benessere e minori sintomi psicosociali. Dall'altro lato invece, i partecipanti negli stati di *moratoria* e *diffusione diffusa* presentano i più alti livelli di sintomi internalizzanti ed esternalizzanti e i minori livelli di benessere,

mentre i partecipanti classificati come *indifferenziati* mostrano un funzionamento intermedio. Questo potrebbe riflettere un atteggiamento di attesa (Adams, Berzonsky & Keating, 2006) e un coinvolgimento solamente moderato verso la risoluzione della crisi identitaria (Luyckx et al., 2008); in una certa misura questa riflessione potrebbe applicarsi anche ai partecipanti in uno stato di *diffusione spensierata*, che tuttavia riportano punteggi maggiori nella sintomatologia psicologica.

## **2.2 Distress identitario**

Gli studi menzionati evidenziano come processi di formazione dell'identità sani e normativi, in particolare i processi di esplorazione funzionale, siano associati a una certa quantità di distress, malessere e presenza di sintomi psicologici. Ciò è in linea con quanto inizialmente teorizzato da Erikson, secondo il quale è inevitabile una certa variabilità nella facilità con cui la crisi identitaria viene risolta e una certa quantità di stress relativo a questo compito è da considerare normativo. Nell'iniziale teorizzazione eriksoniana, infatti, i due poli di sintesi e confusione non sono mutualmente escludentisi, ma fanno parte di un rapporto dinamico, in cui per quanto la risoluzione del conflitto avvenga in favore di una componente, l'altra non viene del tutto a mancare (Côté e Schwartz, 2002). Anche nelle situazioni in cui il conflitto viene risolto positivamente è dunque presente una certa quantità di confusione, che porta con sé vulnerabilità e distress e solo in una minoranza dei casi, secondo lo psicoanalista, la confusione prevale al punto da bloccare l'individuo in una condizione di dispersione senza possibilità di risoluzione. Nonostante questa variabilità normativa però, trovarsi di fronte a delle difficoltà nella risoluzione della crisi identitaria può diventare, per alcuni, una fonte di distress insolitamente elevato, conducendo a disfunzioni significative (Berman, Weems & Petkus, 2009; Berman & Montgomery, 2014) e risultando in traiettorie patologiche nello sviluppo dell'identità. Il distress specificamente collegato al compito di formazione dell'identità è ben catturato dal costrutto di *distress identitario* (Berman, Montgomery & Kurtines, 2004; Berman & Montgomery, 2014), definito come l'esperienza di incertezza specificamente legata a uno o più domini identitari, che porta a corrispondente distress rispetto a quei domini e interferenze nella vita quotidiana. Gli autori (Berman & Montgomery, 2014) ravvisano una carenza di ricerche e dati sul tema, nonostante la sua rilevanza clinica e al fine di documentare in modo appropriato il fenomeno, nonché di verificare l'efficacia degli interventi volti al suo trattamento, Berman e collaboratori (2004) hanno formulato una misura per la rilevazione del distress identitario: l'Identity Distress Survey. Si tratta di uno strumento self-report che permette di rilevare il distress associato a sette domini rilevanti per la definizione dell'identità (obiettivi a lungo termine, scelte di carriera, amicizie, orientamento e comportamento sessuale, valori e credenze, religione, appartenenza a gruppi) e il suo grado di impatto in termini di intensità e durata. Tale

misura è stata formulata sulla base dei criteri per la diagnosi di un Disturbo dell'Identità e di un Problema dell'Identità (APA, 1987; 1994) e porta il vantaggio di consentire la rilevazione di problematiche lievi, moderate o gravi legate specificamente alla formazione dell'identità, permettendo di identificare coloro per i quali questo compito risulta particolarmente gravoso dal punto di vista psicologico. La ricerca svolta su questo argomento ha messo in luce importanti relazioni del distress identitario con il funzionamento individuale e la salute mentale, mostrando in particolare associazioni con sintomi depressivi e comportamenti antisociali (Cyr, Berman, & Smith, 2015; Samuolis & Griffin, 2014; Hernandez, Montgomery & Kurtines, 2006), affettività negativa (Samuolis et al., 2014; 2015), bassa autostima (Sica et al., 2014), difficoltà nel funzionamento accademico e nella maturità psicosociale (Gfeller & Córdoba, 2011). Con l'età si riscontrano inoltre differenze nei domini maggiormente colpiti da distress identitario, riflessione del fatto che nel corso del tempo cambiano gli ambiti di vita più rilevanti per l'individuo e la sua identità (Palmeroni et al., 2019). Il distress in domini quali le amicizie, l'appartenenza ai gruppi, la definizione di valori e credenze e la sessualità tende a diminuire dall'adolescenza in avanti, mentre in domini quali la definizione di obiettivi a lungo termine e scelte di carriera tende ad aumentare. Inoltre, differenti associazioni sono state individuate con i processi identitari di impegno ed esplorazione, trovando che i processi di impegno sono negativamente associati al distress identitario, mentre l'esplorazione mostra una relazione positiva con esso (Sica, Aleni Sestito & Ragonzini, 2014; Palmeroni et al., 2019; Berman, 2020). Gli autori sottolineano come specialmente i processi di esplorazione ruminativa siano direttamente in relazione con il distress identitario, sottolineando l'importanza della qualità dell'esplorazione. Inoltre, Berman e colleghi (Berman, Weems & Petkus, 2009; Berman 2020) rilevano un'associazione con gli stati identitari: in particolare lo stato di *moratoria* si associa ad una maggiore prevalenza di un Disturbo dell'Identità, rispetto soprattutto allo stato di *preclusione* che mostra invece la minor prevalenza di tale disturbo. Tale condizione pare dunque ravvisare uno stato negativo di moratoria, simile alla moratoria ruminativa inizialmente ipotizzata da Luyckx e collaboratori (2008).

#### **2.4 Formazione dell'identità e distress identitario nell'adulto emergente**

Per le caratteristiche che contraddistinguono questa fase dello sviluppo, il tema della formazione dell'identità e del distress a essa associato diventa particolarmente rilevante nel corso dell'adultità emergente. Come evidenziato nel capitolo precedente, infatti, questa fase evolutiva si caratterizza per una forte esplorazione identitaria, che assume connotazioni differenti dalle esplorazioni adolescenziali, accompagnata da un lato da una forte instabilità, anche dovuta a una carenza di certezze sociali ed economiche, dall'altro da un grande senso di possibilità e di apertura. Una grande

quantità di studi sullo sviluppo identitario ha interessato proprio gli appartenenti a questa fase evolutiva, in particolare la popolazione di adulti emergenti che frequentano l'università, per le specificità della popolazione da un lato, spesso per la maggiore facilità di contatto. Quale che sia la ragione che ha portato allo studio della popolazione universitaria, le molte ricerche ad oggi disponibili rendono possibile avere un quadro delle sue caratteristiche in termini di sviluppo identitario e del distress che a questo compito si accompagna per gli adulti emergenti. Diverse ricerche (Adams, Berzonsky & Keating, 2006; Aleni Sestito & Sica, 2010; Aleni Sestito, Sica & Ragonzini, 2011; Crocetti et al., 2011; Crocetti, Scignaro, Sica & Magrin, 2012;) confermano quanto formulato da Arnett: questa fase dello sviluppo si caratterizza infatti come una sorta di nuovo periodo di moratoria, in cui l'esplorazione identitaria risulta particolarmente elevata, sebbene aumentino anche, rispetto all'adolescenza, le dimensioni di impegno (Palmeroni et al., 2019).

Anche nella fase dell'adulthood emergente, lo status di *realizzazione* dell'identità è quello che si caratterizza per maggior benessere in termini di autostima, soddisfazione di vita, presenza di significato nella vita, benessere psicologico e bassi livelli di sintomi internalizzanti (Crocetti, Rubini & Meeus, 2008; Schwartz et al., 2011). Gli autori sottolineano inoltre come i partecipanti negli stati di *realizzazione* e *preclusione* si equivalgano in termini di sintomatologia e di appagamento rispetto alla propria vita, ad esempio rispetto alla soddisfazione di vita, ma gli appartenenti al secondo gruppo riportino punteggi inferiori su quelle dimensioni che riflettono la capacità di adattarsi alle circostanze e ai cambiamenti o il grado di accordo con il proprio vero Sé. Questo dato suggerisce quindi che in un contesto di norme e valori stabili non vi sia differenza tra i due pattern di funzionamento identitario, ma che in un contesto di rapidi cambiamenti e instabilità come è quello contemporaneo, la *preclusione* diventi meno funzionale. Gli stati che invece si associano ai minori livelli di benessere e ai maggiori livelli di sintomi internalizzanti e di comportamenti a rischio sono quelli di *moratoria* e *diffusione*, in particolare di *diffusione diffusa*. Mentre però le difficoltà associate allo stato di *moratoria* possono essere considerate come parte del processo di esplorazione, quelle legate allo stato di *diffusione* nelle sue diverse forme possono avere carattere più stabile ed essere dunque più complesse da superare (Schwartz et al., 2013). Infatti, comportamenti a rischio da parte di individui in uno stato di *moratoria* potrebbero riflettere comportamenti di esplorazione, mentre per individui in uno stato di *diffusione* potrebbero rispecchiare modalità di coping disfunzionali. Inoltre, mentre processi attivi di esplorazione in ampiezza si associano anche a sintomi internalizzanti, l'aver messo in atto ma aver concluso processi di esplorazione non risulta associato con tali esiti negativi (Schwartz et al., 2009).

Come le dimensioni di esplorazione, anche il distress identitario raggiunge un picco in questa fase evolutiva (Sica, Aleni Sestito & Ragonzini, 2014) e tra gli adulti emergenti e gli studenti universitari

si osserva una maggiore prevalenza di disordini e problemi dell'identità, rispetto a campioni non clinici di adolescenti (Berman et al., 2004; 2009; Gfeller & Cordoba, 2011). Ciò è vero soprattutto per le donne, che mostrano livelli più elevati di distress identitario, in un maggior numero di domini e con un maggiore impatto. L'attenzione a questo tipo di distress appare particolarmente rilevante nel contesto italiano, nel quale, complici le caratteristiche di forte instabilità del contesto socioeconomico (Crocetti et al., 2011), emerge un quadro degli adulti emergenti come tendenti all'evitamento degli impegni identitari e alla procrastinazione del consolidamento di un senso di sé stabile e di una stabile identità (Aleni Sestito & Sica, 2010; Aleni Sestito, Sica & Ragonzini, 2011, Crocetti, Rabaglietti & Sica, 2012). Questa procrastinazione è però scivolosa in quanto alcuni studi recenti suggeriscono come il protrarsi eccessivamente dei processi esplorativi possa portare a conseguenze dannose per l'individuo, riflesse ad esempio in livelli di distress identitario particolarmente elevato per coloro che continuano nell'esplorazione fino alla fine dei vent'anni (Palmeroni et al., 2019).

Secondo Schwartz e colleghi (2013) i sintomi internalizzanti e gli elevati livelli di esplorazione che caratterizzano l'adulto emergente, possono rappresentare una risposta a un senso di Sé scarsamente organizzato e che appare necessitare una revisione. Secondo l'autore, la messa in atto di impegni identitari può aiutare a ridurre i sintomi, diminuendo la ruminazione e aumentando la coerenza nel proprio senso di Sé, ma se tali impegni vengono riconsiderati è possibile che si manifesti un incremento nei sintomi e nella ruminazione, nonché nel processo di esplorazione. Questa visione è in accordo con quanto sottolineato da Arnett e dagli studiosi dell'adulthood emergente (Arnett, 2015; Gottlieb, Still & Newby-Clark 2007; Lapsley & Hardy, 2017) rispetto ad una diversa qualità dell'esplorazione nell'adulthood emergente, caratterizzata da domande quali "Che tipo di persona sono?", "Cosa è importante per me?", "Chi voglio essere?" e volta ad una più profonda e più articolata comprensione di sé. È come se l'individuo, in questa fase dello sviluppo, si chiedesse non più solamente "Chi sono io?" ma "Chi sono io, *davvero?*". "Cosa *veramente* voglio, mi piace, è importante per me?". Queste domande possono portare alla luce una percezione di incongruenza, di non "essere sé stessi", di non conoscersi a fondo e non sentirsi *autentici*.

### 3. Autenticità

#### 3.1 Origini del costrutto: dalla filosofia alla psicologia

Quello di autenticità è un costrutto dalla lunga storia filosofica e psicologica, che pervade la letteratura e la riflessione dei grandi pensatori fin dai tempi antichi, ma al quale è stata dedicata scarsa attenzione empirica, complice anche l'assenza di una definizione univoca e le conseguenti difficoltà nel condurre ricerche sull'argomento (Harter, 2002; Hicks, Schlegel & Newman, 2019). Si tratta di un concetto presente nella riflessione non solo filosofica, ma psicoanalitica, dinamica ed evolutiva (Horney, 1950; Winnicott, 1965; Kohut, 1978; Harter, 2012), concetto chiave per la psicologia umanistica (Schneider, Pierson & Bugental, 2015) ed esistenzialista (Bugental, 1965), cui l'attenzione della ricerca empirica si è rivolta solo in tempi relativamente recenti, con le nuove prospettive apportate dalla Psicologia Positiva e dai recenti sviluppi della *Self-Determination Theory* (Hicks, Schlegel & Newman, 2019; Jongman-Sereno & Leary, 2019).

Se nel linguaggio comune i termini “autentico” e “autenticità” rimandano nel loro primo e più immediato significato da un lato a qualcosa di “vero, non falso, che si può provare come tale” e dall'altro a caratteristiche di “genuinità, schiettezza, spontaneità” (def. Vocabolario Treccani), la radice di detti termini porta invece delle connotazioni differenti. I termini “autentico” e “autenticità” derivano infatti dal greco “αὐθέντης” (authentēs): “che agisce in base alla propria autorità”; tale radice mette in luce caratteristiche di agenzialità e responsabilità che connotano l'autenticità e che saranno recepite dalla filosofia esistenzialista e dalle correnti psicologiche che a questa hanno fatto seguito. Sempre nell'antica Grecia possono essere identificate le radici filosofiche del costrutto di autenticità. Sebbene infatti la riflessione dei filosofi greci non si sia rivolta esplicitamente a questo concetto, quanto verso domande esistenziali quali “*cos'è una buona vita?*” e “*cosa dà valore all'esistenza?*”, le risposte fornite da questi pensatori a tali domande hanno posto le basi che hanno portato alle più articolate riflessioni sull'autenticità in quanto tale. I lavori di Socrate, il quale innalzò a principio guida la massima delfica “*conosci te stesso*”, affermando che “*una vita non esaminata non vale la pena di essere vissuta*” (in Kernis & Goldman, 2006, p.284), pongono enfasi sull'auto-riflessione e sull'importanza di un'indagine approfondita di sé, attraverso cui l'individuo può realizzarsi e dare senso alla propria esistenza, elevandosi moralmente. Accanto a questi, il pensiero di Aristotele enfatizza l'importanza dell'azione ed in particolare dell'azione congruente con il proprio *daimon*, termine spesso tradotto come “Vero Sé”. Secondo Aristotele è infatti il perseguimento di un bene superiore attraverso azioni concordanti con la propria natura più elevata e autentica e con le proprie autentiche potenzialità ciò che consente di raggiungere l'*Eudaimonia*: la realizzazione delle proprie potenzialità e il completo benessere. Da questi pensieri derivano quindi l'idea dell'importanza della

conoscenza di sé, dell'esistenza di un'essenza della persona con la quale si può vivere in accordo o meno e dell'importanza di regolare i propri comportamenti in relazione a questa.

Questi elementi vengono successivamente ripresi, portando esplicitamente alla luce e il tema dell'(in)autenticità, all'interno della filosofia esistenzialista.

Un primo esempio si può ritrovare nel lavoro di Kierkegaard il cui pensiero sull'autenticità è indistricabilmente legato alla sua concezione del Sé (Ryan & Deci, 2004). Egli (Kierkegaard, 1843/ed.1972) concepisce infatti il Sé non come un oggetto, quanto come una continua attività di sintesi, un continuo processo di rivalutazione delle proprie credenze, conoscenze, valori e sensazioni. Si tratta di un processo non automatico, bensì volontario, che richiede che l'individuo si interessi attivamente alla propria esistenza e si prenda la responsabilità di mettere in moto i processi di sintesi sottesi alla creazione del Sé, nonché di agire in accordo con tale sintesi, tenendo conto dei limiti della realtà e del contesto entro i quali ci si trova ad agire. Non assumersi la responsabilità di compiere tali valutazioni e scelte esistenziali, rimanendo passivamente ancorati a un'identità, a delle credenze e a dei valori, imposti dalla società, è la strada per l'inautenticità (Varga & Guignon, 2020). Questo processo, la decisione quotidiana di rivalutare il proprio Sé e vivere in accordo con esso, non è libero da una certa quantità di ansia esistenziale, in quanto porta l'individuo a confrontarsi con una certa quota di non conoscenza di sé, di auto-alienazione, cui si accompagna la possibilità dell'errore. D'altronde, confrontarsi con la scelta e con la possibilità di errore è necessario, per non perdersi né nella disperazione dell'infinito delle possibilità e dell'immaginazione, né nella disperazione del finito, del necessario che non lascia spazio alla responsabilità individuale ma neanche alla libertà. Sebbene i due autori differiscano profondamente nel loro pensiero più generale, simili considerazioni relativamente all'autenticità si ritrovano anche nel pensiero nietzschiano, e nel concetto di *Übermensch* o *Superuomo*: un nuovo tipo di persona, che crea valori nuovi e autentici quando significati e valori preesistenti crollano davanti alla realizzazione dell'inadeguatezza degli assolutismi socialmente costruiti (Halling & Carroll, 1999). Nel pensiero di questi filosofi, ai quali è possibile aggiungere Sartre, emerge l'importanza non solo di ciò che una persona è, ma del suo modo di essere, di ciò che fa di sé stessa costruendosi e compiendo attivamente delle scelte di vita (Kernis & Goldman, 2006). È poi il lavoro di Heidegger che si addentra in modo particolare nella questione dell'autenticità, specialmente nel suo scritto "*Essere e Tempo*" (1927). Secondo questo autore, punto fondamentale per raggiungere l'autenticità è la presa di consapevolezza della propria condizione di *gettatezza* e dei propri limiti: l'individuo si trova ad essere *gettato* nel mondo ed essendo nel mondo si trova costretto ad agire; l'esistenza gli è imposta indipendentemente dalla sua volontà. Riconoscendo la propria finitezza e accettando, nonostante tutto, il rischio insito nell'atto della scelta, l'uomo può conquistare il proprio Essere nel mondo, il proprio Esserci e appartenere pienamente a sé

stesso. Al contrario, l'esistenza è inautentica tanto quanto è caratterizzata dalla non-scelta, dall'assenza di originalità e creazione. Una vita inautentica è una vita vissuta remissivamente, in conformità con la folla, una vita in cui l'uomo rinuncia alla sua essenza creativa per evitare l'ansia e il confronto con i propri limiti. Rinunciando a questa però, l'uomo rinuncia alla propria voce, alla propria opinione, alla possibilità della conoscenza e alla possibilità di Esserci. Queste prospettive, che verranno riprese e applicate nella corrente psicologica esistenzialista da autori quali May (1981) e Bugental (1965), sottolineano le componenti agentiche e autoriali presenti nel concetto di autenticità: perché un atto, grande o piccolo che sia, sia autentico, deve essere avallato dall'integrità della persona, percepito come originato dall'interno e come congruente. Non è la presenza o assenza di influenze esterne e costrizioni a determinare l'autenticità del comportamento e dell'individuo, quanto la dimensione volitiva dell'individuo stesso e la sintesi che esso compie tra la dimensione del reale e quella del possibile (Ryan & Deci, 2004). Perché ciò sia possibile, è necessario che l'individuo sia disposto alla conoscenza di sé e del mondo e all'accettazione (Kernis & Goldman, 2006).

Questi concetti non sono estranei a diverse prospettive psicologiche. Ad esempio, in un'ottica psicoanalitica Winnicott (1965) sostiene che le condizioni patologiche osservate in terapia siano il risultato di espressioni esagerate di un "falso Sé" a scapito del "vero Sé" dell'individuo. La predominanza del falso Sé comporta una mancanza di contatto con i propri sentimenti, le proprie sensazioni e i propri bisogni, minando quindi la vitalità della persona, nonché il suo senso di realtà, fino a sfociare in sensazioni di non esistenza. Simili considerazioni relativamente allo sviluppo di un falso Sé sono avanzate da Kohut (1971) nella sua analisi del narcisismo patologico o nel pensiero di Horney (1950) secondo la quale la gran parte delle nevrosi deriverebbero dall'alienazione dal proprio Sé reale, che costituisce la spinta originaria dell'individuo verso la crescita. Secondo queste prospettive, dunque, le manifestazioni patologiche deriverebbero da una carenza o da un blocco nello sviluppo di un vero Sé, maturo e funzionale, rispecchiante l'individuo reale, mascherato da immagini e concezioni di Sé irrealistiche e disfunzionali. Punto focale di queste prospettive è però l'analisi della patologia, mentre viene messa in secondo piano l'analisi di uno sviluppo positivo. Questa è invece al centro del pensiero umanistico e delle teorie e correnti che a questo si ispirano, come il movimento della Psicologia Positiva o la *Self-Determination Theory* (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000; Patterson & Joseph, 2007; Proctor, Tweed & Morris, 2020).

### **3.2 Prospettive teoriche**

La psicologia umanistica (Schneider, Pierson & Bugental, 2015) assegna al concetto di autenticità un ruolo centrale. La premessa fondamentale che muove il lavoro degli studiosi e dei terapeuti in questa cornice è che l'essere umano sia mosso, in ultima analisi, da una spinta verso il raggiungimento della

piena attualizzazione e realizzazione del proprio potenziale (Maslow, 1971; Rogers, 1959, 1961). L'autenticità, similmente a quanto emerso dall'analisi del pensiero esistenzialista, è concepita come un modo di essere, in armonia con la tendenza attualizzante dell'individuo, caratterizzata da presa di consapevolezza e autorialità del proprio modo di vivere. Il concetto si riferisce sia allo stato ultimo di completa attualizzazione, sia all'immenso continuum che porta a tale stato. Essere autenticamente umani, dunque, non comporta un'esperienza permanente di autenticità, ma un movimento continuo di crescita nella sua direzione, in un processo in cui l'individuo è sempre più consapevole e agente nel proprio modo di essere (Bugental, 1965; Joseph, 2016). Terapeuti come Rogers (1959, 1961) osservano nel proprio lavoro clinico come la domanda che porta all'inizio di una terapia sia spesso legata alla percezione di uno stato di inautenticità o incongruenza forte e prolungato e ad un senso di alienazione dal proprio Sé (Yalom, 1980; May, 1981); quando l'individuo diventa consapevole di tale discrepanza e alienazione si genera distress e la conseguente domanda di aiuto terapeutico (Joseph & Linley, 2005).

Particolarmente rilevante, ai fini delle più recenti formulazioni relative all'autenticità, è il pensiero di Carl Rogers (1959) il quale descrive in particolare il funzionamento psicologico ottimale e ideale che si verifica quando l'attualizzazione del Sé è organicamente congruente e autentica. Secondo l'autore, nel contesto di un ambiente sociale favorevole, le esperienze dell'individuo possono essere accuratamente simbolizzate, portate alla consapevolezza e incluse nel concetto di Sé in tale forma accurata. Questa revisione e rivalutazione accurata del Sé genera uno stato di congruenza tra l'esperienza e il concetto di Sé; al contrario quando l'ambiente è sfavorevole e le informazioni relative alle proprie esperienze non sono incluse accuratamente nella rappresentazione di Sé, si genera uno stato di tensione ed incongruenza. Nel pensiero di Rogers risulta chiaro come una certa quantità di incongruenza e tensione costituisca la norma (Patterson & Joseph, 2007) mentre una completa congruenza rappresenti il punto di arrivo ideale. Tale ideale è concettualizzato nel costrutto di *persona pienamente funzionante*, che rappresenta per Rogers il modello di individuo pienamente congruente e autonomo. Il funzionamento psicologico della *persona pienamente funzionante* è caratterizzato da apertura all'esperienza e assenza di difese: tutte le esperienze saranno disponibili al livello cosciente e la loro simbolizzazione risulterà accurata. Ne risulterà una struttura del Sé congruente con le esperienze interne ed esterne e sperimentata come fluida, passibile di cambiamenti e adattamenti in relazione alle nuove esperienze. Come conseguenza, la *persona pienamente funzionante* si accetta incondizionatamente, non sperimentando condizioni di valore esterne (cfr. cap. 5), ed è quindi capace di accettazione positiva verso gli altri. Inoltre, la *persona pienamente funzionante* risulta caratterizzata da un *locus of evaluation* interno: le valutazioni sulle proprie esperienze originano dall'interno e non da influenze esercitate dall'esterno; tali valutazioni sono inoltre originate da un

*processo di valutazione organismico* tale per cui il valore e la valenza dell'esperienza non sono rigidamente assegnati ma di volta in volta soppesati sulla base della loro rispondenza alle tendenze attualizzanti dell'organismo. Tale processo fungerà per la persona da guida affidabile nella scelta dei comportamenti più coerenti con le proprie esigenze e potenzialità.

Un'altra prospettiva teorica che ha origine nel pensiero umanistico ed esistenzialista (Ryan & Deci, 2004) ed è permeato da similitudini con il pensiero rogersiano (Patterson & Joseph, 2007) è la *Self-Determination Theory* (SDT, Deci & Ryan, 1985; Ryan & Deci, 2017). L'autenticità è un concetto chiave nelle formulazioni della SDT, che *“prende le questioni relative alla libertà e all'autenticità e le pone al centro delle proprie predizioni”* (Ryan & Ryan, 2019; p.100) nella forma del costrutto di autonomia, elemento definitorio del concetto di autenticità in chiave esistenzialista. Gli autori sottolineano infatti che *“porre un costrutto di autonomia suggerisce che gli esseri umani possano essere autentici o inautentici, cioè vivere o non vivere in accordo con valori e sensibilità profondi”* (Ryan & Deci, 2004, p.460). Secondo le formulazioni della SDT, l'agire in modalità che sono pienamente avallate dall'individuo porta a benefici per il benessere della persona e costituisce uno di tre bisogni fondamentali che devono essere soddisfatti perché si possa giungere alla piena realizzazione. A fianco del bisogno di autonomia, compaiono quali bisogni psicologici fondamentali il bisogno di competenza e quello di relazionalità; di conseguenza, nella SDT il costrutto di autonomia non fa riferimento a un'indipendenza dell'individuo dagli altri e da un ambiente sociale, quanto al grado in cui l'individuo mette in atto comportamenti regolati dall'interno, con un senso di volizione e auto-determinazione. Il contrario dell'autonomia, nei termini della SDT, non è la dipendenza bensì l'eteronomia, ossia la percezione che il proprio comportamento sia regolato da contingenze esterne, quali premi o punizioni, o da compulsioni interne, quali senso di colpa e vergogna (Chirkov et al., 2003). Il comportamento dell'individuo può essere dunque regolato internamente e autonomamente o esternamente. Gli autori (Ryan & Deci, 2000) contrappongono la motivazione intrinseca, che comporta lo svolgimento di attività o la messa in atto di un comportamento per il semplice piacere intrinseco nell'attività e nel comportamento stesso, alla motivazione estrinseca, che comporta invece l'attuazione di comportamenti e attività per fini e scopi diversi dall'attività in sé. La motivazione estrinseca può secondo gli autori, essere più o meno autonomamente regolata e muoversi lungo un continuum che va dall'autonomia (regolazione integrata o identificata) all'eteronomia (regolazione introiettata o esterna) per cui il *locus di causalità* percepito dall'individuo come origine dei propri comportamenti si sposta dall'interno verso l'esterno. Secondo Patterson e Joseph (2007) nella motivazione intrinseca è possibile individuare un equivalente dell'agire in accordo con il processo di valutazione organismica teorizzato da Rogers, così come il *locus di causalità* percepito postulato dalla SDT richiama il *locus of evaluation* Rogersiano. Alcuni autori all'interno della cornice della

SDT portano in rilievo il tema dell'identità, sottolineando come le strutture proprie dell'identità possano rappresentare in modo più o meno accurato le tendenze attualizzanti dell'organismo, evidenziando come sia la formazione di un'identità congruente con il Sé a sostenere il benessere dell'individuo (Soenens & Vansteenkiste, 2011). Questa prospettiva si pone a un crocevia, all'interno di un panorama teorico estremamente variegato e che spazia tra posizioni molto differenti nel definire l'identità rispetto a caratteristiche quali la sua stabilità o fluidità, la sua formazione come scoperta o come costruzione dell'identità e nel quale il dibattito su questi temi è aperto e vivace (Vignoles, Schwartz & Luyckx, 2011). Non è questa la sede per una disamina puntuale di tali diverse posizioni teoriche (per le quali si rimanda a titolo di esempio a Schwartz, Luyckx & Vignoles, 2011) ma appare opportuno soffermarsi a considerare i punti di incontro che questa prospettiva offre a posizioni anche molto distanti tra loro. Da un lato, infatti, il tema dell'autenticità e della congruenza può rimandare al concetto di Vero Sé, dunque all'esistenza di un potenziale innato, dato e preesistente, che racchiude talenti, inclinazioni e attitudini e che è compito dell'individuo portare alla luce. Tale concetto è centrale in teorie che considerano l'identità come un processo di scoperta, come ad esempio la teoria dell'identità eudaimonica di Waterman (1984; 2011), ma non è scevro da problematiche (Baumeister, 2019) insite nella natura oggettuale di questa considerazione del Sé. Nella prospettiva qui proposta vi sono dunque punti di contatto con queste concezioni, in quanto viene mantenuta l'idea di un nucleo centrale del Sé, stabile e innato, che guida l'individuo nella direzione dell'autorealizzazione. Vi è però una differenza fondamentale in quanto tale nucleo centrale viene considerato non nella sua natura oggettuale e nei suoi contenuti quali inclinazioni e talenti, ma nella sua natura processuale. Ciò che pulsa nel cuore dell'identità non è un Vero Sé oggetto da scoprire, quanto la spinta dell'organismo verso il pieno funzionamento (Rogers, 1959; Polkinghorne, 2015) e verso la soddisfazione dei bisogni psicologici fondamentali (Ryan & Deci, 2004; Soenens & Vansteenkiste, 2011). Alcuni elementi di questa visione si ritrovano in posizioni teoriche relative all'identità che ne assumono la costruzione nelle attività sociali. Tra queste, a titolo di esempio, la corrente dell'interazionismo simbolico (Mead, 1934; Kuhl, 1964; Blumer, 1966). Questa sottolinea la natura processuale dell'operare del Sé (Blumer, 1966), che emerge da un continuo dialogo tra *Io* e *Me*, in cui l'*Io* fa riferimento all'impulso ad agire dell'organismo, mentre il *Me* si riferisce agli atteggiamenti della comunità sociale internalizzati, che guidano e incanalano l'espressione dell'*Io*. I vari teorici dell'interazionismo, pur accentuando le caratteristiche di fluidità dell'identità, individuano sempre almeno una componente costante nelle attività del Sé (Ceretti & Natali, 2009). Anche in prospettive estreme, quali l'interazionismo radicale (Athens, 2007), non viene del tutto risolta la questione dell'esistenza di un nucleo stabile e in qualche modo autentico dell'individuo. Questo è particolarmente evidente nella lettura che l'autore propone dei cambiamenti drammatici di Sé (Athens, 1995) in cui, pur

sottolineando la rilevanza dell'altro internalizzato e offrendo una lettura del fenomeno prettamente sociale, i riferimenti a tale componente nucleare dell'individuo che rimane nudo di fronte a sé stesso (Ceretti & Natali, 2009) permangono. Un ulteriore punto di contatto rispetto alla prospettiva esposta si ritrova inoltre proprio nel ruolo del contesto sociale. Se nella prospettiva interazionista tale ruolo è ciò che rende conto della fluidità del Sé, dei continui assestamenti a cui esso è sottoposto, nella prospettiva qui adottata si tratta di un contesto che può costituire terreno fertile o meno per il pieno funzionamento della persona. Come verrà approfondito nel Cap. 5, tali prospettive non sono incompatibili ed anzi guardano al medesimo oggetto proponendone letture differenti: una lettura ne specifica i meccanismi di azione sulla formazione dell'identità attraverso processi dialogici interiorizzati, l'altra si potrebbe dire che ne analizza gli effetti in funzione della qualità del dialogo che viene internalizzato.

### **3.3 Definizioni operative e ricerca empirica**

A partire dalle teorie precedentemente esposte, sono state formulate alcune definizioni operative di autenticità. La prima è stata proposta da Kernis e Goldman (2006) muovendo da una revisione del lavoro filosofico e psicologico sul tema, tra cui i citati lavori di Carl Rogers e della SDT. Questi autori definiscono e misurano l'autenticità come un costrutto composto da quattro dimensioni interrelate: *consapevolezza*, *elaborazione imparziale*, *comportamento* e *orientamento relazionale*. La prima componente, quella della *consapevolezza*, si riferisce al grado di coscienza del proprio Sé, delle proprie motivazioni, dei propri punti di forza e di debolezza. Mette le basi per l'integrazione dei diversi aspetti del Sé in una rappresentazione coerente e implica l'accettazione delle diverse sfaccettature della propria personalità e del proprio carattere. La dimensione di *elaborazione imparziale* riguarda invece l'abilità di considerare oggettivamente le informazioni rilevanti per il Sé, senza avanzare giudizi, distorsioni, esagerazioni o diniego. Questa componente è in stretta relazione con la *consapevolezza*, e contribuisce fortemente allo sviluppo di un adeguato senso del Sé. La componente legata al *comportamento* si riferisce al grado in cui la persona agisce genuinamente e spontaneamente, in accordo con i propri bisogni e i propri valori. Tale comportamento è un riflesso esteriore del grado di *consapevolezza* ed *elaborazione imparziale* in atto interiormente. Quando al contrario una persona agisce in modi che non riflettono le sue inclinazioni spontanee solo per evitare punizioni, ottenere ricompense o inserirsi in un contesto sociale e far piacere ad altri, il suo comportamento è inautentico. Infine, l'*orientamento relazionale* è relativo a un modo di approcciare le relazioni strette, caratterizzato dall'attribuzione di valore all'apertura e alla sincerità e che sostiene la formazione di relazioni che permettono intimità, l'espressione di emozioni e sentimenti effettivi e che generano sentimenti di vero apprezzamento. Sulla base di questa definizione, gli autori hanno

sviluppato uno strumento self-report per la misurazione dell'autenticità: l'Authenticity Inventory (Kernis and Goldman, 2006). Tale scala comprende 45 item divisi in quattro sotto-scale, cui si chiede di esprimere il proprio grado di accordo su una scala di tipo Likert a 5 punti. Le informazioni sulle proprietà psicometriche e sulla struttura dell'Authenticity Inventory sono scarse e non sempre coerenti (Gregoire et al, 2014; White, 2011); recentemente, al fine di superare i limiti dovuti alla lunghezza e alla ripetitività degli item, nonché i limiti psicometrici, è stata sviluppata una versione breve dello strumento: l'Authenticity Inventory Short Form (Bond, Strauss & Wickham, 2018) che comprende 20 item, cinque per ciascuna dimensione. Gli studi condotti con la versione completa dell'Authenticity Inventory, hanno individuato relazioni con diversi aspetti del funzionamento psicosociale, come minori strategie difensive e sintomi psicopatologici, un'attitudine *mindful*, meccanismi di coping funzionali e maggior benessere edonico ed eudaimonico (Goldman & Kernis, 2002; Kernis & Goldman, 2006).

Un'altra operazionalizzazione che muove sempre dalle teorizzazioni di Rogers è stata proposta all'interno dell'approccio centrato sulla persona, nei termini di un modello tripartito (Barrett-Lennard, 1998) che considera tre livelli: l'esperienza interna, la consapevolezza di tale esperienza, il comportamento e la comunicazione. Secondo tale modello, l'autenticità comporta congruenza tra questi livelli: maggiore autenticità risulta dall'essere consapevoli dei propri stati interni e comportarsi congruentemente con essi, esprimendoli inoltre apertamente con gli altri. Sulla base di questo modello (Fig.3.1), è stato sviluppato uno strumento self-report per la misura dell'Autenticità: l'Authenticity Scale (Wood et al., 2008). Essa comprende tre dimensioni: *auto-alienazione*, *vivere autentico* e *accettazione delle influenze esterne*. La prima dimensione di *auto-alienazione* riflette l'inevitabilità di una certa percentuale di incongruenza tra le esperienze interne dell'individuo e la loro consapevolezza e la conseguente sensazione di essere disconnessi dal proprio mondo interno. La dimensione di *vivere autentico* si riferisce invece al grado di congruenza tra i propri stati interni simbolizzati nella coscienza e l'espressione comportamentale. Infine, l'*accettazione delle influenze esterne* si riferisce al grado in cui le pressioni dell'ambiente sociale influiscono sulla consapevolezza di sé e sul comportamento, causando un'incongruenza che è percepita come originata dall'esterno, ad esempio dalle aspettative altrui o dalle norme sociali.

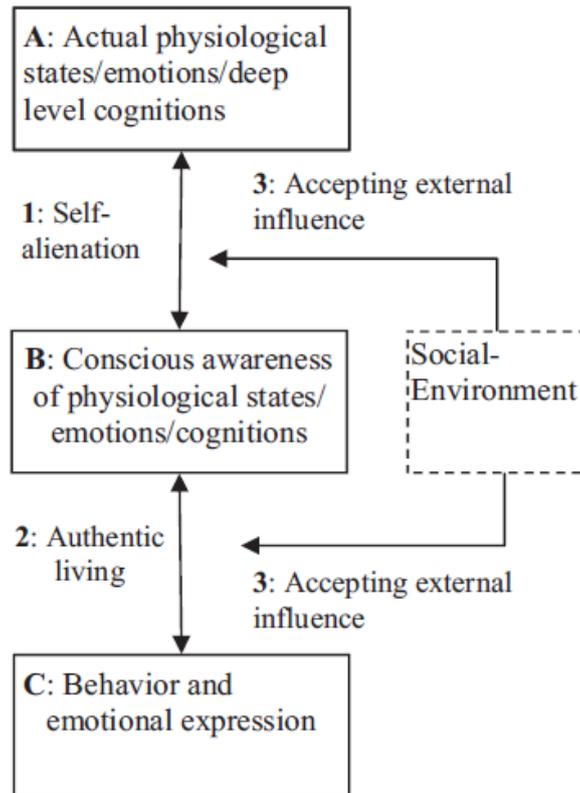


Figura 3.1 - Concezione di autenticità proposta dall'approccio centrato sulla persona (Wood et al., 2008, p. 386).

L'Authenticity Scale è uno strumento che è stato sviluppato per l'uso nel setting clinico e di consultazione, ed è perciò piuttosto breve: è formata da 12 item, quattro per ogni dimensione, cui si chiede di rispondere su una scala di tipo Likert a 7 punti. La scala è stata tradotta in diverse lingue, ha dimostrato buone proprietà psicometriche e ha rivelato associazioni positive con misure di benessere psicologico e soggettivo, autostima, tratti di personalità considerati funzionali nel modello del *Big Five*, soddisfazione dei bisogni psicologici fondamentali (Wood et al., 2008; White, 2011; Maltby et al., 2012; Gregoire et al, 2014; Di Fabio, 2014; Thomaes et al., 2017). Il costrutto ha inoltre mostrato relazioni negative con misure di malessere come sintomi ansiosi e depressivi, sintomi fisici e rabbia, anche in studi longitudinali (Wood et al., 2008; Pinto et al., 2012; Gregoire et al, 2014; Di Fabio, 2014; Boyraz, Waits & Felix., 2014; Bryan, Baker & Tou, 2015). In particolare, la relazione con il benessere psicologico risulta forte e consistente, tale da portare alcuni autori a considerare l'autenticità come l'essenza stessa del benessere (Grijak, 2017). In uno studio longitudinale che ne ha analizzato i rapporti con il benessere soggettivo in termini di soddisfazione (Boyraz, Waits & Felix, 2014), è stato possibile individuare la direzionalità della relazione tra le due variabili. Essa risulta tale per cui a elevati livelli di autenticità seguono elevati livelli di soddisfazione, supportando la posizione secondo cui è la congruenza sperimentata dall'individuo a generare benessere. Inoltre, maggiori livelli di autenticità si accompagnano a maggiori livelli di auto-accettazione incondizionata

(Murphy et al., 2017) a supporto di quanto postulato da Rogers (cfr. par. 3.2): la persona autentica è anche una persona che si rispetta in maniera incondizionata. Sono stati condotti anche studi che analizzano il ruolo mediatore dell'autenticità rispetto alle relazioni di altre variabili e caratteristiche con il benessere, trovando ad esempio una relazione di mediazione nel rapporto tra *mindfulness* dell'individuo e benessere psicologico (Chen & Murphy; 2019). Un atteggiamento *mindful*, riflessivo e non giudicante, sembra quindi favorire l'autenticità dell'individuo e attraverso questa l'esperienza di benessere psicologico.

Inoltre, i livelli di autenticità sembrano contribuire nel differenziare le risposte a situazioni sfavorevoli, proteggendo da esiti negativi di queste ultime. Ad esempio, Bryan e colleghi (2015) hanno individuato un effetto moderatore dell'autenticità nella relazione tra solitudine e sintomatologia. In generale, maggior solitudine si associa a più elevati sintomi ansiosi, depressivi, disturbi del sonno, disfunzioni fisiologiche e comportamenti a rischio come l'abuso di alcool. Gli autori hanno individuato come, a parità di solitudine percepita, queste problematiche si rivelino inferiori tra coloro che riportano elevati livelli di autenticità. Similmente, Wickham e collaboratori (2016) hanno evidenziato un effetto moderatore dell'autenticità nella relazione negativa tra conflitti interpersonali e benessere psicologico: per coloro che mostrano maggiori livelli di autenticità, gli effetti dei conflitti interpersonali sul benessere psicologico risultano meno deleteri. Complessivamente, dunque, i risultati delle ricerche finora condotte portano dati a sostegno delle formulazioni teoriche presentate, nonché del ruolo positivo dell'autenticità per il benessere dell'individuo, ruolo che potrebbe esplicarsi anche come fattore protettivo in situazioni stressanti.

#### **4. Studio 1 - Autenticità e Identità nell'adulità emergente**

La panoramica fornita relativamente al concetto di autenticità mette in evidenza una relazione teorica importante tra questo costrutto e lo sviluppo dell'identità. Se costruire la propria identità significa esplorare delle possibilità e compiere delle scelte, si pone anche la questione di compiere scelte che originino dall'interno, e non da pressioni esterne, e scelte che riflettano un'accurata conoscenza e rappresentazione di sé e delle proprie esperienze, della propria storia. Sia nella formulazione di Rogers (1959), sia in alcune formulazioni interne alla SDT (Soenens & Vansteenkiste, 2011) viene sollevato il problema di cosa accade quando la rappresentazione di Sé e l'identità non sono congruenti con i processi innati dell'organismo e la sua spinta all'attualizzazione. Ciò che emerge da queste teorie è che la tensione generata da tale non corrispondenza genera sensazioni di incongruenza, inautenticità ed eteronomia, causando distress nell'individuo. Ciò è in accordo con quanto sostenuto da Schwartz e colleghi (2013), secondo cui ruminazione e sintomi in particolar modo internalizzanti potrebbero derivare da un senso di Sé scarsamente organizzato e dalla percezione che sia necessario rivedere la propria identità. Questa percezione porterebbe a mettere in atto processi esplorativi e sarebbe invece mitigata da una sperimentazione di sé maggiormente impegnata nell'assunzione di ruoli e compiti. Tali considerazioni appaiono di particolare rilevanza in una fase evolutiva come quella dell'adulto emergente, caratterizzata proprio da un ampio raggio di esplorazione, che segue le prime esplorazioni adolescenziali, e da un'ampia gamma di possibilità, in cui assumere impegni identitari è un compito primario ma è anche fonte di considerevole distress.

Approfondire lo studio delle relazioni tra autenticità e sviluppo identitario nell'adulità emergente, appare dunque una strada proficua, che può offrire preziosi contributi nella comprensione delle dinamiche insite in questa fase evolutiva e di conseguenza delle modalità più appropriate per intervenire a supporto di uno sviluppo positivo. È possibile infatti che, data la maggiore profondità dell'esplorazione identitaria in corso in questa fase, il distress identitario sperimentato dagli adulti emergenti si leghi proprio ad una percezione di inautenticità, di incongruenza, e ad una conseguente necessità di rivedere la propria strada nella definizione di Sé. Dall'altro lato si può ipotizzare che elevati livelli di autenticità, con le sue componenti di consapevolezza e agentività, costituiscano una risorsa nella navigazione delle opzioni identitarie che si prospettano all'adulto emergente. Se come teorizza Rogers, la persona pienamente funzionante è in grado di affidarsi ai propri processi di valutazione organismica per compiere delle scelte coerenti con le proprie esigenze e potenzialità (cfr. par. 3.2), allora adulti emergenti maggiormente autentici dovrebbero rivelarsi maggiormente equipaggiati per affrontare il compito di definizione della propria identità secondo modalità

funzionali, potendo confrontarsi in modo costruttivo sia con la fase esplorativa del percorso, sia con la responsabilità di assumere degli impegni.

Nonostante i diversi punti di contatto e la possibile rilevanza di questo elemento nell'interpretazione dei percorsi di sviluppo identitario degli adulti emergenti, la relazione tra autenticità e dimensioni identitarie risulta ad oggi poco indagata. Kernis e Goldman (2006) riportano i risultati di alcune ricerche sul tema, che identificano un'associazione positiva tra autenticità e integrazione dell'identità, stile identitario informativo e chiarezza del concetto di Sé. Al contrario livelli inferiori di autenticità risultano associati a diffusione identitaria e stile identitario diffuso/evitante. Le ricerche portate avanti con l'ausilio dell'Authenticity Scale, invece, non ha ancora toccato questo tema. Inoltre, non è stata ancora esplorata la relazione con il modello proposto da Luyckx e colleghi (2008).

Un ulteriore aspetto non ancora considerato dalla letteratura è la possibilità offerta dalle definizioni operative esposte di identificare differenti profili attraverso un approccio di analisi centrato sull'individuo (Von Eye & Bogat, 2006). Se l'autenticità è un costrutto composito, allora si può ipotizzare che una persona mostri un funzionamento autentico solamente ad alcuni livelli, risultando ad esempio nel caso della definizione di Wood e colleghi (2008), in differenti combinazioni di *auto-alienazione*, *accettazione delle influenze esterne* e *vivere autentico*. Alcune persone, infatti, potrebbero essere ben consapevoli dei propri stati interni, ma non in grado di resistere alle influenze esterne; d'altra parte, altri potrebbero scegliere attivamente di vivere in un modo che non riflette pienamente il proprio mondo interiore. Altri ancora potrebbero essere in grado di resistere alle influenze altrui e volenterosi nell'agire in accordo con le proprie esperienze e sensazioni, ma potrebbero non avere accesso pienamente consapevole a queste esperienze primarie. Tuttavia, tale prospettiva non è ancora stata adottata e tutti gli studi finora svolti sono stati condotti con un approccio di analisi centrato sulla variabile. Un approccio statistico centrato sulla persona (Von Eye & Bogat, 2006,) offre però interessanti possibilità per approfondire il livello di analisi, data la variabilità delle possibili combinazioni di interferenze in un funzionamento autentico. Motivazioni differenti alla base di comportamenti inautentici, potrebbero infatti avere conseguenze diverse per il benessere dell'individuo (Harter, 1999). Come accade per diverse configurazioni dei processi identitari, diversi pattern di *auto-alienazione*, *accettazione delle influenze esterne* e *vivere autentico* potrebbero condurre a diversi pattern di adattamento psicosociale. Ad esempio, l'esperienza di chi è in generale in grado di resistere alle influenze altrui ma si sente alienato da sé stesso potrebbe essere molto diversa dall'esperienza di chi si sente consapevole di sé ma soggetto a forti pressioni esterne cui non riesce a fare fronte. Identificare differenti profili di funzionamento (in)autentico potrebbe quindi permettere

una migliore comprensione delle diverse situazioni, degli specifici punti di forza e delle specifiche difficoltà che le persone possono incontrare sul loro percorso.

#### **4.1 Obiettivi e Ipotesi**

Muovendo da tali considerazioni, il presente studio mira a compiere un passo nel connettere le teorie sullo sviluppo identitario alla ricerca sul costrutto di autenticità, ponendosi due obiettivi principali.

Il primo macro-obiettivo è quello di analizzare le relazioni che intercorrono tra le tre dimensioni di autenticità considerate nel modello di Wood e collaboratori (2008) e le caratteristiche del processo di sviluppo dell'identità in termini di stati identitari, identificati attraverso il modello proposto da Luyckx e colleghi (2008), distress identitario e presenza di un Distordine dell'Identità (Berman et al., 2004). Si è scelto di adottare questo modello operativo di autenticità in ragione da un lato dell'interesse teorico per il modello, ritenuto maggiormente aderente alla prospettiva rogersiana e comprendente un'importante componente legata al contesto nella dimensione di accettazione di influenze esterne, dall'altro lato per la maggiore attendibilità e fruibilità dello strumento sviluppato rispetto alla scala proposta da Kernis e Goldman (Gregoire et al, 2014; White, 2011).

In relazione a questo obiettivo si ipotizza che:

- 1) Maggiori livelli di Autenticità siano positivamente associati a stati identitari funzionali, in particolare lo stato di Realizzazione, e che minori livelli di Autenticità siano associati a stati identitari disfunzionali, in particolare allo stato di Diffusione (H1);
- 2) Sussista una relazione negativa tra Autenticità e Distress Identitario (H2);
- 3) I livelli di Autenticità risultino inferiori tra coloro che presentano un Distordine dell'Identità rispetto a coloro che non lo presentano (H3).

Il secondo macro-obiettivo è quello di valutare i vantaggi dell'utilizzo di un approccio centrato sulla persona nell'analisi non solo dello sviluppo identitario, ma anche del funzionamento autentico e delle relazioni tra questi.

Dunque, si intende applicare il metodo centrato sulla persona all'analisi delle tre componenti di autenticità, ipotizzando che sia possibile individuare tra i partecipanti non solo differenti livelli di Autenticità, ma differenti configurazioni di Funzionamento Autentico (H4).

Si intende inoltre analizzare le relazioni di tali profili di Funzionamento Autentico con gli Stati Identitari e il Distress Identitario, in termini sia di indici di distress, sia di presenza/assenza di un Distordine dell'Identità, ipotizzando che:

- 1) Profili di Funzionamento Autentico più funzionali si associno a Stati Identitari più funzionali, in particolare con lo stato di Realizzazione, all'assenza di un Disordine dell'Identità e a livelli inferiori di distress identitario (H5);
- 2) Profili di Funzionamento Autentico più disfunzionali si associno a Stati Identitari disfunzionali, alla presenza di un Disordine dell'Identità e a livelli maggiori di distress identitario (H6).

L'assunto di fondo è che attraverso questo tipo di analisi e la considerazione non solamente dei livelli di autenticità, ma di una loro differente qualità e configurazione, si possa giungere ad una più dettagliata comprensione della relazione tra le variabili considerate e dei possibili meccanismi sottostanti a tale relazione.

## **4.2 Metodo**

### **4.2.1 Partecipanti**

Hanno partecipato allo studio un totale di 239 adulti emergenti. Il campione comprende 96 maschi (40.2%) e 143 femmine (59.8%) di età compresa tra i 18 e i 26 anni ( $M = 21$ ;  $d.s. = 1.89$ ). Tutti i partecipanti sono studenti universitari; la maggior parte (189; 79%) sono in possesso di un diploma di scuola superiore, mentre i rimanenti 49 (20%) sono già in possesso di una laurea; 1 partecipante non ha fornito le informazioni relative al suo livello di istruzione. Rispetto all'occupazione, 179 (74.9%) sono studenti a tempo pieno, mentre 60 (25.1%) lavorano mentre completano gli studi.

### **4.2.2 Procedura**

I partecipanti sono stati reclutati presso l'Università degli Studi di Milano – Bicocca, durante i corsi o nelle aule studio e la partecipazione è stata su base volontaria. Il progetto, approvato dalla Commissione per la Valutazione della Ricerca del Dipartimento di Psicologia<sup>1</sup>, è stato presentato da un ricercatore che ha raccolto gli indirizzi e-mail di coloro che erano interessati a partecipare; un questionario online è stato poi inviato a tali indirizzi. Prima di poter accedere al questionario completo, ai partecipanti veniva chiesto di leggere un modulo informativo e fornire il proprio consenso informato alla partecipazione. Il questionario online richiedeva circa 15 minuti per la compilazione; nella prima sezione ai partecipanti veniva chiesto di fornire alcune informazioni anagrafiche; avendo scelto di porre il focus del presente lavoro sulla popolazione degli studenti universitari, oltre al genere e all'età, sono state raccolte informazioni relative al livello di istruzione e all'occupazione come indicatori della collocazione dei partecipanti nel percorso formativo e di

---

<sup>1</sup> L'approvazione della Commissione per la Valutazione della Ricerca del Dipartimento di Psicologia è espressione del Comitato Etico d'Ateneo in quanto organo da esso designato per la valutazione dei progetti a rischio minimo. Tutti gli studi riportati nel presente elaborato sono stati approvati da detto organo come parte di un medesimo progetto. N. Prot.: RM-2019-191

inserimento nel mondo del lavoro. Le sezioni successive includevano invece scale per la misura dell'autenticità, delle dimensioni identitarie e del distress identitario.

### **4.2.3 Misure**

#### ***Autenticità***

Per misurare l'autenticità percepita dai partecipanti, è stata utilizzata la versione italiana dell'Authenticity Scale (Wood et al., 2008; Di Fabio, 2014). La scala comprende 12 item divisi in tre sotto-scale: Auto-alienazione, Accettazione delle Influenze Esterne e Vivere Autentico. Ai partecipanti viene chiesto di indicare quanto ogni item li descrive su una scala di tipo Likert a 7 punti (1 = Non mi descrive per niente; 7 = Mi descrive molto bene). I valori dell'Alpha di Cronbach mostrano una buona affidabilità sia per il punteggio globale ( $\alpha = .84$ ), sia per le tre dimensioni di Auto-alienazione ( $\alpha = .82$ ), Accettazione delle Influenze Esterne ( $\alpha = .84$ ) e Vivere Autentico ( $\alpha = .78$ ).

#### ***Dimensioni Identitarie***

Le dimensioni dello sviluppo identitario sono state rilevate attraverso la Dimensions of Identity Development Scale (DIDS; Luyckx et al., 2008; Crocetti, Luyckx, Scrignarò & Sica, 2011), che comprende 5 dimensioni: Assunzione di Impegni, Esplorazione in Ampiezza, Esplorazione Ruminativa, Identificazione con gli Impegni, Esplorazione in Profondità. Ai partecipanti viene chiesto di indicare il loro grado di accordo con 25 affermazioni (5 per ogni dimensione), su una scala di tipo Likert a 5 punti (1 = Fortemente in disaccordo; 5 = Fortemente in accordo). I valori dell'Alpha di Cronbach mostrano una buona affidabilità delle dimensioni di Assunzione di Impegni, Identificazione con gli Impegni e Esplorazione Ruminativa (rispettivamente:  $\alpha = .89; .80; .73$ ), mentre risultano inferiori livelli di affidabilità per le due dimensioni di Esplorazione in Ampiezza e Esplorazione in Profondità (rispettivamente:  $\alpha = .64; .57$ )<sup>2</sup>.

#### ***Distress Identitario e Disordine dell'Identità***

Per rilevare i livelli di distress identitario è stata utilizzata la versione italiana dell'Identity Distress Survey (IDS; Berman et al., 2004; Sica et al., 2014). Questa misura comprende 10 item; negli item da 1 a 7, ai partecipanti viene chiesto di indicare il grado in cui sperimentano distress in 7 domini identitari: Obiettivi a Lungo Termine, Scelte di Carriera, Amicizie, Orientamento e Comportamento Sessuale, Religione, Valori e Credenze, Appartenenza a Gruppi. Gli item 8 e 9 rilevano il grado

---

<sup>2</sup> Studi precedenti effettuati anche dal gruppo di ricerca degli autori dello strumento, riportano similmente livelli inferiori di affidabilità per le scale di esplorazione (Markovitch et al., 2017), in particolare per la dimensione di Esplorazione in profondità (Zimmermann et al., 2015; Claes et al., 2018; Cordeiro et al., 2018). Seguendo l'approccio adottato da Claes e colleghi (2018) sono state dunque controllate le correlazioni elemento-totale corrette per queste due dimensioni, che sono risultate tutte positive e comprese tra  $r=.29$  e  $r=.54$  per l'Esplorazione in Ampiezza e tra  $r=.21$  e  $r=.38$  per l'Esplorazione in Profondità.

complessivo del disagio relativo ai domini identitari e il grado di interferenza nella vita quotidiana. Il grado di distress è espresso su una scala di tipo Likert a 5 punti (1 = Per nulla; 5 = Moltissimo). Infine, l'item 10 chiede ai partecipanti di indicare per quanto tempo hanno provato disagio in relazione a questi problemi nel complesso (Mai o per meno di un mese; da 1 a 3 mesi; da 3 a 6 mesi; da 6 a 12 mesi; per più di un anno). Gli item possono essere utilizzati per dare un'indicazione del distress globale (item da 1 a 10) ma anche per dare indicazioni più specifiche relative al distress mediamente sperimentato nei domini di vita (item 1-7) e l'impatto del distress identitario (item 8-10) (Palmeroni et al., 2019). L'affidabilità misurata attraverso Alpha di Cronbach risulta buona per il Distress Globale (Items 1-10;  $\alpha = .79$ ) e l'Impatto del Distress (Items 8-10;  $\alpha = .77$ ), mentre risulta accettabile per il Distress Medio nei Domini (Items 1-7;  $\alpha = .65$ ). L'Identity Distress Survey può anche essere utilizzato per evidenziare traiettorie patologiche e la presenza/assenza di un Disordine dell'Identità (Berman et al., 2004, 2009) attraverso l'individuazione dei seguenti criteri: (a) tre o più domini sono indicati come fonte di disagio importante (punteggi  $\geq 4$ ); (b) il disagio in questi domini causa un'interferenza almeno "moderata" (punteggi  $\geq 3$ ); (c) il disagio persiste da almeno 3 mesi.

#### **4.2.4 Analisi**

Preliminarmente sono state condotte analisi di tipo descrittivo sulle variabili oggetto di indagine, sono stati identificati gli Stati Identitari e sono state controllate le relazioni delle variabili di interesse con le variabili socio-anagrafiche.

Per identificare gli Stati Identitari si è proceduto con un'analisi dei cluster gerarchica con metodo di Ward basata sulle distanze euclidee al quadrato, utilizzando come variabili i punteggi ottenuti nelle cinque dimensioni del DIDS convertiti in punteggi Z. Sono state esplorate diverse soluzioni sulla base dell'esplorazione del dendrogramma e delle soluzioni precedentemente individuate in letteratura. Una soluzione finale è stata individuata basandosi su soluzioni precedentemente riportate dalla letteratura di riferimento (e.g. Luyckx et al. 2009; Crocetti et al., 2011) in combinazione con criteri di parsimonia, interpretabilità e potere esplicativo (circa il 50% della varianza in ogni variabile considerata). Per identificare la porzione di varianza spiegata sono state condotte delle MANOVA con i gruppi individuati dai cluster come fattore e le dimensioni del DIDS (punteggi grezzi) come variabili dipendenti.

Per controllare le relazioni con le variabili socio-anagrafiche sono stati eseguiti test del Chi-Quadrato, ANOVA a una via e analisi delle correlazioni.

Al fine di rispondere al primo obiettivo di ricerca, sono state analizzate le relazioni dell'Autenticità e delle sue componenti con gli Stati Identitari, il Distress Identitario e la presenza/assenza di Disordine dell'Identità attraverso analisi della varianza (ANOVA) a una via e analisi delle correlazioni.

Per rispondere al secondo obiettivo di ricerca, è stata innanzitutto verificata la possibilità di identificare diversi profili di Funzionamento Autentico. I punteggi nelle tre dimensioni dell'Authenticity Scale convertiti in punteggi Z sono stati utilizzati per condurre un'analisi dei cluster gerarchica con metodo di Ward, basata sulle distanze euclidee al quadrato. Anche in questo caso, sulla base dell'interpretazione del dendrogramma, sono state esplorate diverse soluzioni; una soluzione finale è stata selezionata sulla base dei soli criteri di parsimonia, interpretabilità e potere esplicativo precedentemente esplicitati, non disponendo di precedenti profili individuati dalla letteratura. Sono state inoltre controllate le relazioni dei profili di Funzionamento Autentico con le variabili socio-anagrafiche, attraverso test del Chi-Quadrato e analisi della varianza (ANOVA) a una via.

Successivamente, per rispondere alle ipotesi formulate, sono state analizzate le relazioni tra profili di Funzionamento Autentico e Stati Identitari, Distress Identitario e presenza/assenza di un Distordine dell'Identità attraverso test del Chi-Quadrato e analisi della varianza (ANOVA) a una via. Dove opportuno tali relazioni sono state analizzate al netto di variabili socio-anagrafiche identificate come influenti.

Tutte le analisi sono state effettuate con IBM SPSS, v.25 (IBM Corp. Released 2017. IBM SPSS Statistics for Windows, Version 25.0. Armonk, NY: IBM Corp.).

## **4.3 Risultati**

### **4.3.1 Analisi preliminari**

#### ***Descrittive***

In *Tabella 4.1* sono riportate le statistiche descrittive del campione sulle variabili di interesse. In generale i partecipanti riportano punteggi elevati di Autenticità e punteggi sopra la media teorica in tutte le dimensioni identitarie, con i punteggi più elevati sulla dimensione di Esplorazione in Ampiezza.

I punteggi di distress sono vicini alla media di scala su tutti e tre gli indici complessivi, mentre sono sensibilmente più elevati nei domini degli Obiettivi a Lungo Termine e delle Scelte di Carriera, seguiti dai domini delle Amicizie e dei Valori e Credenze. I domini meno stressanti per il campione risultano essere quelli relativi alla Religione, Appartenenza a Gruppi e Sessualità. Per quanto riguarda il Distordine dell'Identità, 58 partecipanti (24%) rispondono ai criteri per tale diagnosi.

		<i>M</i>	<i>d.s.</i>	min-max	Range teorico
<b>Autenticità</b>	<b>Auto-alienazione</b>	11.92	5.36	4-28	4 - 28
	<b>Accettazione delle Influenze Esterne</b>	22.19	3.65	4-28	
	<b>Vivere Autentico</b>	13.98	5.18	4-28	
	<b>Autenticità Globale</b>	60.29	10.81	19-82	12 - 84
<b>Dimensioni identitarie</b>	<b>Assunzione di Impegni</b>	3.37	.78	1.33 - 5	1 - 5
	<b>Identificazione con gli Impegni</b>	3.48	.65	1.6 - 5	
	<b>Esplorazione in Ampiezza</b>	3.78	.59	1.8 - 5	
	<b>Esplorazione in Profondità</b>	3.58	.61	1.8 - 5	
	<b>Esplorazione Ruminativa</b>	3.45	.78	1.2 - 5	
<b>Distress identitario</b>	<b>Distress nei Domini</b>	2.49	.65	1.14 - 4.43	1 - 5
	<b>Obiettivi a Lungo Termine</b>	3.45	.99	1 - 5	
	<b>Scelte di Carriera</b>	3.12	1.09	1 - 5	
	<b>Amicizie</b>	3.07	1.27	1 - 5	
	<b>Orientamento e Comportamento Sessuale</b>	1.92	1.2	1 - 5	
	<b>Religione</b>	1.78	1.17	1 - 5	
	<b>Valori e Credenze</b>	2.19	1.14	1 - 5	
	<b>Appartenenza a Gruppi</b>	1.89	1.11	1 - 5	
	<b>Impatto del Distress</b>	2.83	.96	1 - 5	
	<b>Distress Globale</b>	2.59	.66	1.27 - 4.36	

Tabella 4.1 - Statistiche descrittive

### **Stati Identitari**

Al fine di identificare gli stati dello sviluppo identitario presenti nel campione è stata condotta un'analisi dei cluster gerarchica (cfr. par. 4.2.4 Analisi). Sulla base dell'interpretazione del dendrogramma e dei cluster identificati dalla letteratura precedente (e.g. Luyckx et al. 2009; Crocetti et al. 2011), sono state esplorate soluzioni a 4, a 5 e a 6 cluster. Sulla base dei criteri di parsimonia, interpretabilità e potere esplicativo, la soluzione a 5 cluster (*Figura 4.1*) è stata ritenuta la più appropriata. Tale soluzione spiega il 68% della varianza nell'Assunzione di Impegni, il 58% nell'Identificazione con gli Impegni, il 45% nell'Esplorazione in Ampiezza, il 42% nell'Esplorazione in Profondità e il 65% nell'Esplorazione Ruminativa ( $F(20, 747) = 43.384$ ; Wilk's  $\lambda = .078$ ;  $p < .001$ ). La meno parsimoniosa soluzione a sei cluster spiega un'eguale porzione di varianza nelle dimensioni considerate, ma solleva problemi in termini di interpretabilità e risulta incompatibile con i cluster individuati in letteratura. I cinque cluster selezionati riflettono invece quelli rilevati da lavori precedenti: il primo cluster, che include 56 partecipanti (23.4%), riflette un pattern "Indifferenziato". Il secondo cluster, che comprende 47 partecipanti (19.7%) riflette uno stato di "Moratoria", con alti

punteggi nelle dimensioni di Esplorazione e bassi punteggi nelle dimensioni di Impegno. Dati i livelli particolarmente elevati di Esplorazione Ruminativa, questo gruppo potrebbe essere considerato in uno stato di Moratoria Ruminativa. Il terzo cluster, che mostra bassi livelli sia nelle dimensioni di Impegno, sia nelle dimensioni di Esplorazione funzionali e livelli medi di Ruminazione, comprende 57 partecipanti (23.8%) in uno stato di “Diffusione”. Il quarto cluster include 56 partecipanti (23.4%) e mostra elevati livelli di Impegno accompagnati da bassi livelli di Esplorazione; questo pattern riflette uno stato di “Preclusione”. Infine, lo stato di “Realizzazione” corrisponde al quinto cluster, che comprende 18 partecipanti (7.5%) che riportano punteggi elevati sia sulle dimensioni di Impegni, sia su quelle di Esplorazione funzionali e bassi livelli di Ruminazione.

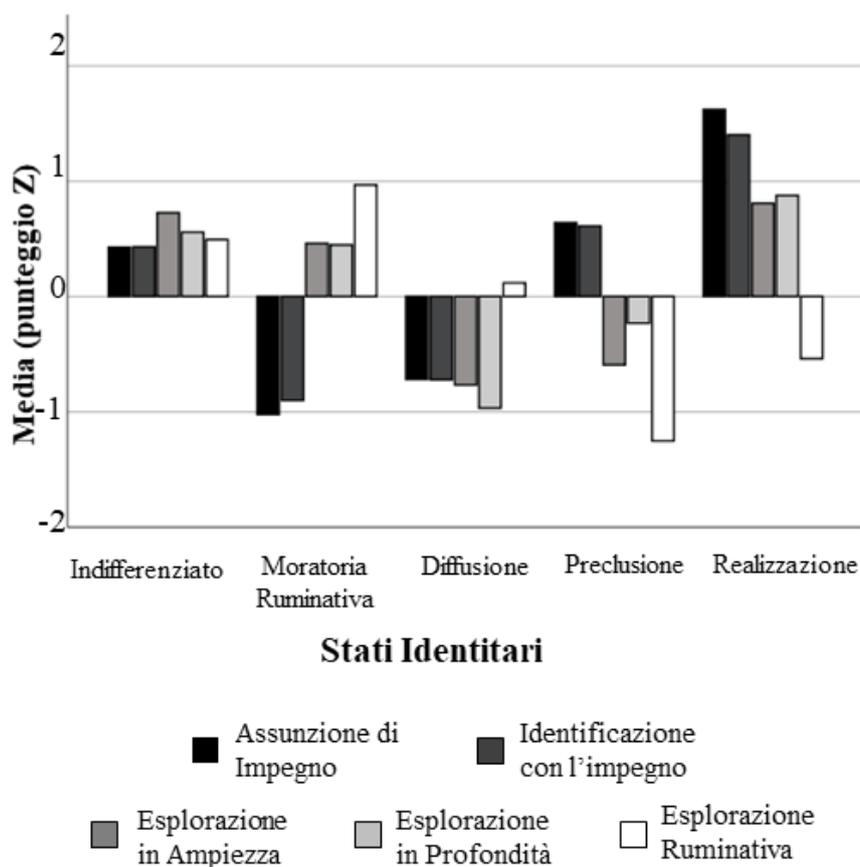


Figura 4.1 - Stati Identitari: soluzione a 5 cluster

### **Relazioni con le caratteristiche socio-anagrafiche**

Sono state controllate le relazioni delle variabili di interesse con le caratteristiche socio-anagrafiche dei partecipanti: genere, età, titolo di studio posseduto, occupazione.

Per quanto riguarda l'autenticità, non sono emerse relazioni significative con l'età, il titolo di studio e l'occupazione, mentre sono emerse differenze significative legate al genere nelle dimensioni di Autoalienazione ( $t(180.36) = 2.78; p = .006$ ) e Autenticità Globale ( $t(237) = -2.87; p = .004$ ). I maschi

riportano in media punteggi di Autoalienazione superiori ( $M = 13.11$ ,  $d.s. = 5.79$ ) rispetto alle femmine ( $M = 11.11$ ,  $d.s. = 4.90$ ), e punteggi globali di autenticità inferiori (Maschi:  $M = 57.88$ ,  $d.s. = 11.45$ ; Femmine:  $M = 61.91$ ,  $d.s. = 10.06$ ).

Non sono state individuate relazioni significative per quanto concerne gli stati identitari e gli indici di Distress Identitario. Il distress nei singoli domini identitari e la presenza di un Disordine dell'Identità sono invece risultati in relazione significativa con alcune caratteristiche socio-anagrafiche.

L'età è significativamente e positivamente correlata al distress relativo agli Obiettivi a Lungo Termine ( $r(232) = .187$ ;  $p = .01$ ) e alle Scelte di Carriera ( $r(232) = .183$ ;  $p = .01$ ), anche se l'entità della correlazione è lieve. Il distress in questi due domini è in relazione significativa con il titolo di studio (rispettivamente:  $t(229) = -2.05$ ,  $p = .04$ ;  $t(229) = -2.59$ ,  $p = .01$ ): gli studenti che hanno già una laurea mostrano distress maggiore in entrambi i domini ( $M_1 = 3.71$ ,  $d.s._1 = .94$ ;  $M_2 = 3.48$ ,  $d.s._2 = 1.05$ ) rispetto a coloro che hanno un diploma ( $M_1 = 3.38$ ,  $d.s._1 = .99$ ;  $M_2 = 3.03$ ,  $d.s._2 = 1.08$ ).

È presente una differenza significativa tra maschi e femmine nel distress legato a Valori e Credenze ( $t(230) = 2.01$ ;  $p = .046$ ) che risulta maggiore tra i partecipanti maschi ( $M = 2.37$ ;  $d.s. = 1.18$ ) rispetto alle femmine ( $M = 2.07$ ;  $d.s. = 1.09$ ).

Infine, la presenza di un Disordine dell'Identità è significativamente associata all'Occupazione ( $\chi^2(1) = 4.52$ ;  $p = .034$ ): il Disordine dell'Identità risulta più spesso presente tra i partecipanti che studiano e lavorano che non tra coloro che sono studenti a tempo pieno (residuo adattato = 2.1).

### **4.3.2 Primo Obiettivo: relazioni tra Autenticità e Identità**

#### ***Autenticità e Stati Identitari***

Confrontando i livelli di autenticità globale e delle sue dimensioni nei diversi gruppi identificati dagli stati identitari, emerge una differenza significativa in tutte le singole dimensioni e nel punteggio globale (Tab. 4.2). Per quanto concerne i punteggi globali di Autenticità, questi risultano maggiori tra i partecipanti negli stati di Realizzazione e Preclusione rispetto ai partecipanti in uno stato Indifferenziato, di Moratoria e di Diffusione; similmente, nella dimensione di Auto-alienazione, i partecipanti in uno stato Indifferenziato, di Moratoria e di Diffusione riportano punteggi significativamente maggiori dei partecipanti negli stati di Realizzazione e Preclusione. Nella dimensione di Accettazione delle Influenze Esterne invece, i partecipanti in uno stato di Preclusione riportano punteggi significativamente inferiori dei partecipanti negli stati di Moratoria e Indifferenziato. Infine, nella dimensione di Vivere Autentico, i partecipanti in uno stato di Diffusione riportano punteggi inferiori dei partecipanti negli stati Indifferenziato, di Preclusione e di Realizzazione, mentre i partecipanti in uno stato di Moratoria si differenziano significativamente solo dai partecipanti in uno stato di Realizzazione, riportando punteggi inferiori rispetto a questi ultimi.

Stato identitario	Autenticità Globale		Auto-alienazione		Accettazione Influenze Esterne		Vivere Autentico	
	F (4, 229) = 10.74; <i>p</i> < .001		F (4, 229) = 12.39; <i>p</i> < .001		F (4, 229) = 3.27; <i>p</i> = .012		F (4, 229) = 6.18; <i>p</i> < .001	
	<i>M</i>	<i>d.s.</i>	<i>M</i>	<i>d.s.</i>	<i>M</i>	<i>d.s.</i>	<i>M</i>	<i>d.s.</i>
<b>Realizzazione</b>	67.50 <sup>a</sup>	8.18	8.17 <sup>a</sup>	2.94	13.00 <sup>a,b</sup>	5.37	24.67 <sup>b,d</sup>	2.57
<b>Preclusione</b>	65.91 <sup>a</sup>	7.73	9.11 <sup>a</sup>	3.43	11.98 <sup>a</sup>	4.54	23.00 <sup>b,c</sup>	2.99
<b>Indifferenziazione</b>	60.09 <sup>b</sup>	9.55	11.64 <sup>b</sup>	5.18	14.86 <sup>b</sup>	4.92	22.59 <sup>b,c</sup>	3.41
<b>Moratoria</b>	56.77 <sup>b</sup>	10.65	14.06 <sup>b</sup>	5.41	14.77 <sup>b</sup>	4.81	21.60 <sup>c</sup>	3.62
<b>Diffusione</b>	56.19 <sup>b</sup>	11.91	14.11 <sup>b</sup>	5.78	14.39 <sup>a,b</sup>	5.33	20.68 <sup>a,c</sup>	4.12

Tabella 4.2 – Descrittive dei punteggi di Autenticità nei gruppi definiti dagli stati identitari.  
*a,b,c,d*: Medie contrassegnate da lettere diverse, sono statisticamente differenti.

### Autenticità e Distress Identitario

In Tabella 4.3 sono riportate le correlazioni tra l'Autenticità e le sue dimensioni e gli indici di Distress Identitario nonché il distress nei singoli domini.

	Auto-alienazione	Accettazione delle Influenze Esterne	Vivere Autentico	Autenticità Globale
<b>Distress Identitario Globale</b>	.506**	.386**	-.257**	-.521**
<b>Impatto del Distress Identitario</b>	.453**	.396**	-.228**	-.489**
<b>Distress Identitario nei Domini</b>	.466**	.281**	-.239**	-.445**
<b>Obiettivi a Lungo Termine</b>	.228**	.275**	-.061	-.263**
<b>Scelte di Carriera</b>	.189**	.088	-.068	-.158*
<b>Amicizia</b>	.245**	.100	-.073	-.194**
<b>Orientamento e Comportamento Sessuale</b>	.339**	.186**	-.285**	-.354**
<b>Religione</b>	.301**	.197**	-.132*	-.288**
<b>Valori e Credenze</b>	.361**	.155*	-.177**	-.313**
<b>Appartenenza a Gruppi</b>	.178**	.132*	-.143*	-.199**

Tabella 4.3 – Correlazioni tra Autenticità e Distress Identitario  
 \* *p* < .05; \*\* *p* < .01

Per quanto riguarda gli indici di Distress Identitario Globale e di Impatto del distress, questi risultano negativamente correlati all'Autenticità Globale e in particolare questa relazione appare legata soprattutto a una associazione con l'Auto-alienazione, che risulta di entità maggiore dell'associazione presente con le altre due dimensioni.

Rispetto al distress riportato nei singoli domini identitari, tutti risultano in associazione negativa con i livelli di autenticità globale. Al contrario i livelli di distress identitario si associano positivamente e in modo consistente con la dimensione di auto-alienazione. Nella stessa direzione si posizionano le relazioni con la dimensione di Accettazione delle Influenze Esterne, eccetto per i domini relativi alle

Scelte di Carriera e alle Amicizie. I medesimi domini, con l'aggiunta degli Obiettivi a Lungo termine, non presentano relazioni con la dimensione di Vivere Autentico, che è invece correlata negativamente al distress nei rimanenti domini.

#### ***Autenticità e Disordine dell'identità:***

Infine, per quanto riguarda i gruppi definiti dalla presenza/assenza di un Disordine dell'Identità, questi si differenziano significativamente nei livelli di Autenticità Globale e delle singole dimensioni. In generale, il gruppo in cui è presente un Disordine dell'Identità riporta minore autenticità nel punteggio globale e sulle singole dimensioni rispetto al gruppo in cui il Disordine è assente (Tab. 4.4).

	F (1,230)	p	Presenza di un Disordine dell'Identità		Assenza di un Disordine dell'Identità	
			M	d.s.	M	d.s.
<b>Auto-alienazione</b>	34.04	<.001	15.19	5.56	10.74	4.84
<b>Accettazione delle Influenze Esterne</b>	23.76	<.001	16.57	4.71	13.02	4.85
<b>Vivere Autentico</b>	6.75	.010	21.12	3.51	22.55	3.65
<b>Autenticità Globale</b>	38.85	<.001	53.36	10.50	62.79	9.80

Tabella 4.4 – Confronto tra gruppi definiti dalla presenza/assenza di un disordine dell'identità

### **4.3.3 Secondo Obiettivo: Profili di Funzionamento Autentico e loro relazioni**

#### ***Individuazione dei profili***

L'analisi dei cluster gerarchica (cfr. par. 4.2.4 Analisi) effettuata per individuare diversi profili di Funzionamento Autentico, ha messo in evidenza la presenza di 4 profili differenti. Tale soluzione è stata ritenuta la più adeguata sulla base dei criteri di parsimonia, interpretabilità e potere esplicativo e spiega rispettivamente il 48%, 60% e 59% della varianza nelle tre dimensioni di Auto-alienazione, Accettazione delle Influenze Esterne e Vivere Autentico  $F(9, 567) = 91.9$ ; Wilk's  $\lambda = .112$ ;  $p < .001$ ). Soluzioni meno parsimoniose spiegavano una percentuale di varianza ugualmente adeguata, ma risultavano meno interpretabili da un punto di vista teorico.

Come illustrato in *Figura 4.2*, il primo cluster, che comprende 112 partecipanti (46.9%), include coloro che riportano livelli moderatamente bassi di Auto-alienazione e Accettazione delle Influenze Esterne, e livelli moderatamente elevati di Vivere Autentico. Questo cluster è stato etichettato come *Autentico*. Il secondo cluster invece, denominato *Non Autentico*, include partecipanti i cui punteggi nelle dimensioni di Auto-alienazione e Accettazione delle Influenze Esterne sono sopra la media, mentre ottengono punteggi molto bassi nel Vivere Autentico. Questo cluster comprende 40

partecipanti (16.7%). Gli ultimi due cluster includono invece partecipanti i cui punteggi sono decisamente superiori alla media rispettivamente nella dimensione di Auto-alienazione e di Accettazione delle Influenze Esterne. Questi cluster sono stati dunque nominati *Alienato* e *Influenzabile*; il primo comprende 28 partecipanti (11.7%) mentre il secondo 59 (24.7%).

Sono state analizzate le relazioni dei profili individuati con le variabili socio-anagrafiche rilevate (genere, età, livello di istruzione, occupazione), non trovando alcuna associazione significativa.

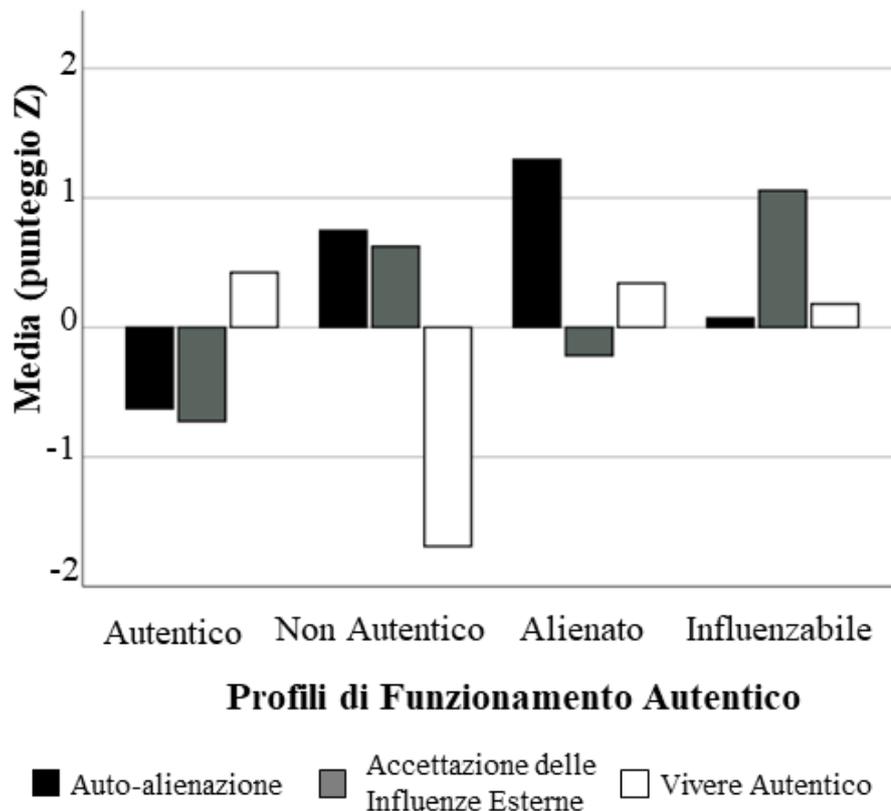


Figura 4.2 – Profili di Funzionamento Autentico: soluzione a 4 cluster

### **Funzionamento Autentico e Stati Identitari**

La relazione tra gli Stati Identitari e i profili di Funzionamento Autentico è stata analizzata attraverso un test del Chi-Quadrato, dal quale risulta esistere un'associazione significativa ( $\chi^2(12) = 39.18; p < .001$ ). In *Tabella 4.5* sono riportate le frequenze osservate e i residui standardizzati adattati, che mettono in evidenza le associazioni più forti. Il profilo Autentico è negativamente associato con lo stato di Moratoria e positivamente associato con gli stati di Preclusione e Realizzazione; tende inoltre a essere associato negativamente allo stato di Diffusione. Il profilo Non Autentico è negativamente associato con lo stato di Realizzazione e positivamente associato a uno stato di Diffusione, mentre il profilo Alienato risulta positivamente associato allo stato di Moratoria e negativamente associato a quello di Preclusione. Infine, il profilo Influenzabile non mostra associazioni specifiche, anche se

appare tendente ad associarsi negativamente ad uno stato di Preclusione<sup>3</sup>. È interessante notare come non vi siano casi di Realizzazione tra i partecipanti nei profili Non Autentico e Alienato, mentre la loro presenza è più elevata di quanto atteso tra gli appartenenti al cluster Autentico.

			Profili di Funzionamento Autentico				Totale
			Autentico	Non-Autentico	Alienato	Influenzabile	
Stati Identitari	Indifferenziato	Frequenze Osservate	24	6	8	18	56
		Frequenze Attese	26,3	9,3	6,7	13,6	
		Residui Adattati	-0,7	-1,4	0,6	1,6	
	Moratoria Ruminativa	Frequenze Osservate	13	10	10	14	47
		Frequenze Attese	22,1	7,8	5,6	11,4	
		Residui Adattati	-3,0	0,9	2,2	1,0	
	Diffusione	Frequenze Osservate	21	17	8	11	57
		Frequenze Attese	26,8	9,5	6,8	13,9	
		Residui Adattati	-1,8	3,1	0,6	-1,0	
	Preclusione	Frequenze Osservate	39	6	2	9	56
		Frequenze Attese	26,3	9,3	6,7	13,6	
		Residui Adattati	3,9	-1,4	-2,2	-1,7	
	Realizzazione	Frequenze Osservate	13	0	0	5	18
		Frequenze Attese	8,5	3,0	2,2	4,4	
		Residui Adattati	2,2	-2,0	-1,6	0,4	
<b>Totale</b>			110	39	28	57	234

Tabella 4.5 – Stati Identitari e Profili di Funzionamento Autentico: Tabella di contingenza

### ***Funzionamento Autentico e Distress Identitario***

Una serie di Analisi della Varianza (ANOVA) a una via è stata condotta per analizzare la relazione tra profili di Funzionamento Autentico e gli indici di Distress Identitario. Specifiche differenze tra gruppi sono state identificate attraverso test post-hoc con metodo Bonferroni. I risultati delle analisi relativi ai tre indici principali sono riportati in *Tabella 4.6* e illustrati in *Figura 4.3*. Nel complesso, il profilo Autentico mostra livelli inferiori di distress su tutti e tre gli indici rispetto agli altri profili.

<sup>3</sup> Nella lettura dei residui standardizzati adattati è stato considerato come criterio di riferimento un valore di +/-1.96. Alcuni autori (e.g. Sharpe, 2015) suggeriscono di applicare correzioni conservative nel caso di un numero di celle elevato, che risulterebbero in un valore di riferimento di +/-3. Applicando tale criterio alcune delle associazioni sopra evidenziate come significative risulterebbero invece tendenti alla significatività (nello specifico le associazioni del profilo Alienato con gli stati di Moratoria e Preclusione e le associazioni dello stato di Preclusione con i profili Autentico e Non-Autentico. Data la natura pionieristica dello studio nell'analisi dei profili di funzionamento autentico, si è però ritenuto opportuno adottare il criterio più lasso ma maggiormente informativo delle possibili relazioni degne di nota e approfondimento.

		Distress Globale	Distress nei Domini	Impatto del Distress
<b>F (gdl)</b>		20.6 (3,228)	14.31 (3,228)	17.58 (3,228)
<b>p</b>		<.001	<.001	<.001
<b>Autentico</b>	<b>M</b>	2.27 <sup>a</sup>	2.23 <sup>a</sup>	2.40 <sup>a</sup>
	<b>d.s.</b>	.58	.55	.91
<b>Non Autentico</b>	<b>M</b>	2.92 <sup>b</sup>	2.80 <sup>b</sup>	3.22 <sup>b</sup>
	<b>d.s.</b>	.54	.64	.73
<b>Alienato</b>	<b>M</b>	2.99 <sup>b</sup>	2.82 <sup>b</sup>	3.31 <sup>b</sup>
	<b>s.d.</b>	.63	.70	.78
<b>Influenzabile</b>	<b>M</b>	2.78 <sup>b</sup>	2.62 <sup>b</sup>	3.18 <sup>b</sup>
	<b>d.s.</b>	.63	.60	.92

Tabella 4.6 – Risultati dell'ANOVA e descrittive dei gruppi definiti dai profili di Funzionamento Autentico negli indici di Distress Identitario.

<sup>a,b</sup>: Gruppi identificati da lettere diverse sono significativamente differenti.

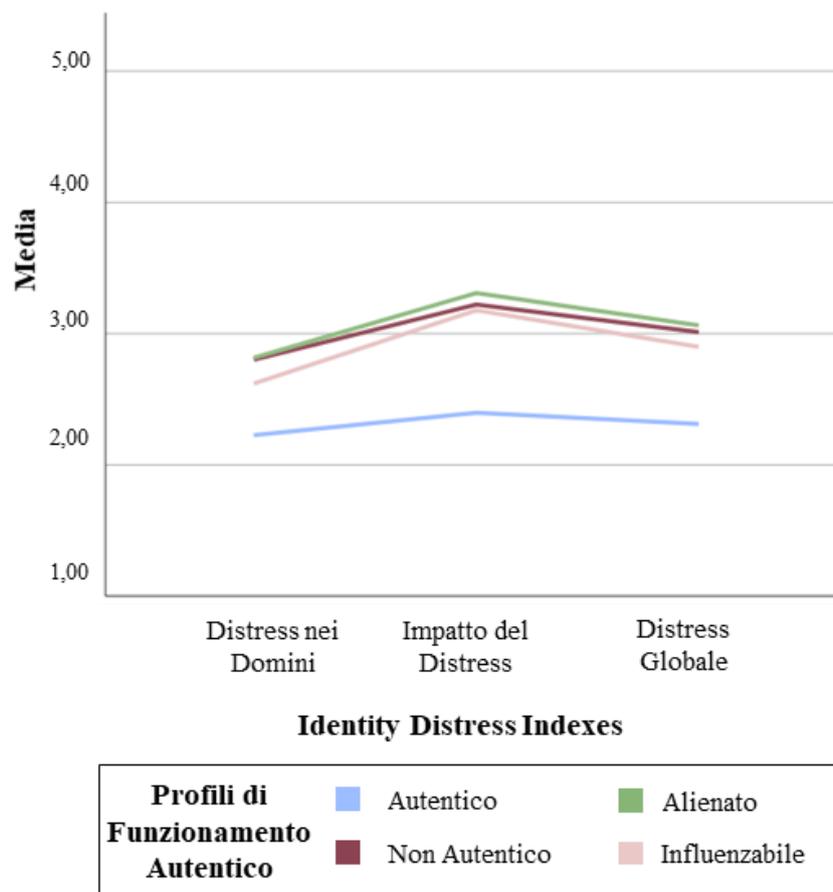


Figure 4.3 – Livelli degli indici di Distress Identitario nei diversi profili di Funzionamento Autentico

Successivamente, sono state considerate eventuali differenze nel distress riportato nei singoli domini identitari tra partecipanti appartenenti a diversi profili di Funzionamento Autentico.

Per quanto riguarda il distress negli Obiettivi a Lungo Termine e nelle Scelte di Carriera, sono state svolte due ANOVA a una via, inserendo come fattori il profilo di Funzionamento Autentico e il livello

di istruzione e l'età come covariata, allo scopo di controllare gli effetti di queste variabili. In ragione della relazione significativa riscontrata tra i domini in questione e le variabili età e titolo di studio, appare rilevante disambiguare eventuali effetti del Funzionamento Autentico da effetti legati all'avvicinarsi dell'ingresso nel mondo lavorativo.

Per gli Obiettivi a Lungo Termine il modello è significativo ( $F(8,228) = 4.54; p < .001$ ). Mentre l'effetto del livello di istruzione perde di significatività, l'effetto dell'età rimane significativo ( $p = .035$ ) e il profilo di Funzionamento Autentico rivela un ruolo significativo ( $p < .001$ ). I contrasti polinomiali mostrano un effetto lineare dei profili di Funzionamento Autentico, tale per cui il distress negli Obiettivi a Lungo Termine aumenta dal profilo Autentico ( $M = 3.17; d.s. = .91$ ) ai profili, nell'ordine, Non Autentico ( $M = 3.50; d.s. = 1.03$ ), Alienato ( $M = 3.68; d.s. = .95$ ) e Influenzabile ( $M = 3.84; d.s. = .99$ ). Un simile risultato emerge per le Scelte di Carriera ma in questo caso, anche se il modello risulta significativo ( $F(8,228) = 2.17. p = .031$ ) e perde di significatività sia l'effetto del livello di istruzione sia quello dell'età, l'effetto del profilo di Funzionamento Autentico è solo marginale ( $p=.061$ ).

Per analizzare differenze nel distress relativo a Valori e Credenze è stata svolta un'ANOVA univariata con i profili di Funzionamento Autentico e il genere come fattori, al fine di controllare l'effetto di questa variabile anagrafica. Il modello è significativo ( $F(7,224) = 4.47, p < .001$ ) e mentre l'effetto della variabile genere perde di significatività ( $p = .143$ ), il profilo di Funzionamento Autentico rivela un ruolo significativo ( $p < .001$ ). Test post-hoc svolti con metodo Bonferroni mostrano che i partecipanti nel gruppo Autentico ( $M = 3.17; d.s. = .91$ ) riportano livelli inferiori di distress rispetto ai partecipanti nel gruppo Non Autentico ( $M = 3.17; d.s. = .91$ ) o Alienato ( $M = 3.17; d.s. = .91$ ).

Le differenze nel distress relativo ai rimanenti domini sono state analizzate attraverso una serie di ANOVA a una via con test post-hoc svolti con metodo Bonferroni.

Per il distress nel dominio della Religione si evidenzia un pattern simile a quello rilevato per il dominio di Valori e Credenze ( $F(3,228) = 6.09; p = .001$ ): i partecipanti nel gruppo Autentico ( $M = 1.46; d.s. = .98$ ) riportano livelli inferiori di distress in confronto ai partecipanti nel gruppo Non Autentico ( $M = 2.23; d.s. = 1.34$ ) o Alienato ( $M = 2.11; d.s. = 1.32$ ).

Rispetto all'Orientamento e al Comportamento Sessuale ( $F(3,228) = 9.09; p < .001$ ), i partecipanti nel profilo Autentico ( $M = 1.62; d.s. = .99$ ) riportano punteggi di distress inferiori rispetto ai partecipanti appartenenti al profilo Non Autentico ( $M = 2.69; d.s. = 1.45$ ) o Influenzabile ( $M = 1.86; d.s. = 1.14$ ). Per quanto riguarda le Appartenenze a Gruppi ( $F(3,228) = 3.43; p = .018$ ), i partecipanti nel profilo Autentico ( $M = 1.67; d.s. = 1.02$ ) riportano livello di distress inferiori dei partecipanti nel profilo Non Autentico ( $M = 2.05; d.s. = 1.10$ ). Infine, anche se il modello relativo al dominio delle

Amicizie risulta statisticamente significativo ( $F(3,228) = 3.23$ ;  $p = .023$ ), i test post-hoc rivelano differenze solamente marginali ( $p = .07$ ) tra i partecipanti classificati come Autentici ( $M = 2.84$ ;  $d.s. = 1.23$ ) e quelli classificati come Non Autentici ( $M = 3.44$ ;  $d.s. = 1.16$ ).

Nel complesso, i partecipanti appartenenti al profilo Autentico mostrano i livelli inferiori di distress, ma i profili da cui differiscono variano a seconda del dominio identitario considerato. Il profilo Non Autentico sembra essere il più compromesso. Questi risultati sono riassunti graficamente in *Figura 4.4*.

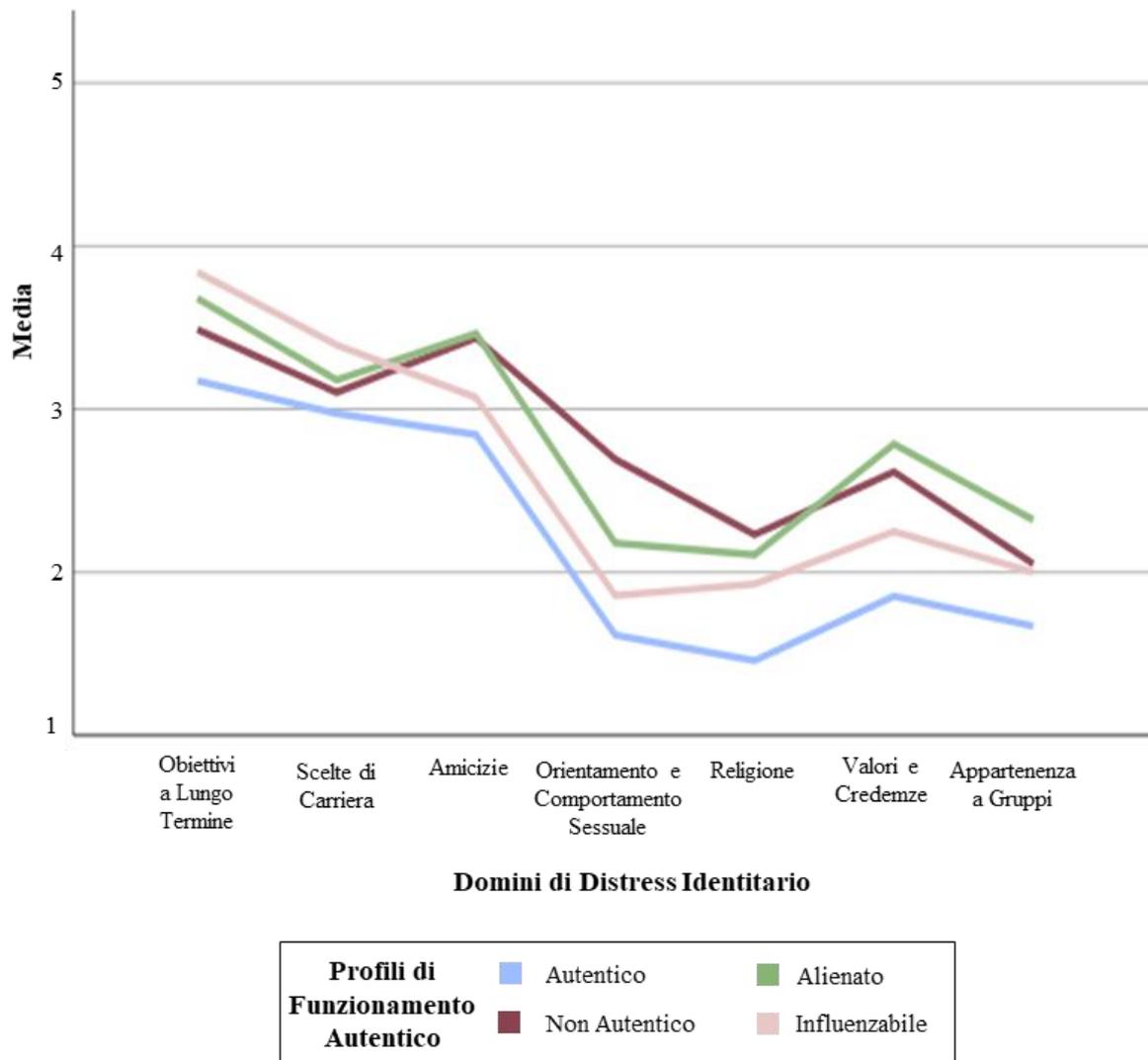


Figura 4.4 – Livelli medi di distress nei singoli domini nei diversi profili di Funzionamento Autentico

### ***Funzionamento Autentico e Disordine dell'Identità***

Infine, è stata analizzata la relazione tra profili di Funzionamento Autentico e presenza/assenza di un Disordine dell'Identità, controllando effetti dovuti all'occupazione. Il test del Chi-quadrato rivela un'associazione principale significativa tra le due variabili ( $\chi^2(3) = 24.40$ ;  $p < .001$ ). Considerando anche l'occupazione tale associazione perde però di significatività nel gruppo degli studenti/lavoratori

( $\chi^2(3) = 3.40$ ;  $p = .33$ ) rimanendo significativa solo nel gruppo degli studenti a tempo pieno ( $\chi^2(3) = 26.23$ ;  $p < .001$ ). Osservando i residui standardizzati adattati (*Tabella 4.7*) si può notare come la probabilità di trovare studenti a tempo pieno che presentano un disordine dell'identità nel profilo Autentico sia estremamente inferiore rispetto alla probabilità di trovarli negli altri profili, in particolare nei gruppi Influenzabile e Alienato.

		Profili di Funzionamento Autentico				Totale
		Autentico	Non Autentico	Alienato	Influenzabile	
<b>Assenza di Disordine dell'Identità</b>	Frequenze Osservate	76	18	11	21	126
	Frequenze Attese	60,9	21,5	15,0	28,6	
	Residui Adattati	5,1	-1,5	-2,1	-3,0	
<b>Presenza di Disordine dell'Identità</b>	Frequenze Osservate	9	12	10	19	50
	Frequenze Attese	24,1	8,5	6,0	11,4	
	Residui Adattati	-5,1	1,5	2,1	3,0	
<b>Totale</b>		85	30	21	40	176

*Tabella 4.7 – Tabella di contingenza: Disordine dell'Identità in diversi Profili di Funzionamento Autentico – Solo studenti a tempo pieno*

## 4.4 Discussione

### 4.4.1 Caratteristiche del campione

Appare innanzitutto rilevante soffermarsi a considerare le caratteristiche del campione in esame relativamente allo sviluppo identitario e al distress a esso correlato. Innanzitutto, in linea con quanto evidenziato dalla precedente letteratura (Arnett, 2000; Adams, Berzonsky & Keating, 2006; Aleni Sestito & Sica, 2010; Aleni Sestito, Sica & Ragonzini, 2011; Crocetti et al., 2011; Crocetti, Scignaro, Sica & Magrin, 2012), un basso numero di partecipanti ha raggiunto uno stato di Realizzazione e l'esplorazione sembra essere ancora in atto per molti partecipanti, caratterizzandosi per una forte ruminazione e dando origine a un cluster di Moratoria Ruminativa. Congruentemente con i compiti di sviluppo principali di questa fase e con quanto evidenziato da precedenti studi (Palmeroni et al., 2019), i domini che causano maggiore distress in media riguardano gli obiettivi a lungo termine e le scelte di carriera. Il presente campione mostra invece una prevalenza di Disordine dell'Identità superiore (24%) se comparata con le percentuali riportate da studi precedenti su campioni di studenti universitari o adulti emergenti, tutte comprese tra il 9% e il 12% (Berman et al., 2004; 2009; Gfellner & Cordoba, 2011; Palmeroni et al., 2019). Emerge in particolare un legame con la condizione di studente/lavoratore, suggerendo che questa categoria di studenti possa meritare attenzione specifica su questo tema data una maggiore vulnerabilità in campo identitario. Alcune spiegazioni plausibili di tale legame potrebbero risiedere da un lato nel confronto con il contesto lavorativo italiano e la sua

precarità, dall'altro in possibili conflitti che si vengono a creare tra il ruolo di studente e il percorso scelto da una parte e il ruolo di lavoratore e le sue richieste dall'altra. Non si evidenziano inoltre differenze legate al genere, diversamente da quanto messo in luce dalla letteratura (cfr. par. 2.4). Tali differenze emergono invece relativamente all'autenticità e in particolare alla dimensione di auto-alienazione, con i partecipanti uomini che mostrano maggiore alienazione da sé.

#### **4.4.2 Relazioni tra autenticità e identità**

Si propone in questo paragrafo una panoramica dei principali risultati ottenuti, per considerare più nel dettaglio nel paragrafo successivo vantaggi ed opportunità dell'utilizzo di un approccio centrato sulla persona nell'analisi del costrutto di autenticità.

Riguardo il primo macro-obiettivo, i risultati confermano generalmente le ipotesi formulate. Gli stati di Realizzazione e Preclusione, che sono stati identificati dalla precedente letteratura come i più funzionali in termini di benessere e sintomi psicosociali (Luyckx et al, 2008; 2009; Crocetti et al; 2011; Schwartz et al., 2011; Verschueren et al., 2017), si associano a maggiori livelli di Autenticità e l'opposto avviene per Stati Identitari disfunzionali; in generale gli stati di Realizzazione e Diffusione mostrano rispettivamente i punteggi maggiori e minori (H1). Non vi è però un'associazione specifica dell'Autenticità con questi due stati: lo stato di Realizzazione e quello di Preclusione, infatti, non si differenziano significativamente, mostrando entrambi elevata Autenticità, e differenziandosi non solo dallo stato di Diffusione ma anche da quelli di Moratoria Ruminativa e Indifferenziato. Sulla dimensione di Accettazione delle Influenze Esterne, inoltre, si evidenzia un pattern differente rispetto alle altre due dimensioni e al punteggio globale. I punteggi indice di maggiore autenticità su questa dimensione (bassa accettazione delle influenze esterne) sono ottenuti infatti dal gruppo in stato di Preclusione, non dal gruppo in stato di Realizzazione, mentre quelli indice di minore autenticità (alta accettazione delle influenze esterne) sono ottenuti dai gruppi Indifferenziato e in Moratoria Ruminativa, anziché dal gruppo in stato di Diffusione. È stata inoltre rilevata una relazione negativa tra Autenticità e Distress Identitario su tutte le dimensioni considerate (H2), così come minori livelli di Autenticità in tutte le sue dimensioni tra i partecipanti che rispondono ai criteri per la presenza di un Disturbo dell'Identità (H3). In particolare, la dimensione di Autenticità che appare maggiormente correlata al Distress Identitario nei suoi diversi domini e indici è la dimensione di Auto-alienazione, indicando come possa essere la mancanza di contatto con i propri stati interni il principale responsabile di problematiche in campo identitario. Tali dati confermano l'esistenza di un legame tra Autenticità, Stati Identitari e Distress Identitario.

L'uso di tecniche di clustering gerarchico ha permesso di individuare quattro differenti configurazioni di Funzionamento Autentico (H4): Autentico, Non Autentico, Alienato e Influenzabile. Il gruppo

Autentico è il più ampio, comprendendo quasi metà del campione (46.9%). L'altra metà del campione mostra un funzionamento non autentico in una o più aree. Il gruppo Influenzabile è il secondo per grandezza (24.7%), seguito dal gruppo Non Autentico (16.7%) e infine dal gruppo Alienato (11.7%). Questo si riflette anche nell'elevato punteggio medio del campione nella dimensione di Accettazione delle Influenze Esterne. Mentre i partecipanti classificati nei due gruppi Autentico e Non Autentico mostrano un pattern coerente di (in)autenticità su tutte e tre le dimensioni di Auto-alienazione, Accettazione delle Influenze Esterne e Vivere Autentico, i partecipanti classificati negli altri due gruppi sembrano essere particolarmente vulnerabili su una dimensione. Il gruppo Alienato mostra difficoltà specifiche relative alla conoscenza e consapevolezza di Sé: mentre percepiscono di essere mediamente in grado di agire coerentemente con i propri stati interni e di resistere alle influenze esterne, trovano difficoltà nel connettersi con questi stati interni e con il proprio Sé. Dall'altra parte, i partecipanti nel gruppo Influenzabile mostrano una vulnerabilità specifica alle influenze esterne, mentre mantengono una consapevolezza di Sé e una capacità di vivere coerentemente con Sé stessi nella media. In linea con le ipotesi (H5, H6), differenti profili di Funzionamento Autentico mostrano differenti relazioni con lo sviluppo identitario, in termini di Stati Identitari, e differenze nei livelli di Distress e Disordine identitari. Gli stati funzionali di Realizzazione e Preclusione sono associati positivamente al profilo Autentico e negativamente con i profili meno autentici, in particolare il profilo Non Autentico e quello Alienato rispettivamente. Dall'altro lato, gli stati identitari meno funzionali (Diffusione, Moratoria Ruminativa e Indifferenziato) sono positivamente associati a profili meno autentici e negativamente associati al profilo Autentico. Inoltre, il gruppo Autentico mostra i livelli inferiori di Distress identitario, sia sugli indici principali di Distress nei Domini, Impatto del Distress e Distress Globale, sia nei singoli domini di vita; questo profilo è anche negativamente associato alla presenza di un Disordine dell'Identità.

Come considerazione generale, è possibile affermare che il presente lavoro evidenzia una connessione positiva tra maggiore autenticità e uno sviluppo identitario maggiormente funzionale. Questo risultato potrebbe essere significativo nel progettare interventi mirati a sostenere le risorse interne per affrontare l'ampio raggio di potenziali scelte identitarie e la mancanza di una guida nell'assunzione di impegni identitari.

#### **4.4.3 Opportunità di un approccio centrato sulla persona**

L'utilizzo di un approccio analitico centrato sulla persona ha permesso di differenziare maggiormente i partecipanti che riportano punteggi medio-bassi di autenticità, distinguendo coloro che percepiscono scarsa Autenticità su tutte le dimensioni da chi riporta una vulnerabilità specifica. In particolare, è possibile distinguere un gruppo particolarmente vulnerabile rispetto all'Alienazione da Sé e un gruppo vulnerabile rispetto alle Influenze Esterne. Tale suddivisione ha permesso inoltre di

approfondire la qualità delle relazioni di bassi livelli di Autenticità con Stati Identitari disfunzionali emersa da un approccio analitico centrato sulla variabile (obiettivo 1). Infatti, è stata rilevata un'associazione specifica tra il profilo Non Autentico e lo Stato di Diffusione e il profilo Alienato e lo stato di Moratoria Ruminativa. La prima associazione appare particolarmente rilevante in quanto individua un gruppo di partecipanti particolarmente vulnerabile e compromesso rispetto allo sviluppo identitario. Se infatti bassi punteggi nelle dimensioni di esplorazione e di impegno possono indicare l'assenza di una spinta verso la risoluzione della crisi identitaria (Côté & Schwartz, 2002; Luyckx et al., 2008) allo stesso tempo, la scarsa autenticità su tutte e tre le dimensioni è indicativa da un lato di un'esperienza consapevole di forte incongruenza, che si riflette negli elevati livelli di Distress Identitario, dall'altro della mancanza di un punto di riferimento interno e stabile. Se questo fosse vero, i partecipanti in questa configurazione potrebbero trarre beneficio da interventi che mirino sia a migliorare la conoscenza di Sé, sia a riattivare processi di esplorazione attiva delle diverse alternative identitarie.

Interessante risulta anche la seconda associazione rilevata tra lo stato di Moratoria Ruminativa e il profilo Alienato. Mentre i partecipanti Alienati, come quelli Non Autentici, mostrano alti livelli di distress identitario sia globalmente, sia su molti domini, i loro processi di esplorazione sembrano essere per lo più attivi e sembrano essere più coinvolti nella risoluzione della crisi identitaria, seppur con caratteristiche di forte ruminazione e dubbio. Inoltre, il distress identitario per i partecipanti nel gruppo alienato è maggiore per domini quali quelli relativi alle amicizie e alla definizione dei propri valori e delle proprie credenze. Rispetto ai domini di obiettivi a lungo termine o scelte di carriera, questi non riflettono compiti concreti legati all'ingresso nel mondo adulto, ma la definizione di elementi identitari ancora più nucleari per l'individuo. L'esplorazione e il distress in questi ambiti infatti risultano generalmente più alti tra gli adolescenti e diminuiscono nell'adulthood emergente (Palmeroni et al., 2019). Alcuni autori (Schwartz et al., 2013; Luyckx et al., 2008) hanno avanzato l'ipotesi che un'elevata quota di esplorazione, in particolare ruminativa, derivi dalla percezione di un concetto di Sé non coerente ed inadeguato e sia esacerbata dalla non sperimentazione in impegni concreti. Tali ipotesi sembrano sostenute dall'alienazione da Sé percepita da questi partecipanti, che, proprio percependo una forte incongruenza con Sé stessi, potrebbero mettere in atto processi esplorativi come modalità per conoscersi meglio. Occorrerebbe però approfondire se questa configurazione di caratteristiche derivi da un precedente "blocco" nei processi di esplorazione, attivati quindi "in ritardo" rispetto ai coetanei, o se sia il risultato di una messa in discussione di impegni precedentemente presi.

Al contrario, i partecipanti nel profilo Influenzabile sperimentano distress nei domini maggiormente legati ai compiti concreti di ingresso nel mondo adulto (obiettivi a lungo termine e scelte di carriera).

Questo profilo tende ad associarsi allo stato Indifferenziato di sviluppo dell'identità, in cui sia i processi di esplorazione sia quelli di impegno sono mediamente attivi. È possibile che questi partecipanti sperimentino pressioni esterne particolarmente elevate rispetto alla pianificazione del proprio futuro, in particolare lavorativo. Questo potrebbe portare a sperimentarsi nel concreto, in un processo in cui l'esplorazione lascia gradualmente spazio all'impegno, ma anche a una maggior preoccupazione con questi domini identitari e ad una maggiore consapevolezza della propria suscettibilità rispetto alle influenze altrui. Si tratta certamente di ipotesi, che potranno essere oggetto di ulteriori approfondimenti, che potrebbero però contribuire alla comprensione anche dello stato Indifferenziato, uno stato ambiguo e finora scarsamente preso in considerazione.

Controverso in letteratura è anche lo stato di Preclusione e i presenti risultati, in cui tale stato risulta associato positivamente a un profilo Autentico, sollevano alcune questioni in merito. Originariamente lo stato di preclusione era considerato uno stato di livello inferiore, che caratterizza gli individui all'inizio dell'adolescenza e che è successivamente abbandonato per raggiungere uno stato superiore attraverso l'esplorazione (Marcia, 1976). In questo assunto, lo stato di Preclusione implica l'assunzione di impegni senza una base di esplorazione personale, dunque sulla base di valori e ruoli imposti dagli altri. Secondo questo punto di vista, rappresenterebbe un esito dello sviluppo identitario non autentico e temporaneo. Successivamente, studi longitudinali hanno messo in luce come molti partecipanti rimanessero nello stesso stato per molti anni, o raggiungessero lo stato di preclusione come stato finale del loro sviluppo identitario (Crocetti & Meeus, 2015). Inoltre, studi empirici hanno evidenziato come lo stato di preclusione sia uno stato funzionale in termini di benessere, autostima, sintomatologia e altri costrutti correlati, tanto quanto lo stato di Realizzazione, portando a considerare che in generale siano alti livelli di impegno a essere funzionali per uno sviluppo identitario di successo (Schwartz et al., 2005; Luyckx et al., 2008). Sorge quindi la domanda se la Preclusione sia effettivamente un esito inautentico dello sviluppo identitario e non l'espressione di impegni individuati precocemente che risultano però in accordo con il Sé. In alternativa, lo stato di preclusione potrebbe riflettere non la totale assenza di processi esplorativi, ma processi esplorativi conclusi e non attivi al momento della rilevazione. Queste domande potrebbero trovare risposta considerando anche il ruolo svolto dalla riconsiderazione degli impegni (Crocetti et al., 2008), misure di attività/conclusione dei processi esplorativi (Schwartz et al., 2013), ma anche considerando l'effetto congiunto di Stati Identitari e profili di Funzionamento Autentico. È infatti possibile che distinguendo partecipanti Preclusi che appartengono però a diversi profili di Funzionamento Autentico si chiariscano i correlati e gli esiti di diverse ragioni retrostanti la configurazione dello stato di Preclusione, in particolare distinguendo situazioni di Preclusione sentite come congruenti con il

proprio Sé da situazioni percepite come incongruenti. Questo obiettivo potrebbe essere raggiunto estendendo questa modalità di lavoro a campioni più ampi.

Dall'altro lato, si potrebbe discutere delle tecniche self-report per la misura dell'autenticità e della loro abilità nel rilevare gli effettivi livelli di autenticità dei rispondenti. Infatti, le persone potrebbero non essere del tutto consapevoli delle proprie aree di autenticità e/o potrebbero mettere in atto dei meccanismi difensivi più o meno consapevoli nel fornire le risposte. A questo riguardo occorre però sottolineare innanzitutto come le relazioni dell'Autenticità con gli elementi identitari si muovano nelle direzioni ipotizzate e come anche lo stato di Realizzazione si associ positivamente al profilo Autentico. Inoltre, è stato sottolineato come la percezione di autenticità sia importante di per sé, poiché può influenzare le emozioni e il comportamento indipendentemente dalla sua accuratezza (Jongman-Sereno & Leary, 2019). Ciononostante, potrebbe comunque essere rilevante considerare le opportunità offerte dall'approccio analitico centrato sulla persona per rispondere a questo problema. Estendere l'approccio di profilazione a campioni più ampi potrebbe infatti permettere di identificare un numero maggiore di profili, in particolare profili che comportano punteggi di autenticità estremi e dunque potrebbero riflettere forme di idealizzazione, mancanza di consapevolezza o risposte socialmente desiderabili. Un'altra strada possibile riguarda l'analisi delle relazioni tra profili di funzionamento autentico e misure più indirette di distress come la presenza di sintomi somatici e l'uso di strategie difensive. A questo proposito, studi condotti attraverso un approccio centrato sulla variabile hanno messo in luce una relazione negativa tra autenticità e sintomatologia fisica, reazioni difensive e l'uso di strategie difensive (Bryan et al., 2015; Lakey et al., 2008).

#### **4.4.4 Considerazioni generali, limiti e direzioni future.**

Il presente studio non è certamente libero da limiti, a partire dalle caratteristiche del campione. Innanzitutto, lo studio riguarda gli studenti universitari di uno specifico ateneo; se da un lato questo permette di ricavare informazioni utili al contesto specifico, dall'altro i risultati non sono generalizzabili alla popolazione degli adulti emergenti e andrebbe quindi verificata la replicabilità in una popolazione più ampia. Inoltre, le partecipanti femmine sono presenti in numero maggiore rispetto ai maschi, cosa che in parte potrebbe spiegare l'assenza di differenze di genere nelle variabili relative all'identità, differenze che sono invece state riscontrate costantemente in letteratura. Un ulteriore limite riguarda la natura cross-sectional dello studio, che non consente di trarre chiare conclusioni sulla direzione delle relazioni e sul ruolo effettivo dell'autenticità nello sviluppo identitario. Alcune ipotesi in questo senso sono state avanzate nel corso della discussione e costituiscono materiale per studi futuri.

Nonostante i suoi limiti, il lavoro presentato porta contributi rilevanti nella connessione dei temi legati all'autenticità e allo sviluppo identitario. La relazione teorica tra i due concetti è profonda e radicata

nella stessa nozione di Sé. Se si intende promuovere traiettorie di sviluppo che portano al pieno funzionamento e alla piena realizzazione, appare fondamentale considerare il ruolo dell'autenticità nello sviluppo identitario e identificare fattori che possono supportare la formazione dell'identità in direzioni coerenti con la piena espressione di Sé. Nell'attuale complessità e crescente varietà di opportunità vi è da un lato la possibilità di raggiungere la piena autorealizzazione in modo auto-determinato, dall'altro il pericolo di perdersi nella vastità delle scelte possibili, di rimanere bloccati da ansia, incertezza, paura di conformarsi alle pressioni e alle richieste sociali. Considerando tali incertezze, rilevanti in particolare durante l'adulità emergente, l'autenticità può offrire un punto di riferimento fermo, radicato nell'individuo, nel proprio corpo e nella propria esperienza. Fare riferimento alle proprie esperienze di autenticità può rendere possibile esplorare senza perdersi e assumersi il rischio dell'impegno; appare quindi una potente risorsa per agire verso la risoluzione della crisi identitaria, o per lo meno verso una navigazione speranzosa e ben equipaggiata.

## 5. Il ruolo del contesto per uno sviluppo autentico

### 5.1 Accettazione incondizionata e supporto all'autonomia

La seconda parte del presente elaborato rivolge l'attenzione ai fattori in grado di promuovere e sostenere l'autenticità dell'individuo e uno sviluppo identitario congruente; a questo proposito nelle formulazioni teoriche precedentemente approfondite (cfr. Cap. 3) particolarmente rilevanti risultano le caratteristiche del contesto sociale e familiare. L'individuo infatti è immerso nel contesto sociale fin da quando viene al mondo e la formazione dell'identità e lo sviluppo del concetto di Sé non possono prescindere dalla relazione con esso. Le relazioni più intime, ma anche i contesti più ampi di appartenenza, costituiscono il terreno entro il quale lo sviluppo dell'individuo e la sua identità prendono forma, terreno che può essere fertile e nutriente per uno sviluppo autentico della persona, in armonia con i suoi bisogni fondamentali e la sua esperienza profonda, o che può al contrario essere arido, privo di nutrienti essenziali per la crescita rigogliosa dell'individuo. È questo terreno, nelle teorie di Rogers (1959), che costituisce un fattore chiave nel favorire o meno un'accurata simbolizzazione delle esperienze e una loro integrazione nel concetto di Sé. È infatti attraverso l'interazione con l'ambiente che l'individuo fa esperienza di Sé e sviluppa quindi consapevolezza. È con la stessa emergenza di tale consapevolezza che sorge nell'individuo un bisogno di accettazione da parte degli altri significativi. Se da un lato, infatti vi è un bisogno innato di agentività, di essere artefici e costruttori della propria strada, che guida l'esplorazione del mondo e si esprime nell'innata tendenza attualizzante dell'individuo e nel processo di regolazione organismica, dall'altra parte vi è un bisogno di appartenenza, di sperimentare connessione e attaccamento, che si esprime nella ricerca di accettazione da parte dell'altro (Joseph, 2016). In particolare nell'infanzia, periodo in cui l'individuo è estremamente dipendente dalle figure adulte di riferimento, il bisogno di appartenenza può sovrastare i processi di regolazione organismica, portando a ricercare in modo particolare le esperienze che generano un senso di connessione e di accettazione da parte degli altri, anche a discapito delle esperienze che permettono l'attualizzazione dell'organismo. Per tale ragione è prioritario che l'ambiente sociale supporti la tendenza attualizzante dell'individuo, nutrendola e non ostacolandola, affinché le esperienze di vicinanza e le esperienze attualizzate risultino in accordo. La caratteristica principale del contesto che permette tale sincronia è la capacità di fornire ciò che Rogers chiama *unconditional positive regard*. Tale termine è spesso tradotto in italiano come *accettazione positiva incondizionata*, anche per via di un utilizzo intercambiabile dei termini *regard* e *acceptance* da parte dello stesso autore (Rogers, 1967; Wilkins, 2000; Iberg, 2001). Anche in questa sede verrà adottata questa terminologia, ma si ritiene opportuno preventivamente approfondirne il significato. Con il termine *regard*, infatti si evidenzia sì una componente di accettazione nei confronti dell'altro, ma anche di rispetto, di riguardo, di considerazione dell'altro come persona a sé stante, con la propria

personale esperienza, la propria capacità di discernimento e di azione, da rispettare in quanto tale. È forse più evidente, dunque nel termine inglese *regard* rispetto al corrispettivo italiano, la distanza da una connotazione di approvazione. Perché vi sia accettazione positiva incondizionata, nella connotazione rogersiana, non è necessario che si approvi il comportamento altrui o che non se ne considerino alcuni aspetti sgradevoli o negativi. È necessario però che venga riconosciuta e accettata (e non negata o distorta) anche la loro esistenza e che l'altro venga quindi visto e accettato nella sua totalità di individuo. L'accettazione positiva incondizionata è dunque un atteggiamento globale nei confronti di un'altra persona, caratterizzato da calore e rispetto per l'altro nella sua totalità e in modo incondizionato, non legato cioè a contingenze o comportamenti specifici, quanto al suo semplice essere individuo. La possibilità di sperimentare accettazione incondizionata da parte degli altri significativi permette di sviluppare consapevolezza di Sé, auto-accettazione e attualizzazione dell'organismo nella direzione di un pieno funzionamento della persona. È in questo modo, infatti, che le esperienze possono essere vissute e integrate nella rappresentazione di Sé nella loro completezza, senza distorsioni. L'esperienza di accettazione da parte degli altri, inoltre, genera un atteggiamento positivo verso sé stessi che col tempo diventa internalizzato e non direttamente dipendente dagli atteggiamenti altrui. Quando invece gli altri significativi offrono accettazione positiva *condizionata*, ossia concedono affetto solamente in risposta alla soddisfazione di determinate aspettative, desideri o richieste, comunicano all'individuo che il suo valore dipende dal mettere in atto determinati comportamenti o dall'avere determinate esperienze. L'accettazione condizionata, si esplica in comportamenti come mostrare più affetto, più attenzione e più stima quando l'altro si comporta in accordo con le aspettative nei suoi confronti e mostrare meno affetto o stima, attraverso comportamenti di rifiuto o trascuratezza, quando questi non si comporta in accordo con le aspettative altrui (Assor & Roth, 2004). Ciò porta allo sviluppo di *condizioni di valore*: i valori altrui vengono distorti e introiettati e vengono applicati all'esperienza in modo dogmatico, senza fare riferimento al proprio processo di valutazione organismica dell'esperienza, ma riferendosi invece all'accettazione che tale esperienza consente di ricevere dall'esterno. Alcune esperienze sono considerate positive o negative non in considerazione della loro bontà per lo sviluppo o il mantenimento dell'organismo, ma perché ritenute più o meno accettabili in relazione all'esperienza avuta con gli altri significativi. Quando è stata sviluppata una condizione di valore, non tutte le esperienze dell'individuo sono ugualmente accettabili e dunque alcune esperienze, nello specifico quelle che non sono in accordo con le condizioni di valore, vengono evitate, ignorate, percepite selettivamente o distorte per non scontrarsi con le condizioni di valore e non vengono integrate accuratamente nel concetto di Sé. Al contrario, le esperienze in accordo con le condizioni di valore e dunque considerate desiderabili in relazione a queste, vengono ricercate anche quando risultano in contrasto con la tendenza

attualizzante e dunque disadattive per l'organismo. Le condizioni di valore rinforzano quindi un senso di Sé limitato a quelle parti che sono accettabili per gli altri significativi e un effetto di ciò è che l'individuo non è più in grado di esperire liberamente (Barrett-Lennard, 1998). Ne risulta quindi un qualche grado di incongruenza, che se da un lato implica una certa vulnerabilità e disfunzionalità, dall'altro costituisce una difesa atta a minimizzare il grado di conflitto interiore e di ansia. Il concetto di Sé mantiene una forma accettabile e le condizioni di valore non vengono messe in discussione, a scapito però di un pieno funzionamento dell'individuo. Come precedentemente evidenziato (cfr. Cap. 3) la condizione di piena attualizzazione dell'individuo è un ideale e un certo grado di incongruenza costituisce la norma; ciò anche perché l'accettazione all'interno di una relazione non è costante, essa va naturalmente incontro a fluttuazioni. È però importante che l'individuo abbia la possibilità di sperimentare questo tipo di accettazione, per poterlo sviluppare a sua volta verso sé stesso. Insieme all'empatia del terapeuta e al suo stato di congruenza, l'atteggiamento di accettazione positiva incondizionata è dunque un elemento cardine nell'approccio terapeutico sviluppato da Rogers (Joseph & Patterson, 2016) poiché è attraverso questi elementi che le difese individuali possono essere abbassate, che le condizioni di valore possono essere messe in discussione e che può essere ripristinata una condizione di congruenza che permette al concetto di sé di espandersi per includere tutti gli aspetti dell'esperienza (Iberg, 2001). Allo stesso modo occorre che questa esperienza avvenga con gli altri significativi nel corso dello sviluppo, in particolare con i genitori (Joseph, 2016), perché possa esserci uno sviluppo del concetto di Sé in una direzione autentica e auto-accettante. Vi è inoltre relazione tra auto-accettazione e accettazione verso gli altri: se l'individuo sperimenta e accetta ogni sua esperienza in modo integrato, sarà anche più disponibile all'accettazione dell'altro e delle sue esperienze (Rogers, 1951); Lietaer (1984) arriva a considerare la congruenza dell'individuo e l'accettazione incondizionata come parti di un più generale atteggiamento di apertura, l'una verso sé stessi e la seconda verso gli altri.

Un ulteriore punto di contatto tra la SDT e le teorie di Rogers risiede proprio nel ruolo del contesto (Patterson & Joseph, 2007). Secondo la SDT, infatti, similmente a quanto teorizzato da Rogers, la capacità del contesto sociale e familiare di rispondere ai bisogni psicologici fondamentali dell'individuo è fondamentale per la piena realizzazione della persona. Tra queste caratteristiche troviamo uno stile genitoriale e relazionale caratterizzato da supporto all'autonomia, calore e coinvolgimento, contrapposto a uno stile genitoriale e relazionale controllante. Uno stile genitoriale supportivo dell'autonomia dei figli è caratterizzato nella prospettiva della SDT da comportamenti quali assumere il punto di vista del figlio, incoraggiare la scelta, fornire delle ragioni significative e pertinenti a comportamenti e richieste, trattenersi dall'utilizzare un linguaggio pressante o azioni che

possono essere esperite come pressanti verso certi comportamenti. È importante che i genitori forniscano possibilità di scelta adeguate all'età, insieme a una struttura, ossia indicazioni e limitazioni di cui vengono spiegate ragioni e conseguenze, ma anche che dedichino risorse cognitive ed emotive e tempo alla relazione (Grolnick, Deci & Ryan, 1997). Inoltre, alcuni autori (Katz & Assor, 2007; Roth, Kanat-Maymon & Assor, 2016) ribadiscono l'importanza della modalità con cui questi comportamenti sono messi in atto: è importante infatti utilizzare modalità che comunichino calore e accettazione, utilizzando un tono non coercitivo e dando voce al bambino per esprimere i suoi dubbi o le sue preoccupazioni. Gli autori sottolineano fortemente come la promozione dell'autonomia da parte dei genitori non coincida con la promozione dell'indipendenza. Come precedentemente evidenziato (cfr. Cap.3) nella cornice SDT per autonomia si intende un funzionamento autodeterminato, dettato da un senso di volizione interna, in contrapposizione a un funzionamento eteronomo. Dunque, supportare l'autonomia non significa favorire un distanziamento dai genitori o un deterioramento delle relazioni, né un'attestazione di indipendenza come non bisogno dell'altro. È possibile mettere in atto comportamenti supportivi dell'autonomia anche all'interno di una relazione stretta, contraddistinta da calore e vicinanza e da bisogno dell'uno verso l'altro (Soenens et al., 2007). In questo senso un genitore supporta l'autonomia del proprio figlio quando è empatico nei suoi confronti, fornisce possibilità di scelta, aiuta il figlio ad esplorare e mettere in atto i propri personali valori e interessi; riconosce il punto di vista dell'altro, accetta i suoi sentimenti e facilita l'azione e l'espressione che viene da spinte interne (Grolnick, 2003; Ryan & Solky, 1996; Ryan & Deci, 2017). Risultati empirici confermano questa distinzione tra promozione dell'indipendenza e promozione dell'autonomia (Soenens et al., 2007). Questo tipo di comportamento genitoriale accompagnato da caratteristiche di calore, accettazione e disponibilità, favorirebbe la soddisfazione dei bisogni di autonomia e di relazione (Farkas & Grolnick, 2010; Niemiec et al., 2006) consentendo lo sviluppo della motivazione intrinseca e del benessere dei figli (Deci and Ryan 1985; Grolnick and Ryan 1989). Al contrario, un contesto genitoriale incoerente o psicologicamente controllante inibisce lo sviluppo di una regolazione autodeterminata (Soenens & Vansteenkiste, 2005). Elementi come minacce ma anche ricompense, specialmente se introdotte con modalità richiedenti, vengono percepiti come elementi controllanti e hanno l'effetto di indebolire la motivazione intrinseca spostando il locus di causalità percepita all'esterno dell'individuo. Lo stesso vale per comportamenti messi in atto senza chiarirne le ragioni, come ad esempio punizioni inflitte senza chiarirne i motivi, oppure comportamenti quali non dare voce al bambino/ragazzo, non ascoltare il suo punto di vista e la sua esperienza. L'utilizzo di strategie genitoriali intrusive e non validanti connota in particolare situazioni in cui il genitore è preoccupato della propria posizione nella relazione genitore-figlio e ricorre dunque a tali stratagemmi per mantenere l'autorità e ottenere collaborazione (Soenens & Vansteenkiste,

2005). Anche momenti di stress o pressioni esterne sui genitori possono portarli ad adottare modalità controllanti ed essere meno positivamente coinvolti con i figli, così come situazioni in cui i bisogni psicologici del genitore stesso non trovano risposta (Ryan & Deci, 2017). L'ambiente controllante che si viene a creare mina però la possibilità di sviluppo di un funzionamento autonomo, e dunque dell'autenticità, poiché genera pressioni esterne a comportarsi in una determinata maniera, riducendo la possibilità di esprimere comportamenti motivati intrinsecamente, così come emozioni, sentimenti e desideri. Esso promuove al contrario forme motivazionali eteronome, in cui il comportamento non è guidato da integrazione o identificazione con i valori sottostanti, bensì da contingenze del tutto esterne o da introiezione delle pressioni sociali nella forma di pressioni interne, senso di colpa e vergogna (Ryan & Deci, 2004). Gli autori (Ryan & Deci, 2017) sottolineano come il riferimento a pratiche controllanti in questa cornice sia relativo a manifestazioni di accettazione condizionata, nelle sue forme sia negative sia positive, le prime caratterizzate da conseguenze negative di un comportamento indesiderato (come punizioni o diminuzione delle manifestazioni d'affetto), le seconde da conseguenze positive di un comportamento desiderato (come incremento delle attenzioni o premi). Entrambe queste modalità, per quanto comuni e spesso incoraggiate nelle pratiche educative porterebbero a sviluppare forme eteronome di motivazione.

Come anticipato nel Cap.3, questa prospettiva pone dei punti di contatto con il punto di vista interazionista, (Mead, 1934; Athens, 2007) secondo il quale le relazioni che sperimentiamo con gli altri, più o meno significativi, diventano guide interiorizzate, che incanalano la formazione della nostra identità in una direzione piuttosto che un'altra, alla ricerca tanto di un senso di identità quanto di un senso di appartenenza. È dunque anche nell'identificazione con gli altri che l'identità prende forma; le persone che l'individuo incontra e che lo accompagnano nel suo cammino fungono da specchio di desideri e timori, ma contribuiscono anche a dare loro forma, delineando ciò che si definisce come proprio e ciò che si identifica come diverso da Sé. È allora rilevante il *tipo* di voce e di dialogo che viene interiorizzato: come evidenziato dal punto di vista rogersiano e della SDT tanto più il contesto circostante comunica alla persona il proprio valore in quanto individuo, sostiene i suoi naturali processi di crescita e fornisce un ambiente accogliente, tanto più la persona riproporrà verso sé stessa (o riproporrà nel suo dialogo interiore) la stessa considerazione, lo stesso incoraggiamento e la stessa fiducia nella sua capacità di scegliere e percorrere delle strade; sarà in grado di ascoltare non solo la voce delle persone che la circondano, i loro desideri ed indirizzi, ma anche la voce del suo *Io*, ciò che autonomamente, pur considerando ed integrando le voci significative, ritiene più rispondente a sé stessa. Viceversa, se il contesto non fornisce un terreno adeguato allo sviluppo di tale autonomia e consapevolezza, non rispondendo ai bisogni e richiedendo invece che ci si faccia costantemente portatori di istanze, desideri, aspettative e valori che provengono dall'esterno, tale

capacità di integrare le voci significative, anche discordanti, non si svilupperà, creando blocchi nelle capacità agentiche, conflitti interiori e modalità di gestione degli stessi disfunzionali, ad esempio attraverso processi di diniego. Centrale per uno sviluppo identitario che permetta all'*Io* di agire essendo guidato ma non sovrastato dal *Me*, dagli altri internalizzati, è dunque la sperimentazione di relazioni primarie che comprendano supporto all'autonomia e accettazione da parte dell'altro e che rispondano a quei bisogni di autonomia e di relazione, il cui rapporto dialettico si accentua nel percorso verso l'età adulta.

## **5.2 Contesto familiare e adultità emergente**

Nel corso dell'adultità emergente, la relazione con i genitori assume caratteristiche nuove rispetto alla precedente fase adolescenziale (Arnett, 2015). Diminuisce infatti la conflittualità, in ragione di una maggiore reciprocità nella relazione e di un mutato approccio da parte tanto dei figli quanto dei genitori. Entrambe le parti infatti cominciano a riconoscere l'altro non più solamente nel suo ruolo di figlio o di genitore, ma nella sua totalità di persona. Vi è dunque maggiore empatia e comprensione da parte dei figli nei confronti dei genitori e dall'altra parte un sempre maggiore adattamento dei genitori alla crescente maturità dei figli. Il rapporto si sviluppa dunque in una direzione di crescente parità. Arnett rileva come questi aspetti siano riportati anche dai genitori che raccontano un generale miglioramento della relazione con i figli, con cui evidenziano conversazioni più adulte, un maggiore apprezzamento del tempo trascorso insieme, più rispetto, e maggiore parità in quanto si sentono più come amici e visti come persone. La qualità del rapporto in questa fase è da un lato in continuità con la storia passata della relazione, dall'altro le dinamiche interne alla relazione possono andare incontro a rinegoziazioni e riconsiderazioni, in ragione di cambiamenti intra-individuali nelle storie di vita di genitori e figli, quali crescita e sviluppo psicologico, transizioni di vita, cambiamenti di ruolo e status (Aquilino, 2006). Questo è dunque un periodo caratterizzato da un lato da continuità nelle caratteristiche della relazione con i genitori, dall'altro da possibilità di cambiamenti e negoziazioni. È un periodo in cui la relazione tra genitori e figli va incontro a compiti e sfide specifiche, che si riflettono nei cambiamenti evidenziati da Arnett. Secondo Aquilino (2006), i compiti specifici di questa fase della relazione coinvolgono sia i figli sia i genitori e riguardano innanzitutto lo sviluppo di maturità filiale e genitoriale: ai figli spetta il compito di uscire dal ruolo di figlio dipendente dal genitore e diventare a sua volta un supporto. Questo comporta il riconoscimento del genitore nella sua totalità di individuo, comprendendone la storia, i bisogni e il punto di vista. Dall'altra parte, dunque, al genitore spetta il compito di predisporre all'accettazione di supporto da parte dei figli, riconoscendone in primo luogo lo status di adulto. Questo comporta affrontare un processo di separazione e distacco, che può generare ansia; la sfida per il genitore è dunque quella di vincere tale

ansia e continuare invece ad affrontare la crescente indipendenza del figlio fornendo una base sicura, un punto di partenza per i processi identitari di esplorazione ed impegno. Si evince da questi elementi una caratteristica fondamentale della relazione genitore-figlio durante l'adulità emergente, ovvero la compresenza di bisogni di dipendenza e di autonomia, ai quali entrambi gli attori della relazione sono chiamati a rispondere. Se da un lato i figli sviluppano sempre maggiore autonomia e indipendenza materiale, dall'altro lato c'è ancora forte il bisogno di fare affidamento sulle figure genitoriali e sul sistema familiare, sia come fonte di supporto economico, materiale ed abitativo, sia come fonte di supporto emotivo, di confronto, consiglio e guida. Questa compresenza genera tensioni e contraddizioni di non facile gestione da ambo le parti, con la conseguente necessità di negoziare aspettative e responsabilità reciproche. Arnett (2015) sottolinea come la sensazione di trovarsi "*in mezzo*" abbia molto a che fare con la relazione con i genitori, in quanto i compiti che portano al raggiungimento dell'età adulta riguardano proprio un nuovo modo di rapportarsi con le figure genitoriali: gli adulti emergenti devono infatti assumersi responsabilità, che prima erano assunte dai genitori, arrivare a compiere scelte autonome e non lasciare le decisioni sugli aspetti rilevanti della propria vita in mano ai genitori, diventare economicamente indipendenti dalla famiglia. Su tutti questi aspetti, quello dell'adulità emergente è un percorso di negoziazione in atto, nel quale una componente rilevante è data dalla convivenza o meno con il nucleo familiare d'origine. Se la relazione con i genitori rimane infatti estremamente rilevante e spesso stretta, sia che l'adulto emergente abiti in casa, sia che ne esca, la convivenza con i genitori pone delle complessità ulteriori. Difficoltà nel compito di riconoscere il figlio come adulto emergono soprattutto se il figlio vive in casa, così come episodi conflittuali legati al riconoscimento dell'autonomia filiale da un lato e alla negoziazione delle responsabilità e dei compiti domestici. Finché i figli rimangono in casa, infatti, i genitori possono sentirsi quasi in dovere di vigilare sulle loro scelte, piccole e grandi, sul loro stile di vita e sono dunque più frequenti incursioni indesiderate del genitore nella vita del figlio. D'altro canto, è possibile che il figlio si adagi sulla presenza genitoriale, venendo meno alle sue responsabilità e delegandole ai genitori in un prosieguo delle dinamiche adolescenziali. L'uscita di casa sembra essere invece un fattore facilitante nel promuovere l'individuazione, accentuando la libertà dell'adulto emergente ma anche le sue responsabilità. I contatti quotidiani con i genitori diminuiscono, così come le occasioni di litigi o incomprensioni; vedendosi meno si apprezza di più il tempo insieme da un lato, dall'altro si cerca di mantenerlo meno conflittuale, a volte riducendo la durata degli incontri, a volte nascondendo dettagli della propria vita che possono portare a conflitti. Arnett riporta come gli adulti emergenti che sono usciti di casa si sentano più vicini ai propri genitori, abbiano meno sentimenti negativi nei loro confronti, ne valutino più positivamente le opinioni. Per i giovani statunitensi, se la ragione più comune per lasciare la casa dei genitori fino alla fine degli anni '70 era il matrimonio,

oggi è semplicemente per avere maggiore indipendenza o per andare all'università. L'Italia invece vede uno scenario peculiare da questo punto di vista, in quanto caratterizzata da un modello mediterraneo (Lanz & Tagliabue, 2007; Scabini, 2000) in cui due generazioni adulte convivono sotto lo stesso tetto e la transizione all'età adulta è affrontata in modo congiunto da genitori e figli. Secondo i dati ISTAT 2019, quasi il 91% dei giovani tra i 20 e i 24 anni e il 64% dei giovani tra i 25 e i 29 anni vive in casa con i genitori e, come per gli altri paesi mediterranei, l'età media di uscita dalla casa dei genitori è elevata, intorno ai 30 anni (ISTAT, 2019). Le prime tre motivazioni indicate dal 43,6% dei giovani di 20-34 anni come unica causa della mancanza di un'autonomia sono la condizione di studente, seguita dalla difficoltà nel trovare un'occupazione adeguata o l'incapacità di sostenere le spese per un'abitazione (ISTAT, 2019). Questo dato evidenzia una condizione differente rispetto a quella messa in luce fino all'inizio degli anni 2000 dai dati nazionali e dalla letteratura (Lanz & Tagliabue, 2007). Si dimezza infatti rispetto al 2009 la percentuale di coloro che considera la permanenza nella casa di origine come una soluzione comoda, fonte di benessere e al contempo in cui poter godere della propria libertà. La convivenza con i genitori appare quindi nel nostro paese da un lato una soluzione culturalmente accettata e sostenuta, vista la lunga storia di giovani che preferiscono rimanere all'interno del nucleo di origine come fonte di supporto emotivo e sociale, oltre che economico, dall'altro una soluzione sempre più imposta dalle condizioni socioeconomiche e dal prolungamento dei tempi dell'istruzione e della formazione. La famiglia costituisce, culturalmente e per forza di circostanze, un punto di riferimento fondamentale, all'interno del quale l'adulto emergente può trovare terreno fertile per sviluppare la propria autonomia e il proprio essere autentico o che può invece costituire un terreno arido, che impedisce lo sviluppo autentico e pieno del giovane adulto e dal quale quest'ultimo fatica a liberarsi. Appare dunque estremamente rilevante comprendere quale può essere il ruolo del contesto familiare nel promuovere la crescita, lo sviluppo e la realizzazione dell'individuo anche in questa fase del ciclo di vita. Le caratteristiche di supporto all'autonomia, calore e accettazione all'interno della relazione con i genitori sono state infatti oggetto di diversi studi relativi al periodo dell'adulthood emergente.

### **5.3 Evidenze dalla ricerca empirica**

I risultati di diversi studi empirici sostengono le formulazioni teoriche presentate, evidenziando il ruolo positivo del supporto all'autonomia e di calore e accettazione nella relazione con i genitori in diverse fasi del ciclo di vita, dall'infanzia e adolescenza fino all'età adulta, e in diversi ambienti, da quello familiare a quello scolastico ma anche nella relazione terapeutica. Dalle prime ricerche svolte sull'argomento, gli studi hanno in primo luogo ampiamente confermato gli effetti negativi di un contesto controllante o che fornisce affetto condizionato e al contrario gli effetti positivi di un contesto

che supporta l'autonomia, fornisce calore e accettazione incondizionata (e.g. Grolnick & Ryan, 1989; Deci et al., 1993; Assor, Roth & Deci, 2004; Niemiec et al., 2006; Roth & Assor, 2010; Ryan & Deci, 2017; Soenens & Vansteenkiste, 2005; Soenens et al., 2007; Vasquez et al., 2016). I primi studi condotti con bambini in età scolare (Grolnick & Ryan, 1989; Deci et al., 1993) hanno infatti messo in evidenza come all'aumentare dei comportamenti controllanti materni diminuissero le manifestazioni di motivazione intrinseca; inoltre, il supporto all'autonomia genitoriale è risultato in relazione con la regolazione autonoma dei bambini, così come con giudizi positivi dell'insegnante sulla loro competenza e sul loro comportamento. Una recente metanalisi di 36 studi che hanno preso in considerazione la relazione tra supporto all'autonomia genitoriale e outcome nei figli (Vasquez et al., 2016) ha messo in luce la relazione positiva con miglior rendimento accademico, coinvolgimento e atteggiamenti positivi nei confronti della scuola, così come con una migliore salute psicologica, contraddistinta da minore sintomatologia, maggior motivazione autonoma e percezione di competenza. Le relazioni più forti sono state evidenziate proprio con le componenti di una buona salute psicologica. Gli studi hanno individuato non solo una relazione negativa con la sintomatologia di tipo internalizzante o esternalizzante, ma anche una relazione positiva con outcome di benessere soggettivo, psicologico, sociale ed autostima (Soenens & Vansteenkiste, 2005; Soenens et al., 2007; Yu, Assor & Liu, 2015; Cordeiro et al., 2018) e tali associazioni sembrano essere mediate almeno parzialmente da un senso di auto-determinazione e di congruenza con il Sé (Soenens et al., 2007; Yu, Assor & Liu, 2015). Inoltre, la ricerca ha evidenziato una relazione tra supporto genitoriale ai bisogni psicologici di base ed elementi identitari quali esplorazione funzionale, impegno e sviluppo dell'Io in adolescenza (Cordeiro et al., 2018; Soenens & Vansteenkiste, 2005). Risultati opposti sono stati ottenuti per le dimensioni di controllo (Wouters et al., 2018). Similmente, studi che hanno preso in considerazione dimostrazioni di accettazione condizionata da parte dei genitori, hanno trovato associazioni con elevati livelli di depressione, bassa autostima, scarso sviluppo morale, scarso controllo degli impulsi, maggiore difensività e minor consapevolezza delle proprie emozioni (Assor, Roth & Deci, 2004; Roth & Assor, 2010; Wouters et al., 2018). Come ipotizzato dalla teoria, emergono relazioni con una regolazione di tipo introiettato e di conseguenza con effetti positivi solo a breve termine a seguito di un successo, senso di colpa e vergogna a seguito di fallimenti e fluttuazioni nell'autostima (Assor, Roth & Deci, 2004). Questi risultati sono avallati anche da esiti sperimentali che mettono in luce come esperienze di accettazione incondizionata possano risultare protettive rispetto agli effetti negativi (senso di vergogna ed insicurezza) derivanti da insuccessi scolastici (Brummelman et al., 2014). Inoltre, studi longitudinali che hanno rilevato le caratteristiche dello stile genitoriale in adolescenza, ne hanno evidenziato gli effetti durante l'adulthood emergente su esiti quali benessere emotivo, depressione, autostima, qualità delle relazioni, sviluppo identitario

positivo, regolazione valoriale autonoma, successo nel perseguire le proprie aspirazioni (Duineveld et al., 2017; Dumas et al., 2009; Seiffge-Krenke et al., 2010; Williams & Ciarrochi, 2020).

L'internalizzazione di modalità controllanti e contingenti da parte del genitore ha effetti negativi anche per la relazione con il genitore stesso, verso il quale aumentano i sentimenti negativi e ambivalenti. Tale effetto sarebbe dovuto ad una maggiore percezione di disapprovazione da parte del genitore, che genera risentimento; ciò varrebbe in particolare per il controllo esercitato sull'espressione emotiva, dominio che genera un forte conflitto interno tra un impulso naturale all'espressione e il condizionamento genitoriale a non mostrare le emozioni in particolare negative (Assor, Roth & Deci, 2004).

Sebbene alcuni studi si siano concentrati esclusivamente sul ruolo materno (Deci et al., 1993; Assor, Roth & Deci, 2004; Wouters et al., 2018; altri esempi sono riportati in Vasquez et al., 2016), per ragioni contingenti o nell'assunzione che il ruolo materno sia più rilevante nella socializzazione, rispetto al ruolo paterno, studi che hanno considerato separatamente il contesto creato da entrambi i genitori ne hanno messo in luce le peculiarità. In generale, il supporto all'autonomia materno sembra mostrare le relazioni più forti e stabili con l'adattamento psicosociale e i risultati scolastici dei figli (Grolnick & Ryan, 1989; D'Ailly 2003); il supporto paterno sembra però contribuire unicamente a esiti favorevoli in ambiti specifici quali la ricerca di un lavoro, l'esplorazione e l'impegno al termine dell'adolescenza (Soenens & Vansteenkiste, 2005). Inoltre, dai risultati della metanalisi già citata (Vasquez et al., 2016), emerge come la forza della relazione tra supporto all'autonomia ed esiti positivi in particolare in termini di salute mentale, sia maggiore quando il supporto arriva da entrambi i genitori. Effetti legati al genere emergono non solamente in relazione ai ruoli di madre e padre, ma anche a quelli di figlia e figlio: emerge infatti la tendenza dei genitori a supportare maggiormente l'autonomia delle figlie rispetto a quella dei figli (Grolnick & Ryan, 1989; Soenens et al., 2007). Emergono inoltre effetti di interazione tra i due ruoli, ad esempio Mandara e Pikes (2008) individuano una relazione tra controllo materno e benessere delle figlie adolescenti, ma non dei figli maschi.

Studi che hanno preso specificamente in considerazione la popolazione degli adulti emergenti hanno evidenziato innanzitutto un aumento della percezione di supporto all'autonomia dall'adolescenza all'adulthood emergente, a conferma dei cambiamenti in corso nella relazione tra genitori e figli (Inguglia et al., 2015). Anche per questa fascia di età sono stati ampiamente indagati gli effetti di comportamenti genitoriali controllanti da un lato e supportivi dall'altro, confermando una relazione positiva dei primi e negativa dei secondi con comportamenti a rischio e sintomi depressivi e ansiosi, (Costa et al., 2015; Inguglia et al., 2016; Liga et al., 2017; Soenens et al., 2007, 2009; Soenens & Vansteenkiste, 2010) e anche in questa fase evolutiva emergono, seppure non con costanza, interazioni legate al genere; ad esempio, infatti, Costa e colleghi (2015) individuano un legame tra

controllo genitoriale e problematiche internalizzanti per le figlie femmine ma non per i maschi, mentre Kouros e collaboratori (2017) rilevano un nesso tra maggiore supporto all'autonomia da parte dei genitori e minore ansia sociale e disforia solamente nei figli maschi.

Comportamenti genitoriali controllanti si associano inoltre a problemi nello sviluppo identitario (Luyckx et al., 2007); questi ultimi rendono conto almeno parzialmente della relazione tra controllo genitoriale e sintomatologia internalizzante (Ingoglia et al., 2017), evidenziando come la promozione di eteronomia da parte del genitore abbia ripercussioni sulla salute mentale dell'adulto emergente proprio attraverso difficoltà nello sviluppo della propria identità. Il supporto all'autonomia da parte del genitore porta invece l'adulto emergente a percepire un senso di scelta nello sviluppo identitario, favorendo l'esplorazione e una regolazione emotiva maggiormente funzionale (Roth et al., 2009). La capacità del genitore di regolare il proprio comportamento sulla base dei bisogni del figlio, supportandone l'autonomia o promuovendo la relazione attraverso dimostrazioni di calore e accettazione, protegge l'adulto emergente dall'insorgenza di sintomi depressivi, sensazioni di solitudine e stress (Inguglia et al., 2015). Interessanti sono i risultati di alcuni studi che hanno preso in considerazione i cosiddetti *genitori elicottero*, ossia quei genitori estremamente protettivi e coinvolti nella vita dei propri figli anche giovani adulti (Kouros et al., 2017; Padilla-walker, Son & Nelson, 2019). Padilla-walker, Son e Nelson (2019) hanno individuato differenti profili di *genitori elicottero*, in cui la dimensione di forte coinvolgimento e apprensione si accompagna da un lato a un'elevata dimensione di controllo, dall'altro a un'elevata dimensione di calore. Gli autori rilevano come gli effetti dannosi dell'iper-coinvolgimento genitoriale si osservino quando questo si accompagna a elevati comportamenti controllanti, ma non quando invece esso è accompagnato da calore e accettazione verso il figlio. Questi risultati richiamano l'importanza delle due polarità di dipendenza e indipendenza, o in termini più consoni all'approccio SDT relazionalità e autonomia, durante il periodo dell'adulthood emergente. In particolare, questo elemento risulta rilevante nel contesto italiano, in cui relazioni strette con i genitori sono socialmente valorizzate e il modello culturale prevalente è un modello di *relazionalità autonoma*, che incoraggia cioè obiettivi di autonomia accanto al mantenimento di forti legami in particolare familiari (Inguglia et al., 2016; Ingoglia et al., 2017; Manzi, Regalia, Pelucchi e Fincham, 2012). In questo contesto è stata per esempio confermata la rilevanza peculiare della soddisfazione del bisogno di relazione in relazione alla sintomatologia psicologica (Inguglia et al., 2016) rispetto a quanto avviene per la popolazione statunitense, maggiormente orientata all'indipendenza e meno al mantenimento delle relazioni intergenerazionali.

Gli aspetti intergenerazionali assumono rilevanza anche nella trasmissione delle caratteristiche del contesto relazionale, che sembrano mantenere continuità attraverso le generazioni. Assor, Roth e Deci

(2004) evidenziano infatti un tramandarsi di uno stile condizionante da madre a figlia, attraverso uno studio che prende in considerazione studentesse universitarie e le loro madri, a cui è stato chiesto a loro volta di riportare informazioni relativamente ai nonni delle ragazze. I risultati evidenziano che quando le madri percepiscono i propri genitori come condizionanti, a loro volta sono più condizionanti con le figlie e attribuiscono meno valore al supporto all'autonomia. Inoltre, queste madri mostrano minore autostima e utilizzano strategie di coping poco efficaci. Tale risultato è in accordo con quanto postulato da Rogers (cfr. Par.5.1) per cui un contesto condizionante non consente uno sviluppo autentico e congruente; questo si riflette in una scarsa consapevolezza e congruenza dell'individuo, che a sua volta riproporrà il mantenimento di condizioni di valore esterne. Quando i genitori non sono consapevoli dei propri stati interni o ne ritengono sconveniente l'espressione, rinforzeranno positivamente quei comportamenti dei figli che non interferiscono con queste condizioni di valore. Ad esempio, se il genitore non è a suo agio con l'espressione delle proprie emozioni, rinforzerà i comportamenti dei figli che riflettono scarso coinvolgimento emotivo e al contrario ritirerà l'affetto in corrispondenza delle espressioni emotive dei figli (Roth & Assor, 2010). Di conseguenza i figli svilupperanno una scarsa capacità di riconoscere le emozioni altrui e proprie e dunque un minor grado di consapevolezza e congruenza. Attraverso invece l'esperienza di accettazione nella relazione e conseguente incremento dell'autenticità, si svilupperebbe un maggiore apertura e accettazione non solo nei confronti di sé stessi ma anche degli altri (Joseph, 2016), creando la possibilità di rompere cicli intergenerazionali disfunzionali. Queste affermazioni sono supportate da lavori empirici che evidenziano effetti dell'autenticità di genitori e insegnanti sul supporto all'autonomia che forniscono e sulle manifestazioni di accettazione incondizionata nei confronti dei figli sia adolescenti sia adulti emergenti (Roth, Kanat-Maymon & Assor, 2016). Gli autori ipotizzano due processi che possono portare un genitore più autentico ad agire in modo maggiormente incondizionato verso i figli: il primo, riprende quanto evidenziato in precedenza, per cui genitori autentici sarebbero più aperti e non giudicanti sia verso le proprie esperienze, sia verso quelle manifestate dai figli e allo stesso modo riuscirebbero ad accettare maggiormente la mancata adesione alle proprie aspettative. Un secondo processo evidenziato è quello per cui genitori che conoscono sulla propria pelle i vantaggi di una motivazione autonoma, preferirebbero che anche i propri figli sviluppassero questo tipo di motivazione. Potrebbero quindi promuovere attivamente l'autonomia dei figli, ma anche modellarne il valore nel proprio comportamento e nelle risultanti positive che i figli osservano. È stato infatti messo in luce da più ricerche come genitori che mettono in pratica valori e comportamenti che sostengono a parole e appaiono vitali e soddisfatti nel farlo, promuovono l'adozione dei medesimi da parte dei figli (Assor, 2012; Brambilla, Assor, Manzi & Regalia 2014; Roth et al., 2009; Yu, Assor & Liu, 2015).

## 6. Studio 2 - Autenticità e contesto familiare nell'adulità emergente

Come evidenziato nel capitolo precedente, nel corso dell'adulità emergente cambiano le caratteristiche della relazione con i genitori, nella direzione di una maggiore reciprocità e con la necessità di bilanciare istanze di autonomia e istanze relazionali (Arnett, 2015). Tale relazione rimane però rilevante per il benessere degli adulti emergenti, in particolar modo nel contesto italiano, dove è frequente un modello mediterraneo di ingresso nella vita adulta in cui la convivenza con i genitori è prolungata anche durante l'età adulta emergente e il ruolo della famiglia è culturalmente sostenuto (Inguglia et al., 2016; Lanz & Tagliabue, 2007). A sostegno di queste affermazioni, diverse ricerche (Cfr. par. 5.3) hanno messo in luce come la qualità delle relazioni con i genitori risulti connessa al benessere e al malessere psicologico dei figli adulti emergenti e alle caratteristiche e alla funzionalità del loro sviluppo identitario. In particolare, risulta rilevante la percezione delle relazioni con i genitori come caratterizzate da accettazione, calore e supporto all'autonomia o viceversa controllanti e fonte di affetto condizionato. Questi risultati sostengono quanto postulato nella teoria rogersiana e nella SDT, secondo cui il contesto relazionale costituisce elemento fondamentale per promuovere o ostacolare il benessere dell'individuo proprio in virtù di queste sue caratteristiche. Secondo queste formulazioni teoriche è il contesto relazionale a fornire un terreno fondamentale per la costruzione di un'identità congruente con il nucleo più autonomo dell'individuo e per un suo sviluppo autentico. È possibile dunque ipotizzare che la relazione che si osserva tra il terreno creato dai genitori e i livelli di benessere e malessere sperimentati dai figli sia dovuta al grado di autenticità reso possibile nello sviluppo dei figli. Questo in particolare in una fase evolutiva come l'adulità emergente, in cui, come evidenziato nella prima parte dell'elaborato, il tema di uno sviluppo identitario autentico risulta particolarmente saliente. Ad oggi però questa ipotesi non risulta verificata da studi empirici in questa popolazione. Un solo studio (Yu, Assor & Liu, 2015) è andato in questa direzione, considerando il ruolo mediatore del senso di congruenza con il Sé nella relazione tra supporto all'autonomia da parte dei genitori e benessere dei figli. Tale studio ha però preso in esame un campione ridotto (89 partecipanti) e ha incluso come outcome solamente una misura di benessere soggettivo, lasciando dunque spazio per approfondimenti sull'argomento.

Il presente lavoro intende quindi prendere in esame il ruolo mediatore dell'autenticità tra caratteristiche della relazione con i genitori ed esiti nella salute psicologica dei figli adulti emergenti, considerando un ampio campione di riferimento ed esaminando sia esiti di salute mentale positiva (benessere psicologico) sia negativa (sintomatologia internalizzante ed esternalizzante). Inoltre, verranno prese in considerazione differenti dimensioni della relazione con i genitori, ovvero la percezione di supporto all'autonomia e la percezione di calore e accettazione. Entrambi questi elementi potrebbero infatti giocare un ruolo di rilievo, rispondendo diversamente ai bisogni

psicologici dell'individuo, da un lato maggiormente al bisogno di autonomia, dall'altro a quello di relazione. In aggiunta, in ragione del differente ruolo evidenziato in letteratura per madri e padri e degli effetti di interazione con il genere rilevati da studi precedenti, i risultati ottenuti verranno approfonditi analizzando il diverso contributo materno e paterno nel sostegno all'autenticità e il ruolo moderatore del genere dei figli.

## **6.1 Obiettivi e Ipotesi**

Lo studio qui presentato intende verificare innanzitutto l'esistenza di un legame tra accettazione e supporto forniti dal contesto e adattamento psicologico nella fase dell'adulthood emergente. In secondo luogo, si intende sottoporre a verifica empirica il modello secondo cui l'accettazione da parte del contesto di riferimento promuoverebbe autenticità, che a sua volta sarebbe responsabile del buon adattamento psicologico dell'individuo (ruolo mediatore dell'autenticità).

Si ipotizza dunque che:

H1: vi sia una relazione positiva tra benessere psicologico degli adulti emergenti e accettazione ricevuta dai genitori in termini di calore e supporto all'autonomia percepiti;

H2: vi sia una relazione negativa tra malessere psicologico degli adulti emergenti (in termini di sintomatologia internalizzante ed esternalizzante) e accettazione ricevuta dai genitori in termini di calore e supporto all'autonomia percepiti;

H3: l'autenticità degli adulti emergenti sia un mediatore di queste relazioni.

## **6.2 Metodo**

### **6.2.1 Partecipanti**

Il campione di riferimento è composto da un totale di 349 studenti universitari di età compresa tra i 18 e i 26 anni ( $M = 21.35$ ;  $s.d. = 1.98$ ) e suddiviso in 119 maschi (34%) e 230 femmine (66%). Tra di essi, gli studenti a tempo pieno sono 270 (77%), mentre 79 (23%) lavorano part-time. Gli studenti alla prima laurea sono 275 (79%), mentre 73 (21%) hanno già una laurea triennale o magistrale.

### **6.2.2 Procedura**

I partecipanti sono stati reclutati presso l'Università degli Studi di Milano – Bicocca, durante i corsi o nelle aule studio e la partecipazione è stata su base volontaria. Il progetto, approvato dalla Commissione per la Valutazione della Ricerca del Dipartimento di Psicologia, è stato presentato da un ricercatore che ha raccolto gli indirizzi e-mail di coloro che erano interessati a partecipare; un questionario online è stato poi inviato a tali indirizzi. Prima di poter accedere al questionario completo, ai partecipanti veniva chiesto di leggere un modulo informativo e fornire il proprio consenso informato alla partecipazione. Il questionario online richiedeva circa 15 minuti per la

compilazione; nella prima sezione ai partecipanti veniva chiesto di fornire alcune informazioni anagrafiche (genere, età, livello di istruzione, occupazione). Le sezioni successive includevano invece scale per la misura dell'autenticità, dell'accettazione percepita da parte dei genitori, dei sintomi internalizzanti ed esternalizzanti e del benessere psicologico.

### **6.2.3 Misure**

#### ***Autenticità***

Per misurare l'autenticità percepita dai partecipanti, è stata utilizzata anche in questo studio la versione italiana dell'Authenticity Scale (Wood et al., 2008; Di Fabio, 2014). La scala comprende 12 item divisi in tre sotto-scale: Auto-alienazione, Accettazione delle Influenze Esterne e Vivere Autentico. Ai partecipanti viene chiesto di indicare quanto ogni item li descrive su una scala di tipo Likert a 7 punti (1 = Non mi descrive per niente; 7 = Mi descrive molto bene). I valori dell'Alpha di Cronbach mostrano una buona affidabilità sia per le tre dimensioni (Auto-alienazione:  $\alpha = .81$ ; Accettazione delle Influenze Esterne:  $\alpha = .83$ ; Vivere Autentico:  $\alpha = .74$ ), sia per il punteggio globale ( $\alpha = .94$ ).

#### ***Percezione dei genitori***

Per misurare la percezione di accettazione nell'ambiente familiare e in particolare da parte dei genitori, sono state somministrate le due sotto-scale di Supporto all'Autonomia e Calore della Perception of Parents Scale (POPS) nella versione per studenti universitari (Grolnick, Deci, & Ryan, 1997; Niemiec et al., 2006). Ai partecipanti viene chiesto di indicare quanto ciascuna di 15 affermazioni descrive i suoi genitori su una scala di tipo Likert a 7 punti (1 = Per niente vero; 7 = Del tutto vero). Ai partecipanti è chiesto di rispondere separatamente a ciascun item per quanto riguarda la madre e il padre (o chi fa le veci dell'una o dell'altro). L'affidabilità interna dello strumento misurata tramite Alpha di Cronbach è risultata buona sia per le due dimensioni relative alla madre (Supporto all'Autonomia:  $\alpha = .82$ ; Calore:  $\alpha = .84$ ), sia per le due dimensioni relative al padre (Supporto all'Autonomia:  $\alpha = .82$ ; Calore:  $\alpha = .86$ ). Ai fini del presente studio è stata successivamente calcolata una media tra la percezione dei due genitori per ciascuna delle dimensioni.

#### ***Sintomatologia Internalizzante***

Per rilevare i livelli di sintomatologia internalizzante riportata dagli studenti sono state utilizzate tre sotto-scale della Symptom Checklist 90-R (SCL 90-R; Derogatis, 2011; Preti et al., 2011). La scala composta in totale da 90 item, richiede ai partecipanti di indicare quanto ha sofferto di ciascun sintomo negli ultimi 7 giorni, su una scala da 1 (Per niente) a 5 (Moltissimo), successivamente convertiti in punteggi da 0 a 4. Per questo studio è stata proposta la compilazione delle dimensioni di Ansia (10 item), Depressione (13 item) e Sintomi Somatici (12 item); è stato inoltre calcolato un

punteggio globale dato dalla media delle tre dimensioni. I valori dell'Alpha di Cronbach calcolata per stimare l'affidabilità dello strumento risultano buoni sia per le singole dimensioni considerate (Ansia:  $\alpha = .87$ ; Depressione:  $\alpha = .895$ ; Sintomi Somatici:  $\alpha = .82$ ), sia per il punteggio globale ( $\alpha = .84$ ).

### ***Sintomatologia Esternalizzante***

Per rilevare i livelli di sintomatologia esternalizzante è stata utilizzata la versione breve del Buss-Perry Aggression Questionnaire (BPAQ; Buss & Perry, 1992; Fossati et al., 2003; Bryant & Smith, 2001). Lo strumento si compone di 12 item, equamente suddivisi in quattro dimensioni (Aggressività verbale, Aggressività fisica, Ostilità e Rabbia) che danno origine a un punteggio complessivo. Ai partecipanti viene chiesto di indicare quanto ciascuna affermazione li descrive su una scala di tipo Likert a 5 punti (0 = Per niente; 4 = Moltissimo). I valori dell'Alpha di Cronbach mostrano una buona affidabilità dello strumento sia nelle singole dimensioni, seppure con un livello di affidabilità accettabile per la dimensione di aggressività verbale (Aggressività verbale:  $\alpha = .67$ ; Aggressività Fisica:  $\alpha = .75$ ; Ostilità:  $\alpha = .72$ ; Rabbia:  $\alpha = .75$ ), sia per quanto riguarda il punteggio globale ( $\alpha = .70$ ).

### ***Benessere Psicologico***

Per la rilevazione dei livelli di benessere psicologico è stata utilizzata la Psychological Well-Being Scale nella versione breve a 18 item (PWBS; Ryff, 1989; Ruini et al., 2003). La scala si compone di sei dimensioni (Autonomia, Padronanza ambientale, Crescita, Relazioni positive, Scopo nella vita, Auto-accettazione; 3 item per ogni dimensione) e di un punteggio complessivo. Ai partecipanti viene chiesto di indicare quanto ciascuna delle affermazioni riportate è vera per loro su una scala di tipo Likert a 6 punti (1 = Non è il mio caso; 6 = È proprio così). L'affidabilità della scala calcolata tramite Alpha di Cronbach è risultata scarsa per le singole dimensioni<sup>4</sup> ma buona per il punteggio complessivo ( $\alpha = .73$ ), pertanto nel presente lavoro verrà considerato solo quest'ultimo.

## **6.2.4 Analisi**

Sono state condotte innanzitutto analisi di tipo descrittivo sulle variabili oggetto di indagine.

Per rispondere alle prime due ipotesi di ricerca sono state condotte analisi delle correlazioni tra le variabili di percezione dei genitori da un lato e benessere psicologico e sintomatologia dall'altro.

Per rispondere alla terza ipotesi, sono state innanzitutto svolte delle analisi preliminari per verificare eventuali effetti legati a variabili socio-anagrafiche; a tale scopo sono state analizzate le relazioni di tali variabili con l'autenticità globale dei partecipanti e i punteggi complessivi di benessere

---

<sup>4</sup>L'autrice stessa rileva problemi psicometrici simili nelle sotto-scale della versione a 18 item dello strumento, adducendo tale dato alla modalità di selezione degli item in questa versione. Essi sono infatti stati selezionati non con l'intento di massimizzare la consistenza interna delle singole sotto-scale, bensì per essere rappresentativi delle diverse componenti di ogni dimensione e mantenere quindi la validità concettuale dello strumento nel suo insieme (Ryff, 2014).

psicologico, sintomatologia internalizzante e sintomatologia esternalizzante attraverso analisi della correlazione o t-test per campioni indipendenti.

Successivamente sono state condotte tre analisi di mediazione, considerando sempre le due variabili di percezione di supporto all'autonomia e percezione di calore come variabili indipendenti e come mediatore il punteggio di autenticità complessivo dei partecipanti; come outcome sono stati considerati alternativamente i punteggi complessivi di benessere psicologico, sintomatologia internalizzante e sintomatologia esternalizzante. Sono state inoltre inserite nel modello le variabili socio-anagrafiche di volta in volta individuate come possibili fattori intervenienti.

Le analisi sono state svolte mediante il software statistico SPSS v.26, eccetto le analisi di mediazione, svolte attraverso l'utilizzo del pacchetto jAMM per il software Jamovi v.1.2.

## 6.3 Risultati

### 6.3.1 Descrittive

In *Tab. 6.1* sono riportate le statistiche descrittive del campione sulle variabili oggetto di indagine e relative sotto-scale.

		M	d.s.	Range osservato		Range teorico	
				min	max	min	max
Autenticità	Auto-alienazione	11.67	5.23	4.00	28.00	4	28
	Accettazione Influenze Esterne	13.58	5.04	4.00	28.00		
	Vivere Autentico	22.30	3.55	7.00	28.00		
	Globale	61.05	10.44	19.00	83.00	12	84
Percezione dei genitori	Calore (medio)	5.64	1.03	2.19	7.00	1	7
	Supporto all'autonomia (medio)	5.35	.96	1.93	7.00		
Benessere Psicologico	Globale	4.44	.67	2.11	6.00	1	6
Sintomi Internalizzanti	Ansia	.99	.76	.00	4.00	0	4
	Depressione	1.28	.80	.00	3.85		
	Sintomi Somatici	.73	.60	.00	3.42		
	Globale	1.00	.63	.03	3.75		
Sintomi Esternalizzanti	Aggressività Fisica	1.36	.91	.00	4.00	0	4
	Aggressività Verbale	.51	.78	.00	4.00		
	Rabbia	1.52	1.07	.00	4.00		
	Ostilità	1.11	.96	.00	4.00		
	Globale	1.12	.68	.00	3.33		

*Tabella 6.1 – Statistiche descrittive del campione sulle variabili oggetto di indagine*

Complessivamente i partecipanti riportano elevati livelli di Autenticità e di Accettazione Percepita da parte dei genitori, sia nella dimensione di Calore sia in quella di Supporto all'Autonomia. I livelli

di Benessere Psicologico globali risultano superiori alla media di scala, mentre i punteggi riportati nella Sintomatologia Esternalizzante risultano mediamente piuttosto bassi. Per quanto riguarda invece i punteggi relativi alle tre dimensioni internalizzanti considerate, in media i livelli di ansia e sintomatologia somatica risultano presenti ma senza discostarsi in modo significativo dalla media normativa rilevata nella popolazione di giovani adulti dai 18 ai 31 anni (Preti et al., 2011). I sintomi depressivi sono invece mediamente presenti in quantità moderatamente superiore alla media normativa della popolazione.

### 6.3.2 Relazioni tra percezione dei genitori, benessere e sintomatologia (H1 e H2)

Per rispondere al primo obiettivo dello studio sono state analizzate le correlazioni tra le due variabili relative alla percezione dei genitori (Supporto all'autonomia e Calore) e le variabili relative al benessere psicologico dei figli, ai sintomi internalizzanti ed esternalizzanti da essi riportati. I risultati di tale analisi sono riportati in *Tabella 6.2*.

		Percezione dei genitori (media)					
		Calore			Supporto all'Autonomia		
		Correlazione r di Pearson	p (a due code)	N	Correlazione r di Pearson	p (a due code)	N
<b>Sintomi Internalizzanti</b>	<b>Ansia</b>	-.167**	0.002	344	-.108*	0.044	344
	<b>Depressione</b>	-.263**	0.000	344	-.254**	0.000	344
	<b>Sintomi Somatici</b>	-.182**	0.001	344	-.184**	0.001	344
	<b>Globale</b>	-.236**	0.000	344	-.210**	0.000	344
<b>Sintomi Esternalizzanti</b>	<b>Aggressività Fisica</b>	-.179**	0.001	344	-.121*	0.025	344
	<b>Aggressività Verbale</b>	-.238**	0.000	344	-.229**	0.000	344
	<b>Rabbia</b>	-.273**	0.000	344	-.276**	0.000	344
	<b>Ostilità</b>	-.146**	0.007	344	-.154**	0.004	344
	<b>Globale</b>	-.287**	0.000	344	-.270**	0.000	344
<b>Benessere Psicologico</b>	<b>Globale</b>	.385**	0.000	344	.321**	0.000	344

*Tabella 6.2 – Correlazioni tra percezione di calore e supporto all'autonomia da parte dei genitori e sintomatologia e benessere psicologico dei figli*

In linea con quanto ipotizzato, entrambe le dimensioni di calore e supporto forniti dai genitori correlano positivamente con il benessere psicologico e negativamente sia con i sintomi di tipo internalizzante che con i sintomi di tipo esternalizzante. Per entrambe le dimensioni, le relazioni più forti sono riscontrabili con il benessere psicologico, i punteggi globali di malessere psicologico e con le dimensioni specifiche di depressione da una parte, rabbia e aggressività verbale dall'altra.

### **6.3.3 Controllo delle relazioni con le variabili socio-anagrafiche**

Prima di procedere con le analisi di mediazione per rispondere al secondo obiettivo di ricerca, sono state controllate le relazioni delle variabili dipendenti del modello con le variabili socio-anagrafiche (genere, età, occupazione, livello di istruzione) al fine di includere nel modello quelle che mostrano relazioni significative e controllarne l'effetto.

#### ***Autenticità***

Per quanto riguarda l'autenticità, sono state riscontrate differenze significative tra maschi e femmine nei livelli di autenticità globale ( $t(213.62) = 2.47; p = .014$ ) e in particolare nella componente di auto-alienazione ( $t(347) = -2.41; p = .016$ ). In entrambi i casi, le femmine riportano punteggi indicatori di un funzionamento più adattivo, con livelli maggiori di autenticità globale e livelli inferiori di auto-alienazione (*Tab. 6.3*)

#### ***Benessere psicologico***

Il genere mostra un legame significativo anche con il benessere psicologico ( $t(347) = -3.35; p = .001$ ) tale per cui le femmine riportano livelli più elevati di benessere (*Tab. 6.3*)

Il benessere psicologico appare inoltre associato all'età, seppur con una significatività al limite della rilevanza statistica ( $r(349) = .11; p = .05$ ); al crescere dell'età crescono anche i livelli di benessere psicologico. In considerazione dei risultati riportati in letteratura che rilevano un incremento dei livelli di benessere al crescere dell'età tra gli adulti emergenti (Schulenberg & Zarrett, 2006; Arnett, 2007; Gottlieb et al., 2007; cfr Cap.1), si è scelto di mantenere questo elemento nelle analisi successive, nonostante la significatività al limite, al fine di meglio disambiguare il ruolo del contesto relazionale e dell'autenticità da quello svolto dai naturali processi di sviluppo nel corso di questa fase evolutiva.

#### ***Sintomi internalizzanti***

I sintomi internalizzanti nel loro insieme mostrano una relazione al limite della significatività statistica con il genere ( $t(347) = -1.95; p = .05$ ); tale relazione appare legata in particolare a un legame significativo con la dimensione di ansia ( $t(347) = -2.07; p = .04$ ) e a una tendenza al limite della significatività per i sintomi somatici ( $t(347) = -1.89; p = .059$ ). Su tutte e tre le dimensioni, le femmine riportano punteggi maggiori dei maschi (*Tab. 4.1.3*)

Anche l'occupazione mostra una relazione significativa con i sintomi internalizzanti ( $t(347) = -2.09; p = .038$ ), in particolare con i sintomi somatici ( $t(101.98) = -2.90; p = .005$ ), tale per cui il gruppo di studenti/lavoratori riporta maggiore sintomatologia rispetto agli studenti a tempo pieno (*Tab. 6.3*).

### *Sintomi esternalizzanti*

L'occupazione mostra una relazione significativa anche con la sintomatologia esternalizzante nel complesso ( $t(106.87) = -2.46; p = .015$ ) e con le sue componenti, eccetto per la dimensione di ostilità (Aggressività Verbale:  $t(347) = -2.76; p = .006$ ; Aggressività Fisica:  $t(99.27) = -2.03; p = .045$ ; Rabbia:  $t(113.82) = -2.32; p = .02$ ). Anche in questo caso, gli studenti/lavoratori riportano una maggiore sintomatologia rispetto agli studenti a tempo pieno (Tab 6.3).

	Maschi		Femmine	
	<i>M</i>	<i>d.s.</i>	<i>M</i>	<i>d.s.</i>
Auto-alienazione	12.66	5.62	11.16	4.94
Autenticità globale	59.19	11.05	62.02	10.00
Benessere psicologico	4.27	.67	4.53	.66
Ansia	.87	.73	1.05	.77
Sintomi somatici	.65	.55	.78	.62
Sintomi internalizzanti globale	.91	.81	1.05	.64
	Studenti a tempo pieno		Studenti/Lavoratori	
	<i>M</i>	<i>d.s.</i>	<i>M</i>	<i>d.s.</i>
Sintomi somatici	.67	.53	.94	.75
Sintomi internalizzanti globale	.96	.59	1.13	.74
Aggressività verbale	1.28	.87	1.60	.98
Aggressività fisica	.46	.69	.71	1.03
Rabbia	1.04	.92	1.35	1.07
Sintomi esternalizzanti globale	1.07	.63	1.31	.81

Tabella 6.3 – Descrittive del campione suddivise per genere e per occupazione.

### **6.3.4 Verifica dell'effetto mediatore dell'autenticità (H3)**

Per verificare la terza ipotesi di ricerca sono state effettuate tre analisi di mediazione.

In tutti e tre i modelli sono stati considerati il calore e il supporto all'autonomia percepiti come variabili indipendenti e l'autenticità come mediatore, controllando l'effetto di genere su quest'ultima. Nel primo modello, che ha considerato come outcome il benessere, sono stati inoltre considerati gli effetti di età e genere sull'outcome. Nel secondo modello, avente come outcome i sintomi internalizzanti sono stati considerati invece gli effetti di occupazione e genere sull'outcome. Infine, nel modello relativo ai sintomi esternalizzanti considerati come outcome è stato tenuto in considerazione l'effetto dell'occupazione su questi.

## Benessere psicologico

Il primo modello testato è riportato in Fig. 6.1. Come outcome è stato considerato il punteggio di Benessere Psicologico complessivo e sono stati inoltre controllati gli effetti di genere ed età su di esso.

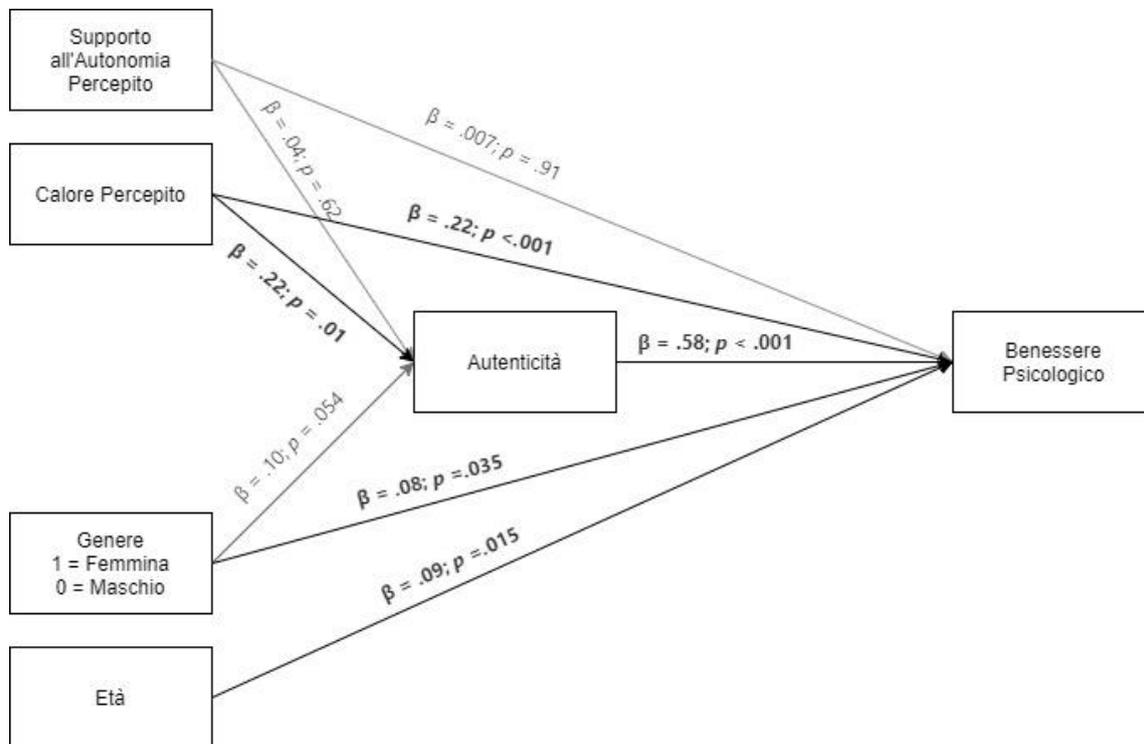


Figura 6.1- Modello relativo al Benessere Psicologico

Il modello nel suo insieme è significativo e spiega il 49% della varianza nel punteggio di Benessere Psicologico ( $F(338, 5) = 65.32; p < .001$ ). In figura sono riportati i coefficienti standardizzati  $\beta$  e le relative significatività per i path visualizzati, relativi agli effetti diretti delle variabili, al netto delle altre variabili inserite nel modello.

Al netto degli altri elementi considerati, il Supporto all'Autonomia percepito risulta non avere un effetto né diretto né indiretto sul Benessere Psicologico. Tali effetti sono invece mantenuti dalla variabile di Calore percepito da parte dei genitori, che mostra sia un effetto diretto sul Benessere Psicologico ( $\beta = .22; p < .001$ ), sia un effetto indiretto attraverso l'Autenticità ( $\beta = .13; p = .01$ ) per un effetto totale  $\beta = .35, p < .001$ . La mediazione da parte dell'Autenticità risulta quindi parziale.

Anche il genere, al netto delle altre variabili, risulta avere un effetto diretto significativo sul Benessere Psicologico ( $\beta = .08; p = .035$ ) e parzialmente un effetto indiretto attraverso l'autenticità ( $\beta = .06; p = .056$ ) per un effetto totale significativo  $\beta = .14; p = .004$ ). Infine, al netto delle altre variabili considerate aumenta la significatività della relazione con l'età ( $\beta = .09; p < .015$ ).

### Sintomi internalizzanti

Il secondo modello testato è riportato in Fig. 6.2. Come outcome è stato considerato il punteggio complessivo relativo ai Sintomi Internalizzanti e sono stati inoltre controllati gli effetti di genere e occupazione su di esso.

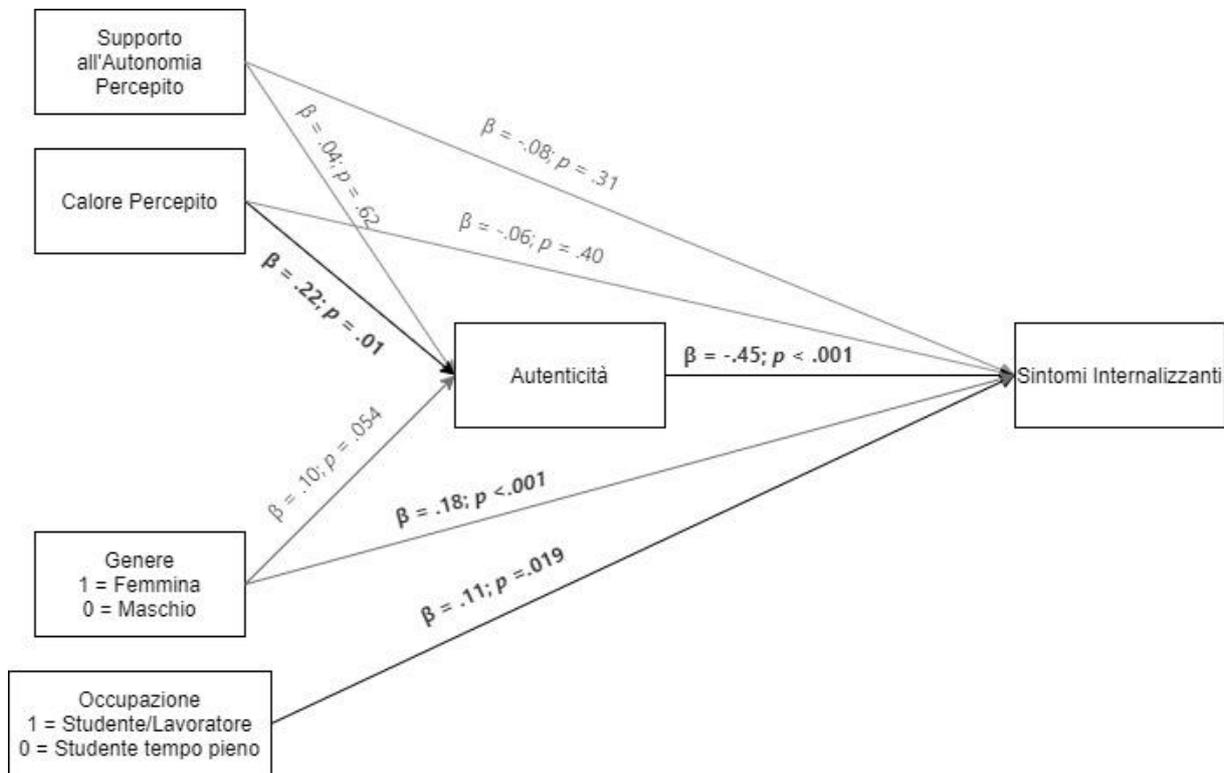


Figura 6.2 – Modello relativo ai Sintomi Internalizzanti

Il modello nel suo insieme è significativo e spiega il 27% della varianza dei Sintomi Internalizzanti ( $F(338, 5) = 24.85; p < .001$ ). In figura sono riportati i coefficienti standardizzati  $\beta$  e le relative significatività per i path visualizzati, relativi agli effetti diretti delle variabili, al netto delle altre variabili inserite nel modello.

Al netto degli altri elementi considerati, il Supporto all'Autonomia percepito risulta non avere un effetto né diretto né indiretto sui Sintomi Internalizzanti. La variabile di Calore percepito da parte dei genitori mantiene invece un effetto indiretto attraverso l'Autenticità ( $\beta = -.10; p = .013$ ); l'effetto diretto risulta non significativo e l'effetto totale della variabile risulta pari a  $\beta = -.17, p < .046$ . La mediazione da parte dell'Autenticità risulta in questo caso totale; al crescere del calore percepito aumenta l'autenticità e diminuiscono i sintomi.

Il genere, al netto delle altre variabili, risulta avere un effetto diretto significativo sui Sintomi Internalizzanti ( $\beta = .18; p < .001$ ), al quale si aggiunge un effetto indiretto attraverso l'autenticità tendente alla significatività ( $\beta = .05; p = .059$ ) per un effetto totale significativo:  $\beta = .13; p = .01$ .

Infine, al netto delle altre variabili considerate l'occupazione mantiene un effetto significativo, tale per cui con la condizione di studente/lavoratore vi è un incremento nella sintomatologia rispetto agli studenti full-time ( $\beta = .11; p < .019$ ).

### ***Sintomi esternalizzanti***

L'ultimo modello testato è riportato in Fig. 6.3. Come outcome è stato considerato il punteggio complessivo relativo ai Sintomi Esternalizzanti ed è stato inoltre controllato l'effetto di occupazione su di esso. Vista l'assenza di un legame significativo di genere con i sintomi esternalizzanti, l'effetto di questa variabile nel presente modello è stato considerato solo per stimare gli effetti della percezione dei genitori sull'autenticità.

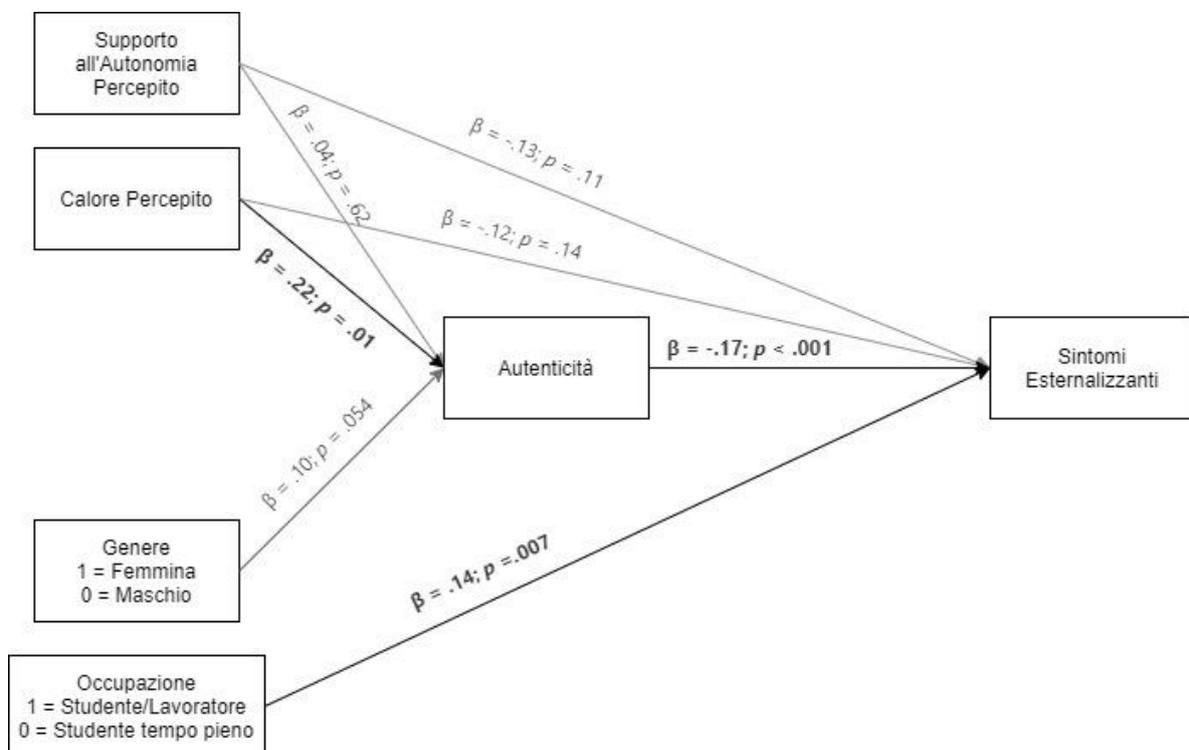


Figura 6.3 - Modello relativo ai Sintomi Esternalizzanti

Il modello nel suo insieme è significativo e spiega il 13% della varianza dei Sintomi Esternalizzanti ( $F(339, 4) = 12.84; p < .001$ ). In figura sono riportati i coefficienti standardizzati  $\beta$  e le relative significatività per i path visualizzati, relativi agli effetti diretti delle variabili, al netto delle altre variabili inserite nel modello.

Anche in questo caso, al netto degli altri elementi considerati, il Supporto all'Autonomia percepito risulta non avere un effetto né diretto né indiretto sui Sintomi Esternalizzanti. La variabile di Calore percepito da parte dei genitori mantiene invece un effetto indiretto attraverso l'Autenticità ( $\beta = -.04;$

$p = .04$ ); l'effetto diretto risulta non significativo e l'effetto totale della variabile risulta pari a  $\beta = -.16$ ,  $p < .05$ . La mediazione da parte dell'Autenticità risulta anche in questo caso totale, nonostante la grandezza relativamente piccola dell'effetto indiretto rispetto all'effetto diretto. Al crescere del calore percepito aumenta l'autenticità e diminuiscono i sintomi.

Infine, al netto delle altre variabili considerate l'occupazione mantiene un effetto significativo, tale per cui con la condizione di studente/lavoratore vi è un incremento nella sintomatologia rispetto agli studenti full-time ( $\beta = .14$ ;  $p = .007$ ).

#### 6.4 Calore Percepito e Autenticità: analisi supplementari dei ruoli di Genere

Data la rilevanza constatata del Calore Percepito da parte dei genitori e del Genere dei figli in relazione all'Autenticità di questi ultimi, si è ritenuto opportuno approfondire ulteriormente l'analisi delle relazioni tra queste variabili. Ciò anche in ragione dei dati riportati in letteratura i quali mettono in evidenza la rilevanza e al contempo la differenza dei ruoli delle variabili materne e paterne da un lato e delle loro interazioni con il genere dei figli dall'altro (Cfr. par. 5.3).

Sono state condotte dunque alcune analisi supplementari con i seguenti obiettivi:

- 1) Indagare se il Calore Percepito da parte della madre e da parte del padre abbiano peso equivalente nel predire i livelli di Autenticità dei figli;
- 2) Indagare se tale relazione sia moderata dal Genere dei figli.

Al fine di rispondere a questi obiettivi è stata effettuata in un primo passaggio un'analisi di regressione multipla considerando separatamente i punteggi di Calore Percepito forniti dai partecipanti relativamente ai due genitori come variabili indipendenti e l'Autenticità Globale dei figli come variabile dipendente. In un secondo passaggio è stato inserito come moderatore il genere del figlio.

R <sup>2</sup> = .069								
	Stima dell'Effetto	ES	Intervallo di Confidenza 95%		$\beta$	gdl	t	p
			Inferiore	Superiore				
<b>Intercetta</b>	61.03	0.56	59.92	62.13	0.00	327	108.53	< .001
<b>Calore percepito (Madre)</b>	1.44	0.69	0.08	2.80	0.15	327	2.08	0.04
<b>Calore percepito (Padre)</b>	1.25	0.62	0.04	2.46	0.14	327	2.03	0.04

*Tabella 6.4 - Risultati del modello di regressione multipla: variabili indipendenti Calore Percepito da parte della Madre e del Padre; variabile dipendente: Autenticità Globale dei figli.*

In *Tabella 6.4* sono riportati i risultati della regressione multipla effettuata considerando come variabili indipendenti i punteggi di Calore Percepito da parte della madre e da parte del padre e come variabile dipendente l'Autenticità Globale dei figli. Il modello spiega il 7% della varianza di

quest'ultima variabile; entrambi i punteggi di Calore Percepito risultano avere un ruolo significativo ( $p < .05$ ) e di simile entità ( $\beta_{\text{Madre}} = .15$ ;  $\beta_{\text{Padre}} = .14$ ).

R <sup>2</sup> = .093								
	Stima dell'Effetto	ES	Intervallo di Confidenza 95%		$\beta$	gdl	t	p
			Inferiore	Superiore				
<b>Intercetta</b>	60.81	0.59	59.64	61.98	0.00	324	102.31	< .001
<b>Calore percepito (Madre)</b>	1.71	0.78	0.19	3.23	0.17	324	2.21	0.03
<b>Calore percepito (Padre)</b>	1.16	0.72	-0.26	2.59	0.13	324	1.60	0.11
<b>Genere del Figlio (F-M)</b>	2.32	1.19	-0.02	4.65	0.22	324	1.95	0.05
<b>Calore percepito (Madre) * Genere del Figlio (F-M)</b>	-2.46	1.55	-5.51	0.59	-0.25	324	-1.59	0.11
<b>Calore percepito (Padre) * Genere del Figlio (F-M)</b>	0.30	1.45	-2.55	3.15	0.03	324	0.21	0.84

Tabella 6.5 - Risultati del modello di regressione multipla: effetti principali di Calore Percepito da parte della Madre, del Padre, Genere del figlio e interazioni con Genere del figlio. Variabile dipendente: Autenticità Globale dei figli.

In Tabella 6.5 sono riportati i risultati della regressione multipla effettuata considerando, in aggiunta alle precedenti variabili, il ruolo svolto dal Genere del figlio nel suo effetto principale e nei suoi effetti di interazione con il Calore Percepito da parte della madre e del padre. Gli effetti di interazione non risultano significativi, indicando che la relazione del Calore Percepito, sia da parte della madre, sia da parte del padre con l'Autenticità dei figli non varia in base al genere di questi ultimi. Il Genere dei figli mostra invece un effetto principale al limite della significatività ( $\beta = .22$ ;  $p = .05$ ) tale per cui le femmine, come già evidenziato, riportano punteggi maggiori di autenticità. Inoltre, al netto degli effetti di Genere, perde significatività il Calore Percepito da parte del padre ( $p = .11$ ) mentre rimane significativo e aumenta leggermente di intensità l'effetto del Calore Percepito da parte della madre ( $\beta = .17$ ;  $p = .03$ ).

## 6.5 Discussione

Lo studio presentato intendeva verificare l'esistenza di un legame tra accettazione e supporto forniti dal contesto e adattamento psicologico nella fase dell'adulthood emergente, sottoponendo inoltre a verifica empirica il ruolo mediatore dell'autenticità in questa relazione. In linea generale, i risultati sostengono le ipotesi formulate.

Da una prima analisi delle correlazioni tra le variabili oggetto di indagine e in linea con quanto ipotizzato, emerge come entrambe le dimensioni di calore e supporto all'autonomia forniti dai genitori correlino positivamente con il benessere psicologico (H1) e negativamente sia con i sintomi di tipo internalizzante, sia con i sintomi di tipo esternalizzante (H2). Inoltre, le analisi hanno

confermato il ruolo mediatore dell'autenticità dei figli nella relazione tra caratteristiche del contesto familiare ed esiti nella salute psicologica dei partecipanti (H3); tale ruolo di mediazione risulta totale nel caso della sintomatologia internalizzante ed esternalizzante. Al netto però delle altre variabili considerate nei modelli più comprensivi analizzati successivamente, il ruolo del supporto all'autonomia perde di rilevanza statistica, non risultando un predittore significativo di alcuno dei tre esiti considerati, né dei livelli di autenticità; rimane invece statisticamente rilevante il ruolo del calore percepito da parte dei genitori. Seppure nei suoi aspetti definitori il concetto di autenticità contenga forti riferimenti a una componente di autonomia (Cfr. Cap. 3), nel presente studio essa appare sostenuta non dal supporto all'autonomia bensì dal calore percepito da parte dei genitori. Alcuni autori (Niemec et al., 2006) identificano in quest'ultimo elemento una componente di supporto al bisogno di relazione, affiancata alla componente di supporto all'autonomia. In quest'ottica, l'autenticità dei partecipanti sarebbe sostenuta dalla risposta che i genitori forniscono al loro bisogno di appartenenza e relazionalità, più che dalla risposta fornita al bisogno di autonomia e agentività. Ciò è del resto coerente con quanto ipotizzato da Rogers (Rogers, 1959; Joseph, 2016) relativamente all'accettazione da parte dell'altro: se il bisogno di appartenenza è soddisfatto esso non sovrasta il bisogno di autonomia e agentività, che può quindi esprimersi liberamente. In questa prospettiva, è la creazione di un contesto relazionale in cui l'individuo si sente accettato per ciò che è e sente di poter dare voce ad ogni lato di sé a costituire l'elemento chiave che permette la conoscenza e l'accettazione di sé che si esprimono in un funzionamento autentico. Alcuni autori sottolineano inoltre come comportamenti specifici che rispondono alla definizione di supporto all'autonomia, come incoraggiare a prendere iniziative o decisioni personali, possono però essere veicolati in modalità che non comunicano accettazione (Roth, Kanat-Maymon & Assor, 2016). Per quanto fortemente correlate le due componenti sono dunque distinte e hanno differenti implicazioni per gli esiti dello sviluppo. Tali considerazioni appaiono ancora più rilevanti se si considera la fase evolutiva e il contesto culturale specifico in cui il presente studio si colloca. In primo luogo, infatti, l'adulità emergente richiede alle relazioni tra genitori e figli una particolare attenzione nel bilanciare istanze di autonomia ed istanze relazionali (Aquilino, 2006; Arnett, 2015). Seppure queste ultime possano essere considerate di minore rilevanza in questa fase di avvicinamento all'età adulta, i risultati del presente studio ne sottolineano invece l'importanza per il benessere degli adulti emergenti. In relazione al benessere psicologico si evidenzia infatti sia un effetto indiretto del calore percepito, attraverso i livelli di autenticità, sia un effetto diretto di questa componente. Appare dunque ancora più significativo l'invito che muove la prospettiva della SDT a marcare una distinzione tra autonomia e indipendenza (Soenens et al., 2007), sottolineando come il percorso verso l'età adulta non implichi necessariamente la presa di distanze dalle figure di riferimento, bensì una riconfigurazione dei

rapporti verso una maggiore reciprocità, con modalità che permettano di esercitare la propria volontà e libertà decisionale senza però penalizzare il bisogno di relazione. I risultati qui presentati vanno a sostegno della funzionalità del mantenimento di relazioni caratterizzate da calore e accettazione con i genitori anche nel corso dell'adulthood emergente. È però importante considerare il contesto di riferimento, poiché è stato evidenziato come nel contesto italiano sia particolarmente rilevante la soddisfazione del bisogno di relazione, collegata ad un minore sviluppo di sintomi psicopatologici (Inguglia et al., 2016). Ciò risulta connesso ad un modello culturale in cui rapporti stretti con i genitori sono socialmente valorizzati, in un'ottica di *relazionalità autonoma*, che incoraggia obiettivi di autonomia accanto al mantenimento di forti legami in particolare familiari (Inguglia et al., 2016; Inguglia et al., 2017; Manzi, Regalia, Pelucchi e Fincham, 2012). Sarebbe quindi auspicabile che lavori futuri prendano in considerazione contesti differenti, quale quello statunitense, più culturalmente orientato all'indipendenza; si potrebbe ipotizzare, in continuità con precedenti lavori (Inguglia et al., 2016), che in un contesto di questo tipo le relazioni qui evidenziate acquistino forma differente.

I risultati del presente lavoro evidenziano una relazione forte tra autenticità e benessere psicologico, confermando dati già riportati in letteratura (Wood et al., 2008; Grijak, 2017); nel caso della sintomatologia invece si evidenzia una relazione forte per quanto riguarda i sintomi internalizzanti ed una relazione più debole per quanto riguarda i sintomi esternalizzanti. Questo risultato è in accordo con quanto postulato da Schwartz e colleghi (2013; Cfr. Cap. 2) secondo cui i sintomi internalizzanti che caratterizzano l'adulto emergente possono rappresentare una risposta a un senso di Sé scarsamente organizzato. Dati i legami evidenziati dello sviluppo identitario con il contesto fornito dalle relazioni con i genitori e con i sintomi internalizzanti (Inguglia et al., 2017), ma anche il legame precedentemente messo in luce con il funzionamento autentico degli adulti emergenti (Cfr. Cap. 4), appare possibile ipotizzare che esso si ponga come elemento intermedio nella relazione tra autenticità e sintomatologia e tale ipotesi potrebbe essere oggetto di studi futuri. Rispetto ai sintomi internalizzanti, appare opportuno sottolineare come il presente campione si caratterizzi per livelli moderatamente superiori alla media normativa della popolazione per quanto concerne i sintomi depressivi. Questo elemento evidenzia una fragilità peculiare degli studenti universitari rispetto allo sviluppo di questo tipo di problematiche e se da un lato questo può costituire un elemento che impedisce di generalizzare i presenti risultati, dall'altro si offrono spunti relativamente all'intervento. I sintomi depressivi risultano infatti quelli maggiormente correlati con la dimensione di calore percepito da parte dei genitori. Appare quindi rilevante la possibilità di intervenire su questa dimensione sia preventivamente, ad esempio in interventi diretti ai genitori e alle famiglie nelle fasi evolutive precedenti, sia nel lavoro terapeutico con gli adulti emergenti, attivando, dove possibile,

questa dimensione del supporto sociale o favorendone una riparazione. Inoltre, appare rilevante tenere conto della situazione occupazionale dell'adulto emergente, poiché nel gruppo degli studenti-lavoratori emergono maggiori sintomi sia internalizzanti sia esternalizzanti. È possibile che questa popolazione sia sottoposta a maggiore stress rispetto agli studenti a tempo pieno, che si manifesta nello sviluppo di maggiori sintomi. Se parte di questo stress è però collegato ad una dimensione identitaria, come suggerisce una maggior presenza di un disordine dell'identità all'interno di questa popolazione (Cfr. Cap. 4), allora è possibile che intervenire sulla consapevolezza di sé e sulla congruenza dell'individuo possa aiutare nel contrastare lo sviluppo di difficoltà psicologiche.

In relazione alle variabili anagrafiche appare rilevante soffermarsi anche sul ruolo dell'età, positivamente associata al benessere psicologico. Tale ruolo concorda con i precedenti risultati evidenziati in letteratura (Schulenberg & Zarrett, 2006; Arnett, 2007; Gottlieb et al., 2007; cfr Cap.1) ed emerge più chiaramente una volta parzializzati gli effetti delle altre variabili. I risultati evidenziano un ruolo dell'età e dei cambiamenti evolutivi a essa associati nel promuovere un incremento nei livelli di benessere; tale componente non è però l'unica né la più rilevante, mettendo in luce come accanto ai processi evolutivi sia opportuno considerare elementi individuali e contestuali, quali l'autenticità e l'accettazione da parte dei genitori, per favorire un maggior benessere psicologico dell'individuo. Infine, gli approfondimenti effettuati relativamente al calore percepito da parte di madri e padri e alle interazioni di quest'ultimo con il genere, mostrano che l'intensità dell'effetto sull'autenticità dei figli è simile per il calore percepito da parte della madre e da parte del padre. Parzializzando però gli effetti di genere del figlio e delle sue interazioni, rimane significativo solo il ruolo del calore percepito da parte della madre. I risultati paiono quindi in accordo con quanto evidenziato dalla letteratura precedente rispetto ad altri esiti relativi al benessere e malessere psicologico dei figli (Vasquez et al., 2016) secondo cui, sebbene le caratteristiche della relazione con la madre mostrino le relazioni più forti e stabili, gli effetti più consistenti si evidenziano considerando contemporaneamente le variabili materne e paterne. Emerge inoltre dall'assenza di interazioni significative con il genere dei figli, come la direzione e la forza delle relazioni evidenziate con l'autenticità sia la medesima per i figli maschi e le figlie femmine.

### **6.5.1 Limiti e direzioni future**

Il lavoro presentato è uno dei primi studi a verificare il ruolo mediatore dell'autenticità tra le caratteristiche della relazione con i genitori e la salute mentale dei figli adulti emergenti. Esso ha il merito di aver preso in considerazione un campione consistente, nonché differenti dimensioni della percezione dei genitori, contribuendo a disambiguarne il contenuto. I risultati hanno permesso di portare elementi empirici a sostegno del ruolo dell'autenticità e hanno offerto diversi spunti di riflessione teorica. Certamente il presente studio non è esente da limiti, in particolare la difficoltà nel

generalizzare i risultati alla popolazione generale degli adulti emergenti, date le caratteristiche specifiche del campione. Si tratta infatti di un gruppo di studenti universitari del medesimo ateneo, in cui la percentuale di partecipanti di sesso femminile è maggiore rispetto a quella dei partecipanti di sesso maschile e che mostra una vulnerabilità particolare in termini di sintomi depressivi. Sarebbe dunque opportuno che lavori futuri considerassero anche adulti emergenti con diverse caratteristiche, ad esempio lavoratori o giovani non impegnati né nello studio né nel lavoro (NEET) al fine di comprendere se i risultati qui messi in luce siano applicabili anche a queste categorie o se emergano invece delle peculiarità. Come già sottolineato nel paragrafo precedente, i risultati mettono in luce l'opportunità di approfondire il ruolo dello sviluppo identitario, nonché le differenze culturali che possono emergere nel ruolo della relazione con i genitori. Un'ulteriore direzione di approfondimento che pare proficua, specialmente per le possibilità insite in essa di meglio comprendere i processi alla base della formazione identitaria, risiede nella lettura congiunta del ruolo del contesto attraverso la lente qui proposta e una prospettiva interazionista (Mead, 1934; Athens, 2007). Se infatti le teorie rogersiane e la SDT mettono in luce come un contesto sociale controllante, o viceversa accettante e supportivo, possa essere dannoso o benefico per la costruzione dell'identità, la prospettiva interazionista pone l'accento sulle modalità di azione di tale contesto, attraverso un dialogo interiore con gli altri significativi interiorizzati. Trovare una strada per combinare, per quanto possibile date le differenti premesse, le due modalità di lettura della costruzione identitaria potrebbe fornire importanti indicazioni su come differenti contesti favoriscano o meno uno sviluppo identitario funzionale, come questi vengano integrati dall'individuo e dunque come intervenire a sostegno di quegli elementi più favorevoli per il pieno sviluppo e il benessere dell'individuo.

### **7. Studio 3 - Autenticità e calore nella diade genitore-figlio**

L'ultimo studio esposto nel presente lavoro volge la sua attenzione alla diade genitore-figlio adulto emergente, al fine di approfondire i legami intergenerazionali tra autenticità di genitore e figlio e il ruolo svolto dall'accettazione da parte dei genitori.

Dalle formulazioni teoriche rogersiane e della SDT e dai risultati di alcune ricerche, emerge infatti la possibilità che si creino cicli intergenerazionali funzionali o disfunzionali dei quali è rilevante approfondire la conoscenza al fine di intervenire adeguatamente a supporto delle dinamiche funzionali e per l'interruzione dei cicli disfunzionali.

Secondo le teorie esposte (Cfr. par. 5.1) l'esperienza di accettazione nella relazione con i genitori e gli altri agenti di socializzazione permette lo sviluppo autentico dell'individuo e limita lo sviluppo di condizioni di valore o regolazione introiettata del comportamento. Libero da condizioni di valore e introiezione, l'individuo risulta più aperto nei confronti della propria esperienza e dell'esperienza altrui, sviluppa auto-accettazione positiva e di conseguenza è in grado di porsi con maggiore accettazione anche nei confronti dell'altro. Ne consegue che nelle relazioni in cui ricopre un ruolo di riferimento, quali a sua volta quelle con i suoi figli, sarà in grado di promuovere per l'altro uno sviluppo autentico (Rogers, 1951; Joseph, 2016). Muovendo da queste considerazioni è quindi possibile ipotizzare che genitori più autentici stabiliscano relazioni con i propri figli caratterizzate da maggiore accettazione e che in virtù di ciò abbiano figli che riportano maggiori livelli di autenticità. Queste affermazioni sono in parte supportate da lavori empirici che evidenziano relazioni dell'autenticità di genitori e insegnanti con il supporto all'autonomia che forniscono e con le manifestazioni di accettazione incondizionata (Roth, Kanat-Maymon & Assor, 2016). Oltre ai meccanismi sopra riportati, è possibile ipotizzare altre dinamiche che veicolino questo legame. Genitori autonomi e autentici potrebbero infatti supportare esplicitamente e attivamente manifestazioni dei figli che vanno nella direzione di una maggiore autenticità, ma anche modellare il valore dell'essere autentici nel proprio comportamento e nelle risultanti positive che i figli osservano. In letteratura è stato infatti evidenziato come questo accada per valori e comportamenti in domini diversi come quello accademico e religioso (Assor, 2012; Brambilla, Assor, Manzi & Regalia 2014; Roth et al., 2009; Yu, Assor & Liu, 2015).

Se dunque il legame tra autenticità dei genitori e accettazione nei confronti dei figli è stato evidenziato dalla ricerca empirica, non è ancora però stato considerato il possibile legame tra autenticità degli adulti di riferimento e autenticità dei giovani.

Il presente studio intende dunque prendere in considerazione diadi di genitori e figli adulti emergenti, approfondendo i legami specifici tra autenticità e accettazione all'interno della coppia. Come elemento rilevante ai fini dell'accettazione nel contesto familiare è stata considerata la componente

di Calore precedentemente individuata come significativa nella relazione con l'autenticità e il funzionamento psicologico degli studenti (Cap. 6). Alla luce del differente ruolo materno e paterno precedentemente evidenziato e dell'importanza del genere del figlio, saranno approfondite eventuali differenze nelle diadi madri-figli e padri-figli, considerando possibili effetti di genere del figlio. Infine, verrà considerato il possibile ruolo della convivenza con il genitore, al fine di mettere in luce elementi utili a discriminare i processi tramite cui l'autenticità dei genitori può influenzare l'autenticità dei figli.

## 7.1 Obiettivi e Ipotesi

Gli obiettivi del presente studio sono i seguenti:

- 1) Rilevare i livelli di autenticità nella popolazione dei genitori di giovani studenti universitari, vagliarne le relazioni con le loro caratteristiche socio-anagrafiche e la potenziale predittività rispetto all'autenticità dei figli: si ipotizza che genitori più autentici abbiano figli a loro volta più autentici (H1). Rispetto alle variabili socio-anagrafiche, in continuità con quanto rilevato per gli adulti emergenti (Cap. 6) si ipotizza che le donne riportino livelli di autenticità maggiori (H2).
- 2) Comprendere se le caratteristiche socio-anagrafiche del genitore e i suoi livelli di autenticità siano in relazione con il calore percepito dai figli: si ipotizza che genitori più autentici siano percepiti come più calorosi da parte dei propri figli (H3).
- 3) Esplorare se le relazioni tra Autenticità dei figli e Autenticità dei genitori varino nelle diadi padri-figli rispetto alle diadi madri-figli e in relazione al genere del figlio e alla convivenza tra i membri della diade. Non si avanzano ipotesi specifiche in merito, trattandosi del primo studio che considera gli effetti di interazione di tali variabili in questa relazione. Si ritengono inoltre plausibili differenti possibilità. Relativamente all'interazione tra genere del genitore e genere del figlio, infatti, questa potrebbe risultare significativa nella direzione di una maggiore aderenza tra madri e figlie da un lato e padri e figli dall'altro, in relazione ai rispettivi ruoli di genere. È altresì possibile che nel modellare l'autenticità per i figli e il suo valore abbia poca importanza il ruolo di genere ed educativo, e risulti invece più rilevante la vicinanza con l'uno o l'altro genitore. In tal caso gli effetti di interazione non risulterebbero significativi.

Relativamente alla convivenza, è plausibile che poter osservare i propri genitori nel quotidiano accentui la relazione tra autenticità di figli e genitori, risultando quindi in un'interazione significativa; d'altra parte, è possibile anche che, in ragione dell'accentuata vicinanza che gli adulti emergenti tendono a sperimentare con il genitore non più convivente (Arnett, 2015) tali effetti di interazione non vengano rilevati o abbiano segno opposto.

## 7.2 Metodo

### 7.2.1 Partecipanti

Hanno partecipato allo studio 141 diadi genitore-figlio suddivise come riportato in *Tab. 7.1*.

	<b>Padre</b>	<b>Madre</b>	<b>TOTALE</b>
<b>Figlio</b>	10 (7%)	17 (12%)	27 (19%)
<b>Figlia</b>	54 (39%)	59 (42%)	113 (81%)
<b>TOTALE</b>	64 (46%)	76 (54%)	141

*Tabella 7.1 – Suddivisione delle diadi Madre/Padre – Figlio/Figlia*

Il campione dei figli è costituito nella sua totalità da studenti universitari di età compresa tra i 18 e i 26 anni ( $M = 21.45$ ,  $d.s. = 2.05$ ). Di questi 108 (77%) possiedono un diploma di scuola superiore mentre 32 (23%) hanno già una laurea triennale o magistrale; la maggior parte (107, 76%) sono studenti a tempo pieno, mentre 33 (24%) studiano e lavorano part-time. La maggior parte (104, 74%) abita con il genitore che ha partecipato allo studio, i rimanenti 36 (26%) no.

Il campione di genitori è costituito da partecipanti di età compresa tra i 42 e i 74 anni ( $M = 54.79$ ,  $d.s. = 5.24$ ); il livello di istruzione è in maggioranza intermedio (diploma professionale o superiore;  $N = 81$ ; 57.8%), 19 genitori (12.6%) hanno un livello di istruzione basso (scuola elementare o media) mentre 50 (28.7%) hanno un livello di istruzione alto (titolo universitario triennale, magistrale o superiore). La maggior parte dei genitori è sposata o convivente (115, 82%) mentre i rimanenti 25 (18%) non lo sono (1 celibe/nubile; 17 separati/divorziati; 5 divorziati conviventi con nuovo partner; 2 vedovi).

### 7.2.2 Procedura

I partecipanti sono stati reclutati presso l'Università degli Studi di Milano – Bicocca, durante i corsi o nelle aule studio e la partecipazione è stata su base volontaria. Il progetto, approvato dalla Commissione per la Valutazione della Ricerca del Dipartimento di Psicologia, è stato presentato da un ricercatore che ha illustrato gli obiettivi dello studio e la richiesta di coinvolgimento di un genitore nello studio. Il ricercatore ha raccolto gli indirizzi e-mail di coloro che erano interessati a partecipare, spiegando che sarebbe stato inviato a questo indirizzo innanzitutto un questionario online rivolto allo studente e successivamente un questionario online rivolto al genitore. Agli studenti veniva quindi chiesto di fare da tramite nel coinvolgere il genitore nello studio. In entrambi i questionari, prima di poter proseguire nella compilazione ai partecipanti veniva chiesto di leggere un modulo informativo e fornire il proprio consenso informato alla partecipazione. Entrambi i questionari richiedevano circa

10 minuti per la compilazione e come prima cosa veniva richiesto di compilare un codice alfanumerico che permettesse l'appaiamento delle risposte di genitori e figli garantendone allo stesso tempo l'anonimato. Entrambi i questionari erano composti da una prima sezione in cui veniva chiesto di fornire alcune informazioni anagrafiche (genere, età, livello di istruzione, occupazione e situazione abitativa per gli studenti; genere, età, livello di istruzione, occupazione, stato civile per i genitori) e da una successiva sezione volta a rilevare i livelli di autenticità. Il questionario per gli studenti comprendeva inoltre una misura di calore percepito da parte dei genitori.

### **7.2.3 Misure**

#### ***Autenticità***

Per misurare l'autenticità percepita dai partecipanti, è stata utilizzata, sia per i figli sia per i genitori, la versione italiana dell'Authenticity Scale (Wood et al., 2008; Di Fabio, 2014) già introdotta nei precedenti studi (Cap. 4 e 6). Per quanto riguarda i figli, i valori dell'Alpha di Cronbach mostrano una buona affidabilità sia per le tre dimensioni (Auto-alienazione:  $\alpha = .80$ ; Accettazione delle Influenze Esterne:  $\alpha = .85$ ; Vivere Autentico:  $\alpha = .69$ ), sia per il punteggio globale ( $\alpha = .81$ ). Per quanto riguarda i genitori invece l'affidabilità risulta più bassa per la dimensione di Auto-alienazione ( $\alpha = .60$ ) e per il punteggio globale ( $\alpha = .66$ ), mentre risulta buona per le dimensioni di Accettazione delle Influenze Esterne ( $\alpha = .76$ ) e Vivere Autentico ( $\alpha = .73$ ).

#### ***Percezione dei genitori***

Per misurare la percezione di accettazione da parte dei genitori, è stata somministrata ai figli la sottoscala Calore della Perception of Parents Scale (POPS) nella versione per studenti universitari (Grolnick, Deci, & Ryan, 1997) già utilizzata anche nel precedente studio (Cap. 6). Ai fini del presente studio è stato chiesto ai partecipanti di rispondere relativamente ad entrambi i genitori ma sono state mantenute solamente le risposte relative al genitore che ha poi preso parte allo studio. L'affidabilità interna dello strumento misurata tramite Alpha di Cronbach è risultata buona ( $\alpha = .85$ ).

### **7.2.4 Analisi**

Sono state condotte innanzitutto analisi di tipo descrittivo sulle variabili oggetto di indagine.

Per rispondere ai primi due obiettivi di ricerca sono state svolte delle analisi delle correlazioni e sono stati analizzati gli effetti delle variabili socio-anagrafiche attraverso analisi della varianza a una via e correlazioni.

Per rispondere al terzo obiettivo sono state effettuate delle analisi di moderazione considerando come variabile dipendente l'Autenticità Globale dei figli e come indipendente l'Autenticità Globale dei genitori, mentre come moderatore è stato considerato alternativamente il genere dei figli o la convivenza con il genitore. In considerazione della ridotta numerosità del campione e al fine di poter

tenere in adeguato conto eventuali differenze nelle relazioni interne alle diadi padre-figli e madri-figli preservando la semplicità dei modelli testati, le analisi sono state effettuate separatamente per le diadi madri-figli e padri-figli e successivamente confrontate.

Le analisi sono state effettuate mediante il software statistico SPSS v.26., eccetto le analisi di moderazione, che sono state svolte attraverso il pacchetto GAMLj per il software Jamovi v.1.2.

## 7.3 Risultati

### 7.3.1 Obiettivo 1: Autenticità dei genitori e sue relazioni

In *Tabella 7.2* sono riportate le statistiche descrittive del campione di genitori relativamente all'Autenticità e alle sue componenti.

	<i>M</i>	<i>d.s.</i>	min	max	Range teorico
<b>Auto-alienazione</b>	9.02	4.38	4.00	23.00	4 - 28
<b>Accettazione delle Influenze Esterne</b>	10.06	4.72	4.00	27.00	
<b>Vivere Autentico</b>	23.69	3.97	12.00	28.00	
<b>Autenticità Globale</b>	68.61	8.28	43.00	83.00	12 - 84

*Tabella 7.2 – Autenticità: descrittive del campione di genitori*

Sono state innanzitutto analizzate le relazioni tra Autenticità dei genitori e loro caratteristiche socio-anagrafiche. Non sono emerse relazioni con età, genere, stato civile; l'ipotesi secondo cui le donne riporterebbero livelli di autenticità più elevati (H2) non è stata pertanto confermata. Sono invece emerse differenze significative in base al livello di istruzione nei livelli di Autenticità Globale ( $F(2,137) = 5.29; p = .006$ ) e nelle componenti di Auto-alienazione ( $F(2,137) = 3.71; p = .027$ ) e di Vivere Autentico ( $F(2,137) = 3.98; p = .021$ ). Le descrittive dei gruppi definiti dal livello di istruzione sono riportate in *Tabella 7.3*. Nel punteggio di Autenticità Globale, i genitori con livello di istruzione basso riportano punteggi inferiori dei genitori con livello di istruzione medio e alto. La differenza con i due gruppi appare imputabile a due componenti differenti: sulla componente di Auto-alienazione, infatti, il gruppo con bassa istruzione riporta punteggi maggiori del gruppo con alta istruzione mentre sulla dimensione di Vivere Autentico il gruppo con bassa istruzione riporta punteggi inferiore del gruppo con un livello di istruzione medio.

	Livello di Istruzione Basso		Livello di Istruzione Medio		Livello di Istruzione Alto	
	<i>M</i>	<i>d.s.</i>	<i>M</i>	<i>d.s.</i>	<i>M</i>	<i>d.s.</i>
<b>Auto-alienazione</b>	11.26 <sup>a</sup>	5.68	9.00	4.18	8.00 <sup>b</sup>	3.76
<b>Vivere Autentico</b>	21.47 <sup>a</sup>	4.79	24.26 <sup>b</sup>	3.98	23.58	3.15
<b>Autenticità Globale</b>	63.05 <sup>a</sup>	8.79	69.35 <sup>b</sup>	7.24	69.75 <sup>b</sup>	8.27

*Tabella 7.3 – Autenticità: statistiche descrittive per i gruppi definiti da Livello di Istruzione.*

<sup>a, b</sup>: medie contrassegnate da lettere differenti sono statisticamente diverse.

Infine, sono state analizzate le correlazioni tra l'Autenticità dei genitori e l'Autenticità dei figli (Tabella 7.4). Non sono emerse relazioni significative tra le due variabili, eccetto una relazione significativa e positiva tra la dimensione di Auto-alienazione dei genitori e la medesima dimensione nei figli. Inoltre, l'Autenticità Globale dei genitori presenta una tendenza a una relazione negativa con l'Auto-alienazione dei figli e a una relazione positiva con l'Autenticità Globale dei figli. Le tendenze rilevate risultano in linea con le direzioni ipotizzate (H1).

		Autenticità Genitori			
		Auto-alienazione	Accettazione delle Influenze Esterne	Vivere Autentico	Autenticità Globale
Autenticità Figli	Auto-alienazione	.196*	0.050	-0.016	-0.140 <sup>+</sup>
	Accettazione delle Influenze Esterne	0.024	-0.003	-0.072	-0.046
	Vivere Autentico	-0.049	-0.125	0.078	0.135
	Autenticità Globale	-0.130	-0.067	0.072	0.141 <sup>+</sup>

Tabella 7.4 – Autenticità di Genitori e Figli: correlazioni. \*  $p < .05$ ; <sup>+</sup>  $p < .10$

### 7.3.2 Obiettivo 2: Calore percepito dai figli e caratteristiche del genitore

Il livello di calore percepito dai figli da parte dei genitori che hanno preso parte allo studio è mediamente elevato  $M = 5.88$ ;  $d.s. = 1.14$ , con un range compreso tra un minimo e di 1.50 e un massimo di 7.

Sono state innanzitutto esplorate le relazioni di questa percezione con le variabili anagrafiche del genitore; non sono emerse relazioni con l'età, il livello di istruzione e lo stato civile del genitore.

È stata invece trovata una relazione significativa con il genere del genitore (test robusto di Brown-Forsythe  $(1, 90.25) = 9.75$ ;  $p = .002$ ) tale per cui la percezione di calore da parte delle madri è maggiore ( $M = 6.16$ ;  $d.s. = .79$ ) rispetto alla percezione di calore da parte dei padri ( $M = 5.54$ ;  $p = 1.39$ ).

Sono state poi analizzate le correlazioni con l'Autenticità dei genitori (Tabella 7.5) e al contrario di quanto ipotizzato (H3), non sono emerse relazioni significative. La percezione di Calore da parte dei figli appare dunque indipendente dall'Autenticità del genitore.

	Autenticità Genitori			
	Auto-alienazione	Accettazione delle Influenze Esterne	Vivere Autentico	Autenticità Globale
Percezione di Calore da parte dei Figli	0.017	0.052	0.106	0.014

Tabella 7.5 – Autenticità dei Genitori e Percezione di Calore da parte dei Figli: correlazioni.

È stata invece verificata la presenza di una relazione tra Percezione di Calore da parte dei figli e i loro livelli di Autenticità (Tabella 7.6). A supporto ulteriore di quanto evidenziato nello studio 1, il Calore percepito è risultato in relazione positiva con l'Autenticità Globale dei figli ( $r = .24$ ;  $p = .005$ ), in particolare con la dimensione di Vivere Autentico ( $r = .22$ ;  $p = .009$ ) e negativamente con la dimensione di Auto-alienazione ( $r = -.19$ ;  $p = .026$ ).

	Autenticità Figli			
	Auto-alienazione	Accettazione delle Influenze Esterne	Vivere Autentico	Autenticità Globale
<b>Percezione di Calore da parte dei Figli</b>	-0.19*	-0.12	0.22**	0.24**

Tabella 7.6 – Autenticità dei Figli e Percezione di Calore da parte dei Figli: correlazioni. \*\* $p < .01$  \*  $p < .05$

### 7.3.3 Obiettivo 3: Ruolo moderatore delle caratteristiche della diade

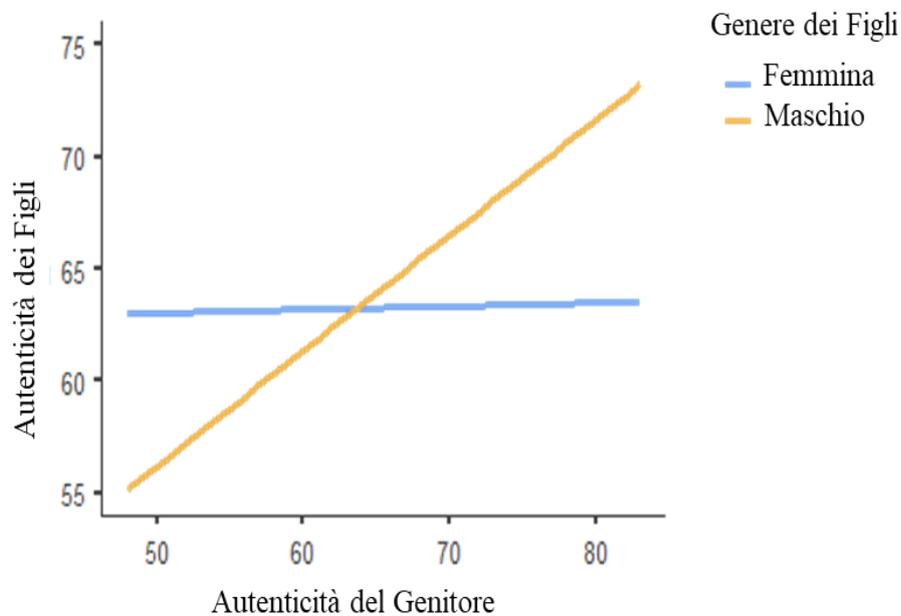
Per rispondere al terzo obiettivo sono state effettuate delle analisi di moderazione separatamente per le diadi madri-figli e padri-figli.

Per entrambe le tipologie di coppie, nel primo modello testato è stata considerata come variabile dipendente l'Autenticità Globale dei figli e come variabili indipendenti sono state inserite l'Autenticità Globale del genitore, il genere dei figli e la loro interazione. I risultati di tale analisi per i due sotto-campioni sono riportati in Tabella 7.7.

Diadi Padri-Figli; $R^2 = .076$								
	Stima dell'Effetto	ES	Intervallo di Confidenza 95%		$\beta$	gdl	t	p
			Inferiore	Superiore				
<b>Intercetta</b>	57.37	1.99	53.36	61.37	0.00	60	28.71	< .001
<b>Autenticità del Genitore</b>	0.48	0.25	-0.03	0.98	0.37	60	1.88	0.064
<b>Genere del Figlio (M-F)</b>	-7.02	3.99	-15.01	0.98	-0.66	60	-1.76	0.084
<b>Autenticità del Genitore * Genere del Figlio (M-F)</b>	0.64	0.51	-0.37	1.65	0.50	60	1.26	0.212
Diadi Madri-Figli; $R^2 = .069$								
	Stima dell'Effetto	ES	Intervallo di Confidenza 95%		$\beta$	gdl	t	p
			Inferiore	Superiore				
<b>Intercetta</b>	64.58	1.20	62.19	66.98	0.00	72	53.73	< .001
<b>Autenticità del Genitore</b>	0.27	0.14	-0.004	0.54	0.25	72	1.96	0.053
<b>Genere del Figlio (M-F)</b>	2.54	2.40	-2.25	7.34	0.29	72	1.06	0.294
<b>Autenticità del Genitore * Genere del Figlio (M-F)</b>	0.50	0.27	-0.04	1.04	0.48	72	1.85	0.068

Tabella 7.7 – Risultati del modello di regressione con predittori Autenticità del Genitore, Genere del Figlio e loro interazione per le diadi padri-figli e madri-figli

Per entrambi i sotto-campioni non si osservano effetti significativi, ma si osservano alcune tendenze che si avvicinano al livello di significatività statistica. Nelle diadi padri-figli l'autenticità dei figli tende a essere predetta positivamente dall'Autenticità del Genitore ( $\beta = .37$ ;  $p = .064$ ) e dal Genere del Figlio: i figli maschi mostrano livelli mediamente inferiori di Autenticità rispetto alle femmine ( $\beta_{M-F} = -.66$ ;  $p = .084$ ). Per quanto riguarda invece le diadi madri-figli, l'autenticità dei figli tende ad essere predetta dall'Autenticità del Genitore ( $\beta = .25$ ;  $p = .053$ ) e dalla sua interazione con il Genere del Figlio ( $\beta = .48$ ;  $p = .068$ ): come si può osservare in *Figura 7.1*, per i figli maschi la relazione tra Autenticità del figlio e Autenticità della madre è forte e positiva mentre per le figlie femmine tale relazione è assente.



*Figura 7.1 – Effetto di interazione tra Autenticità del Genitore e Genere dei Figli nelle diadi Madri-Figli*

Successivamente è stato testato l'effetto moderatore della convivenza con il genitore, considerando come variabile dipendente l'Autenticità Globale dei figli e come predittori l'Autenticità Globale del genitore, la convivenza con il genitore e la loro interazione. I risultati di tale analisi per i due sotto-campioni sono riportati in *Tabella 7.8*, ma per entrambe le tipologie di diadi non si riportano effetti significativi: al netto della convivenza con il genitore non emergono effetti dell'autenticità del genitore e viceversa; inoltre, la convivenza con il genitore non esercita effetti in interazione con i livelli di autenticità del genitore.

Diadi Padri-Figli; R <sup>2</sup> = .045								
	Stima dell'Effetto	ES	Intervallo di Confidenza 95%		β	gdl	t	p
			Inferiore	Superiore				
<b>Intercetta</b>	61.07	1.55	57.98	64.16	0.00	60	39.53	< .001
<b>Autenticità del Genitore</b>	0.24	0.18	-0.11	0.59	0.19	60	1.38	0.172
<b>Convivenza (Sì-No)</b>	-3.14	3.09	-9.32	3.04	-0.30	60	-1.02	0.313
<b>Autenticità del Genitore * Convivenza (Sì-No)</b>	-0.26	0.35	-0.96	0.44	-0.21	60	-0.75	0.455
Diadi Madri-Figli; R <sup>2</sup> = .029								
	Stima dell'Effetto	ES	Intervallo di Confidenza 95%		β	gdl	t	p
			Inferiore	Superiore				
<b>Intercetta</b>	64.23	1.25	61.73	66.73	0.00	72	51.20	< .001
<b>Autenticità del Genitore</b>	0.19	0.16	-0.12	0.51	0.18	72	1.21	0.230
<b>Convivenza (Sì-No)</b>	-1.97	2.51	-6.97	3.03	-0.23	72	-0.79	0.435
<b>Autenticità del Genitore * Convivenza (Sì-No)</b>	-0.16	0.32	-0.79	0.47	-0.15	72	-0.50	0.616

Tabella 7.8 - Risultati del modello di regressione con predittori Autenticità del Genitore, Convivenza con il Genitore e loro interazione per le diadi padri-figli e madri-figli

## 7.4 Discussione

Lo studio presentato si pone come un primo passo nell'analisi del ruolo dell'autenticità dei genitori nel promuovere l'autenticità dei figli. Si è ipotizzato che tale ruolo possa esercitarsi attraverso cicli intergenerazionali funzionali di autenticità del genitore – accettazione – autenticità del figlio, ma anche attraverso meccanismi di incoraggiamento esplicito e modellamento.

Elemento distintivo del lavoro è quello di aver preso in considerazione diadi genitore-figlio, rilevando i livelli di autenticità di entrambi i partecipanti e analizzandone le relazioni, con l'ipotesi (H1) che genitori più autentici avessero figli a loro volta più autentici. Tale ipotesi è stata solo parzialmente confermata; infatti, è emersa una relazione significativa solamente tra auto-alienazione dei genitori e auto-alienazione dei figli. Non vi sono relazioni significative tra le altre componenti dell'autenticità di genitori e figli; tali risultati si riflettono in una relazione tra autenticità globale di genitori e figli che si avvicina alla significatività statistica senza però raggiungerla. L'autenticità dei genitori, inoltre, non mostra relazioni con la percezione di calore da parte dei figli, contrariamente a quanto inizialmente ipotizzato (H2). Questi risultati si pongono in contraddizione con l'ipotesi di un ciclo intergenerazionale funzionale, tale per cui la maggiore autenticità del genitore favorirebbe la sua accettazione del figlio e di conseguenza l'autenticità di quest'ultimo. Non sussistendo infatti relazioni tra autenticità del genitore e calore percepito dai figli, si potrebbe dedurre che le minime relazioni individuate tra autenticità dei genitori e autenticità dei figli emergano per un'altra via. È stata quindi condotta un'analisi esplorativa di suddette relazioni nelle diadi madre-figlio e padre-figlio,

considerando possibili interazioni con caratteristiche della diade che possono favorire processi di modellamento e internalizzazione. Per entrambe le tipologie di diadi è emersa una tendenza ai margini della significatività nel ruolo predittivo dell'autenticità del genitore; non sembrano esserci dunque differenze legate al ruolo materno o paterno di per sé. Emerge invece la tendenza a un'interazione con il genere del figlio solo per le diadi materne: la relazione tra autenticità di madre e figli è positiva per i figli maschi mentre è assente per le figlie femmine. Tali risultati portano nella direzione di ipotizzare meccanismi di modellamento che non hanno a che fare semplicemente con i ruoli di genere ricoperti dai membri della diade. Sembrano entrare in gioco meccanismi più complessi, forse relativi alla significatività della relazione per il figlio o a dinamiche di contrapposizione. È opportuno quindi che studi che vogliano approfondire questa tematica prendano in considerazione tali meccanismi. Un elemento che il presente studio aggiunge al quadro considerato è quello della convivenza, per la quale non si rilevano effetti di interazione con l'autenticità del genitore. Gli effetti di quest'ultima non variano dunque in relazione al fatto che genitori e figli convivano o meno. Tale dato si aggiunge agli elementi a sostegno della necessità di prendere in considerazione la significatività della relazione e la qualità percepita; essa, infatti, può essere buona e influente sia che i figli abitino con i genitori, sia che abitino altrove, come evidenziato dalla letteratura sull'adulità emergente (Arnett, 2015). È possibile che in particolare nel contesto italiano, in cui la qualità di queste relazioni è particolarmente valorizzata culturalmente (Inguglia et al., 2017) essa abbia un ruolo maggiore nel discriminare somiglianze e differenze di genitori e figli, rispetto alle caratteristiche dei genitori di per sé.

È stato analizzato se le caratteristiche socio-anagrafiche dei genitori risultino in relazione con i loro livelli di autenticità e con il calore che i figli percepiscono nella relazione con loro. Contrariamente a quanto avviene per gli adulti emergenti (Cfr. Cap. 4 e 6), nei genitori non si rilevano differenze tra uomini e donne nei livelli di autenticità. Si aprono quindi degli interrogativi su questo dato, in particolare se le differenze riscontrate tra i generi possano essere specifiche della fase di sviluppo dell'adulità emergente, se nel tempo si vada incontro ad un livellamento di queste differenze e con quali modalità. Emerge invece una maggiore percezione di calore nella relazione con le madri rispetto ai padri; in questo caso sarebbe interessante approfondire se si tratti di una differenza che trova riscontro oggettivo nelle pratiche dei genitori o se possa trattarsi di una percezione soggettiva dei figli, possibilmente influenzata dalla definizione culturale dei ruoli materno e paterno. Allo stato attuale, però non vi sono strumenti adeguati a una rilevazione maggiormente oggettiva dell'accettazione fornita dai genitori. È emerso infine come i livelli di autenticità dei genitori differiscano in relazione al loro livello di istruzione. Genitori con un basso livello di istruzione riportano maggiore autoalienazione rispetto a genitori con un livello di istruzione alto e una minore propensione a vivere autenticamente rispetto a genitori con livello di istruzione medio. È ipotizzabile

che queste differenze trovino giustificazione da un lato nelle diverse possibilità di esplorazione e maturazione di consapevolezza di sé che un periodo di studio più prolungato può portare, dall'altro nelle diverse opportunità di azione all'interno dell'ambiente lavorativo e di conciliazione con la vita privata. I risultati qui ottenuti, frutto di una prima esplorazione di questa tematica, mettono in luce diversi spunti di approfondimento, anche dal punto di vista dello sviluppo di strumenti adeguati per lo studio di questi temi.

#### **7.4.1 Limiti e direzioni future**

Un forte limite del lavoro qui presentato è certamente costituito dalla numerosità del campione, che si presenta ridotto in particolare quando si considerano separatamente le diadi madre-figlio e padre-figlio. Il coinvolgimento diretto dei genitori si è rivelato particolarmente arduo, non avendo possibilità di stabilire contatti diretti con gli stessi. Era stato programmato un ampliamento del campione ma a causa dell'insorgenza della pandemia da Coronavirus e del conseguente e perdurante blocco delle attività universitarie in presenza, esso non è stato possibile. Si è tentato di procedere ugualmente attraverso il coinvolgimento online di studenti e genitori, ma tale strategia non ha portato risultati adeguati. Hanno infatti aderito alla richiesta formulata con questa modalità a distanza solamente studentesse e la loro partecipazione non è stata seguita da quella dei genitori. Da un'analisi preliminare dei dati raccolti attraverso questa modalità è emersa inoltre una pessima attendibilità degli stessi, motivo che ha condotto alla scelta di non analizzarli ulteriormente. La dimensione ridotta del campione potrebbe dare ragione delle scarse significatività ottenute nonostante la grandezza consistente degli effetti stimati. Affinché si possano trarre conclusioni più accurate sarebbe quindi opportuno estendere il presente lavoro ad un campione più ampio. In ogni caso, i risultati qui riportati costituiscono un punto di partenza per formulare ipotesi di lavoro e di approfondimento, oltre che di accertamento, in studi successivi. Un ulteriore limite del presente lavoro è dato dalla bassa affidabilità dell'Authenticity Scale nel campione di genitori. Tale scala è stata ampiamente utilizzata in campioni di adulti emergenti e adolescenti, ma risulta meno diffuso se non assente il suo utilizzo con campioni adulti. È quindi possibile che la bassa affidabilità sia dovuta sia a specificità del presente campione, sia a caratteristiche della scala. Sarebbe opportuno verificare l'attendibilità dello strumento in altri campioni di adulti e genitori. Questo dato potrebbe rendere conto dell'assenza di alcune relazioni nel presente studio. Esso mette però in luce anche l'opportunità di considerare, a fianco all'autenticità riportata dal genitore, anche l'autenticità del genitore percepita dai figli. Potrebbe infatti non avere rilievo l'accuratezza del genitore nel riportare i propri livelli di autenticità, quanto la percezione che ne hanno i figli. Non necessariamente questa rifletterà i reali livelli di autenticità del genitore, ma pur differendo da essi potrebbe costituire un elemento di maggior peso nel modellare il comportamento dei figli. Si auspica ad ogni modo che la ricerca futura possa approfondire ulteriormente il ruolo

materno e paterno, in modo da discriminare le aree di uguale e differente contributo. Una modalità interessante potrebbe essere quella di considerare non solo diadi genitore-figlio, ma triadi familiari, al fine di tenere in considerazione anche il ruolo del contesto familiare più ampio ed eventuali elementi di influenza e comunanza tra i genitori.

## Conclusioni

Il lavoro presentato ha voluto apportare un contributo allo studio degli elementi che sostengono il benessere e la risoluzione della crisi identitaria nella delicata fase dell'adulthood emergente. A tal fine è stata adottata una lettura centrata sul costrutto di autenticità, un concetto pregno di rilevanza teorica, con cui l'adulto emergente si trova a confrontarsi nel processo di definizione di Sé.

Definire la propria identità non è compito semplice, in particolare nella realtà sociale odierna, caratterizzata dalla necessità di ricoprire e integrare una molteplicità di ruoli, nonché di operare delle selezioni tra una varietà estremamente ampia di identità possibili. Il punto di arrivo della formazione dell'identità, in questo contesto, è dunque un'identità versatile e multi-sfaccettata, in grado di andare incontro a modifiche e revisioni senza però perdere coerenza tra i vari aspetti che la contraddistinguono. Questo compito rappresenta una sfida non indifferente per l'adulto emergente che si trova ad affrontarla e in questa fase un senso di Sé scarsamente coerente ed organizzato può presentare il conto, attraverso la comparsa di sintomi, in particolare internalizzanti, e il protrarsi di processi esplorativi che non trovano sbocco in impegni concreti (Schwartz et al., 2013).

A partire da queste premesse, i contributi presentati hanno avuto l'obiettivo di compiere un passo nella direzione di colmare alcune lacune nello studio empirico di queste tematiche, analizzando da un lato le relazioni tra autenticità e formazione dell'identità nell'adulto emergente, dall'altro verificando i presupposti teorici che vedono nel contesto familiare un terreno fondamentale per la costruzione e la promozione di un funzionamento autentico. A tal fine sono stati adottati approcci analitici differenti, mettendo in luce possibili vantaggi di un approccio di analisi centrato sulla persona, e una lettura del contesto familiare che ha preso in considerazione sia la percezione delle relazioni da parte dell'individuo, sia gli scambi che avvengono all'interno delle diadi relazionali.

I risultati del primo studio presentato, mettendo in luce il legame esistente tra funzionamento autentico e risoluzione delle esplorazioni identitarie, nonché inferiori livelli di distress, sostengono l'importanza di promuovere un funzionamento autentico, in particolare nella componente relativa alla consapevolezza di Sé. I risultati dei successivi studi riportati suggeriscono una strada potenziale per intervenire in questa direzione, mettendo in luce il ruolo rilevante di relazioni significative caratterizzate da calore, vicinanza e accettazione. Relazioni di questo tipo costituiscono terreno fertile per uno sviluppo autentico; allo stesso tempo il periodo dell'adulthood emergente offre maggiori opportunità dei periodi precedenti per sostenere l'evoluzione delle relazioni in questa direzione. Questo è infatti un periodo di ridefinizione dei rapporti con la famiglia, in cui le traiettorie precedenti possono essere rinegoziate o consolidate, in uno scambio sempre più reciproco e in cui l'adulto emergente occupa un ruolo dalle forti potenzialità agentiche. Tale ridefinizione può avvenire, ed è

forse opportuno che avvenga, tanto a livello concreto, quanto nelle relazioni immaginate e interiorizzate. Così come è importante che il dialogo che si instaura con l'altro evolva nella direzione dell'accettazione reciproca, così il dialogo con l'altro interiorizzato può essere ridefinito in questa direzione, in un periodo in cui la costruzione delle strutture del Sé è ancora in corso e in cui le relazioni tra gli attori del proprio mondo interiore possono essere messe in discussione. È questo un periodo in cui, proprio per la fluidità che lo caratterizza, le diverse voci che popolano i dialoghi interiori possono essere selezionate e ridimensionate, trovando più o meno spazio, in funzione di una loro integrazione. Prioritario allora, per uno sviluppo funzionale, è che trovino spazio quelle relazioni che non impongono la propria voce su quella di un *Io* che passivamente ascolta, bensì quelle capaci di dare voce e spazio, guida e supporto, a un *Io* che autenticamente contatta ed esprime la sua esperienza ed il suo punto di vista.

## Bibliografia

- Adams G.R., Berzonsky M.D., & Keating L. (2006). Psychosocial resources in first- year university students: The role of identity processes and social relationships. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(4), 671–672. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-9019-0>
- Aleni Sestito, L., & Sica, L.S. (2010). La ridefinizione del sé durante l'emerging adulthood: dimensioni processuali e stili personali. *Rassegna di Psicologia*, 27(3), 59-82.
- Aleni Sestito, L., Sica, L.S., & Ragozini, G. (2011). I primi anni dell'università: processi di definizione dell'identità tra confusione e consolidamento. *Giornale di Psicologia dello Sviluppo*, 99, 20-33.
- Aquilino, W. S. (2006). *Family Relationships and Support Systems in Emerging Adulthood*. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 193–217). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11381-008>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.55.5.469>
- Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for? *Child development perspectives*, 1(2), 68-73. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00016>.
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd Ed.). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199795574.013.9>
- Arnett, J. J., Kloep, M., Hendry, L. B., & Tanner, J. L. (2011). *Debating emerging adulthood: Stage or process?*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199757176.001.0001>
- Assor A. (2012) Allowing Choice and Nurturing an Inner Compass: Educational Practices Supporting Students' Need for Autonomy. In: Christenson S., Reschly A., Wylie C. (eds) *Handbook of Research on Student Engagement*. (pp. 421-439). Springer, Boston, MA. [https://doi.org/10.1007/978-1-4614-2018-7\\_20](https://doi.org/10.1007/978-1-4614-2018-7_20)
- Assor, A., Roth, G., & Deci, E.L. (2004). The emotional costs of perceived parents' conditional regard: A self-determination theory analysis. *Journal of Personality*, 72(1), 47-89. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00256.x>
- Athens, L. H. (1995). Dramatic self change. *Sociological Quarterly*, 36(3), 571-586. <https://doi.org/10.1111/j.1533-8525.1995.tb00454.x>
- Athens, L. (2007). Radical interactionism: going beyond Mead. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 37(2), 137-165. <https://doi-org/10.1111/j.1468-5914.2007.00329.x>

- Auerbach, K. J., & Collins, L. M. (2006). A multidimensional developmental model of alcohol use during emerging adulthood. *Journal of Studies on Alcohol*, 67(6), 917–925. <https://doi.org/10.15288/jsa.2006.67.917>
- Baggio, S., Studer, J., Iglesias, K., Daeppen, J. B., & Gmel, G. (2016). Emerging Adulthood: A time of changes in psychosocial wellbeing. *Evaluation & the Health Professions*, 40(4), 383-400. <https://doi.org/10.1177/0163278716663602>
- Barrett-Lennard, G.T. (1998). *Carl Rogers' helping system: Journey and substance*. London, UK: Sage.
- Baumeister, R. F. (2019). Stalking the True Self Through the Jungles of Authenticity: Problems, Contradictions, Inconsistencies, Disturbing Findings—and a Possible Way Forward. *Review of General Psychology*, 23(1), 143–154. <https://doi.org/10.1177/1089268019829472>
- Berman, S.L. (2020). Identity Distress. In S. Hupp and J. Jewell (Eds.) *The Encyclopedia of Child and Adolescent Development*. <https://doi.org/10.1002/9781119171492.wecad462>
- Berman S.L., Montgomery M.J., & Kurtines W.M. (2004). The Development and Validation of a Measure of Identity Distress. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 4(1), 1-8. [https://doi.org/10.1207/S1532706XID0401\\_1](https://doi.org/10.1207/S1532706XID0401_1)
- Berman, S.L., Weems, C.F., & Petkus, V.F. (2009). The prevalence and incremental validity of identity problem symptoms in a high school sample. *Child Psychiatry and Human Development*, 40(2), 183-195. <https://doi.org/10.1007/s10578-008-0117-6>
- Berman S.L., & Montgomery M.J. (2014). Problematic Identity Processes: The Role of Identity Distress. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 14(4), 241-245. <https://doi.org/10.1080/15283488.2014.944700>
- Blanco, C., Okuda, M., Wright, C., Hasin, D. S., Grant, B. F., Liu, S. M., & Olfson, M. (2008). Mental health of college students and their non-college-attending peers: Results from the national epidemiologic study on alcohol and related conditions. *Archives of general psychiatry*, 65(12), 1429–1437. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.65.12.1429>
- Blumer, H. (1966). Sociological implications of the thought of George Herbert Mead. *American Journal of Sociology*, 71(5), 535-544. <https://doi.org/10.1086/224171>
- Bond, M.J., Strauss, N.E., & Wickham, R.E. (2018). Development and validation of the Kernis-Goldman authenticity inventory-short form (KGAI-SF). *Personality and Individual Differences*, 134, 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.05.033>
- Bosma H.A. (1992). Identity in adolescence: Managing commitments. In G.R. Adams, T.P. Gullotta & R. Montemayor (Eds.), *Identity Formation and Development. Advances in Adolescent Development* (Vol. 4, pp. 91-121). Newbury Park, CA: Sage Publications.

- Bosma H.A., & Kunnen S.E. (2001). Determinants and mechanisms in ego identity development: A review and synthesis. *Developmental Review*, 21(1), 39–66. <https://doi.org/10.1006/drev.2000.0514>
- Boyras G., Waits J.B., & Felix V.A. (2014). Authenticity, Life Satisfaction, and Distress: A Longitudinal Analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 61(3), 498–505. <https://doi.org/10.1037/cou0000031>
- Brambilla, M., Assor, A., Manzi, C., & Regalia, C. (2015). Autonomous versus controlled religiosity: Family and group antecedents. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 25(3), 193-210. <https://doi.org/10.1080/10508619.2014.888902>
- Brummelman, E., Thomaes, S., Walton, G. M., Poorthuis, A. M., Overbeek, G., de Castro, B. O., & Bushman, B. J. (2014). Unconditional regard buffers children’s negative self-feelings. *Pediatrics*, 134(6), 1119-1126. <https://doi.org/10.1542/peds.2013-3698>
- Bryan J.L., Baker Z.G., & Tou R.Y.W. (2015). Prevent the blue, be true to you: Authenticity buffers the negative impact of loneliness on alcohol-related problems, physical symptoms, and depressive and anxiety symptoms. *Journal of Health Psychology*, 22(5), 605–616. <https://doi.org/10.1177/1359105315609090>
- Bryant, F. B., & Smith, B. D. (2001). Refining the architecture of aggression: A measurement model for the Buss–Perry Aggression Questionnaire. *Journal of Research in Personality*, 35(2), 138-167. <https://doi.org/10.1006/jrpe.2000.2302>
- Bugental, J.F.T. (1965). *The search for authenticity: An existential-analytic approach to psychotherapy*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of personality and social psychology*, 63(3), 452-459.
- Ceretti, A., & Natali, L. (2009). *Cosmologie violente*. Milano:Cortina.
- Chen S. & Murphy D. (2019). The mediating role of authenticity on mindfulness and wellbeing: a cross cultural analysis. *Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy*, Vol. 10(1), 40-55. <https://doi.org/10.1080/21507686.2018.1556171>
- Chirkov, V., Ryan, R. M., Kim, Y., & Kaplan, U. (2003). Differentiating autonomy from individualism and independence: A self-determination theory perspective on the internalization of cultural orientations and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), 97–110. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.1.97>
- Claes, L., Luyckx, K., Vogel, B., Verschueren, M., & Müller, A. (2018). Identity processes and clusters in individuals with and without pathological buying. *Psychiatry research*, 267, 467-472. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.06.003>

- Cordeiro, P. M. G., Paixão, M. P., Lens, W., Lacante, M., & Luyckx, K. (2018). Parenting styles, identity development, and adjustment in career transitions: The mediating role of psychological needs. *Journal of Career Development*, 45(1), 83-97. <https://doi.org/10.1177/0894845316672742>
- Costa, S., Soenens, B., Gugliandolo, M. C., Cuzzocrea, F., & Larcan, R. (2015). The mediating role of experiences of need satisfaction in associations between parental psychological control and internalizing problems: A study among Italian college students. *Journal of Child and Family Studies*, 24(4), 1106-1116. <https://doi.org/10.1007/s10826-014-9919-2>
- Côté, J. E. (2000). *Arrested adulthood: The changing nature of maturity and identity*. NYU Press.
- Cote, J. E. (2006). Emerging Adulthood as an Institutionalized Moratorium: Risks and Benefits to Identity Formation. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (p.85–116). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11381-004>
- Côté, J. E. (2014). The dangerous myth of emerging adulthood: An evidence-based critique of a flawed developmental theory. *Applied Developmental Science*, 18(4), 177-188. <https://doi.org/10.1080/10888691.2014.954451>
- Côté, J. E., & Bynner, J. (2008). Changes in the transition to adulthood in the UK and Canada: The role of structure and agency in emerging adulthood. *Journal of Youth Studies*, 11(3), 251 – 268. <https://doi.org/10.1080/13676260801946464>
- Côté, J.E., & Schwartz, S.J. (2002). Comparing psychological and sociological approaches to identity: Identity status, identity capital, and the individualization process. *Journal of adolescence*, 25(6), 571-586. <https://doi.org/10.1006/jado.2002.0511>
- Crocetti E. & Meeus W. (2015). The Identity Statuses: Strengths of a Person- Centered Approach. In McLean K.C., and Syed M. (Eds.), *Oxford Library of psychology. The Oxford Handbook of Identity Development* (pp. 97-114). New York, NY, US: Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199936564.013.016>
- Crocetti E., Luyckx K., Scignaro M., & Sica L.S. (2011). Identity formation in Italian emerging adults: A cluster-analytic approach and associations with psychosocial functioning. *European Journal of Developmental Psychology*, 8(5), 558-572. <https://doi.org/10.1080/17405629.2011.576858>
- Crocetti, E., Rabaglietti, E., & Sica, L. S. (2012). Personal identity in Italy. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2012(138), 87-102. <https://doi.org/10.1002/cad.20023>
- Crocetti, E., Rubini, M., & Meeus, W. (2008). Capturing the dynamics of identity formation in various ethnic groups: Development and validation of a three-dimensional model. *Journal of adolescence*, 31(2), 207-222. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2007.09.002>

- Crocetti E., Scrignarò M., Sica L.S., & Magrin M.E. (2012). Correlates of Identity Configurations: Three Studies with Adolescent and Emerging Adult Cohorts. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(6), 732–748. <https://doi.org/doi:10.1007/s10964-011-9702-2>
- Cyr, B.A., Berman, S.L., & Smith, M.L. (2015). The role of communication technology in adolescent relationships and identity development. *Child & Youth Care Forum*, 44(1), 79–92. <https://doi.org/10.1007/s10566-014-9271-0>
- D'Ailly, H. (2003). Children's autonomy and perceived control in learning: A model of motivation and achievement in Taiwan. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 84–96. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.95.1.84>
- Deci, E.L., & Ryan, R.M. (1985). *Self-determination and intrinsic motivation in human behavior*. US: Springer <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7>
- Deci, E. L., Driver, R. E., Hotchkiss, L., Robbins, R. J., & Wilson, I. M. (1993). The relation of mothers' controlling vocalizations to children' s intrinsic motivation. *Journal of experimental child psychology*, 55(2), 151-162. <https://doi.org/10.1006/jecp.1993.1008>
- Di Fabio, A. (2014). Authenticity Scale: Un primo contributo alla validazione della versione italiana. *Counseling: Giornale Italiano di Ricerca e Applicazioni*, 7(2), 231–238.
- Duineveld, J. J., Parker, P. D., Ryan, R. M., Ciarrochi, J., & Salmela-Aro, K. (2017). The link between perceived maternal and paternal autonomy support and adolescent well-being across three major educational transitions. *Developmental Psychology*, 53(10), 1978-1994. <https://doi.org/10.1037/dev0000364>
- Dumas, T. M., Lawford, H., Tieu, T., & Pratt, M. W. (2009). Positive parenting in adolescence and its relation to low point narration and identity status in emerging adulthood: A longitudinal analysis. *Developmental Psychology*, 45(6), 1531-1544. <http://doi.org/10.1037/a0017360>
- Erikson E.H. (1950). *Infanzia e società*. Roma: Armando, 1963.
- Erikson E.H. (1968). *Gioventù e crisi di identità*. Roma: Armando, 1974.
- Farkas, M. S., & Grolnick, W. S. (2010). Examining the components and concomitants of parental structure in the academic domain. *Motivation and Emotion*, 34(3), 266-279. <https://doi.org/10.1007/s11031-010-9176-7>
- Fossati, A., Maffei, C., Acquarini, E., & Di Ceglie, A. (2003). Multigroup confirmatory component and factor analyses of the Italian version of the Aggression Questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, 19(1), 54-65. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.19.1.54>
- Gfeller, B.M., & Córdoba, A.I. (2011). Identity distress, psychosocial maturity, and adaptive functioning among university students. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 11(2), 136-154. <https://doi.org/10.1080/15283488.2011.540740>

- Gregoire S., Baron L., Menard J., & Lachance L. (2014). The Authenticity Scale: Psychometric Properties of a French Translation and Exploration of Its Relationships with Personality and Well-Being. *Canadian Journal of Behavioural Science*, Vol. 46(3), 346–355. <https://doi.org/10.1037/a0030962>
- Grijak D. (2017). Authenticity as a Predictor of Mental Health. *Klinička psihologija*, 10(1-2), 23-34. <https://doi.org/10.2298/psi160504001g>
- Grolnick, W. (2003). *The psychology of parental control: How well-meant parenting backfires*. Hillsdale, NJ: Lawrence E. <https://doi.org/10.4324/9781410606303>
- Grolnick, W. S., & Ryan, R. M. (1989). Parent styles associated with children's self-regulation and competence in school. *Journal of educational psychology*, 81(2), 143-154. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.2.143>
- Grolnick, W. S., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1997). Internalization within the family: The self-determination theory perspective. In J. E. Grusec & L. Kuczynski (Eds.), *Parenting and children's internalization of values: A handbook of contemporary theory* (p. 135–161). John Wiley & Sons Inc.
- Goldman, B.M., & Kernis, M.H. (2002). The role of authenticity in healthy psychological functioning and subjective well-being. *Annals of the American Psychotherapy Association*, 5(6), 18-20.
- Gottlieb, B. H., Still, E., & Newby-Clark, I. R. (2007). Types and precipitants of growth and decline in emerging adulthood. *Journal of Adolescent Research*, 22(2), 132-155. <https://doi.org/10.1177/0743558406298201>
- Halling, S., & Carroll, A. (1999). Existential-phenomenological psychology. In D. Moss (Ed.), *Humanistic and transpersonal psychology. A historical and biographical sourcebook* (pp. 95–124). Westport, CT: Greenwood Press/Greenwood Publishing.
- Harter, S. (1999). *The construction of the Self*. New York: Guilford Press.
- Harter, S. (2002). Authenticity. In C.R. Snyder & S.J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 382–394). Oxford, England: Oxford University Press.
- Harter, S. (2012). *The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations (2nd ed)*. New York: Guilford Press.
- Heidegger, M. (1927). *Sein und Zeit [Being and time]*. Tubingen, Germany: Max Niemeyer Verlag.
- Heinz, W. R. (2002). Self-socialization and post traditional society. *Advances in life course research*, 7(1), 41-64. [https://doi.org/10.1016/s1040-2608\(02\)80029-6](https://doi.org/10.1016/s1040-2608(02)80029-6)
- Hendry, L. B. (2011). Part III: Leo B. Hendry: “As John McEnroe used to say...”. In Arnett, J. J., Kloep, M., Hendry, L. B., & Tanner, J. L., *Debating emerging adulthood: Stage or process?* New York: Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199757176.003.0008>

- Hendry, L. B., & Kloep, M. (2007). Conceptualizing emerging adulthood: Inspecting the emperor's new clothes? *Child Development Perspectives*, 1(2), 74-79. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2007.00017.x>
- Hendry, L. B., & Kloep, M. (2011). Lifestyles in emerging adulthood: Who needs stages anyway. In Arnett, J. J., Kloep, M., Hendry, L. B., & Tanner, J. L., *Debating emerging adulthood: Stage or process?* New York: Oxford University Press (p.77-104). <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199757176.003.0005>
- Hernandez, L., Montgomery, M.J., & Kurtines, W.M. (2006). Identity distress and adjustment problems in at-risk adolescents. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 6(1), 27–33. [https://doi.org/10.1207/s1532706xid0601\\_3](https://doi.org/10.1207/s1532706xid0601_3)
- Hicks, J.A., Schlegel, R.J., & Newman, G.E. (2019). Introduction to the special issue: Authenticity: novel insights into a valued, yet elusive, concept. *Review of General Psychology*, 23(1), 3-7. <https://doi.org/10.1177/1089268019829474>
- Hill, J. M., Lalji, M., van Rossum, G., van der Geest, V. R., & Blokland, A. A. (2015). Experiencing emerging adulthood in the Netherlands. *Journal of Youth Studies*, 18(8), 1035–1056. <https://doi.org/10.1080/13676261.2015.1020934>
- Hoare C.H. (2002). *Erikson on development in adulthood: New insights from the unpublished papers*. New York, NY, US: Oxford University Press.
- Horney, K. (1950). *Neurosis and human growth*. New York: Norton.
- Iberg, J. R. (2001). Unconditional positive regard: Constituent activities. In J. D. Bozarth & P. Wilkins (Eds.), *Rogers' therapeutic conditions: Evolution, theory and practice. Vol 3: Unconditional positive regard* (pp. 155-171). Ross-on-Wye: PCCS Books.
- Ingoglia, S., Inguglia, C., Liga, F., & Lo Coco, A. (2017). Associations between perceived parental psychological control and internalizing difficulties in emerging adulthood: The role of identity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(8), 1227-1240. <https://doi.org/10.1177/0265407516670760>
- Inguglia, C., Ingoglia, S., Liga, F., Lo Coco, A., & Lo Cricchio, M. G. (2015). Autonomy and relatedness in adolescence and emerging adulthood: Relationships with parental support and psychological distress. *Journal of Adult Development*, 22(1), 1-13. <https://doi.org/10.1007/s10804-014-9196-8>
- Inguglia, C., Ingoglia, S., Liga, F., Lo Coco, A., Lo Cricchio, M. G., Musso, P., Cheah, C.S.L., Gutow, M.R. & Lim, H. J. (2016). Parenting dimensions and internalizing difficulties in Italian and US emerging adults: The intervening role of autonomy and relatedness. *Journal of Child and Family Studies*, 25(2), 419-431. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0228-1>

- ISTAT (2019). Rapporto Annuale 2019. La situazione del paese. Presentato giovedì 20 giugno 2019 a Roma <https://www.istat.it/storage/rapporto-annuale/2019/Rapportoannuale2019.pdf>
- Jongman-Sereno, K.P., & Leary, M.R. (2019). The enigma of being yourself: A critical examination of the concept of authenticity. *Review of General Psychology*, 23(1), 133-142. <https://doi.org/10.1037/gpr0000157>
- Joseph, S. (2016). *Authentic: How to be yourself and why it matters*. London, UK: Piatkus.
- Joseph, S., & Linley, P.A. (2005). Positive adjustment to threatening events: An organismic valuing theory of growth through adversity. *Review of general psychology*, 9(3), 262-280. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.3.262>
- Joseph, S., & Patterson, T. G. (2016). A practical guide to positive functioning assessment in clinical psychology. In A. M. Wood & J. Johnson (Eds.). *The Wiley Handbook of Positive Clinical Psychology*. Chichester, UK: John Wiley & Sons Ltd, (pp.47-56). <https://doi.org/10.1002/9781118468197.ch4>
- Katz, I., & Assor, A. (2007). When choice motivates and when it does not. *Educational Psychology Review*, 19(4), 429-442. <https://doi.org/10.1007/s10648-006-9027-y>
- Kernis M.H., & Goldman, B.M. (2006). A multicomponent conceptualization of authenticity: theory and research. *Advances in experimental social psychology*, 38, 283-357. [https://doi.org/10.1016/s0065-2601\(06\)38006-9](https://doi.org/10.1016/s0065-2601(06)38006-9)
- Kierkegaard, S. (1972). *Timore e tremore* (1843). Milano: Rizzoli.
- Kohut, H. (1971). *Narcisismo e analisi del Sé*. Torino, IT: Bollati Boringhieri
- Kohut, H. (1978). *La ricerca del Sé*. Torino, IT: Bollati Boringhieri
- Kong, G., & Bergman, A. (2010). A motivational model of alcohol misuse in emerging adulthood. *Addictive Behaviors*, 35(10), 855–860. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2010.06.005>
- Konstam, V. (2015). *Emerging and Young Adulthood*. Springer, Cham. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-11301-2>
- Kouros, C. D., Pruitt, M. M., Ekas, N. V., Kiriaki, R., & Sunderland, M. (2017). Helicopter parenting, autonomy support, and college students' mental health and well-being: The moderating role of sex and ethnicity. *Journal of Child and Family Studies*, 26(3), 939-949. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0614-3>
- Kroger J. (2002). Identity Processes and Contents Through the Years of Late Adulthood. *Identity: An International Journal of theory and Research*, Vol. 2(1), 81-99. [https://doi.org/10.1207/s1532706xid0201\\_05](https://doi.org/10.1207/s1532706xid0201_05)
- Kroger J. (2004). Identity in Formation. In Hoover K. R. (Ed.) *The Future of Identity: Centennial Reflections on the Legacy of Erik Erikson* (p.61-76). New York: Lexington Books.

- Kuhn, M. H. (1964). The reference group reconsidered. *The Sociological Quarterly*, 5(1), 5-21. <https://doi.org/10.1111/j.1533-8525.1964.tb02252.x>
- Kuther, T. L. (2006). Emerging Adulthood in Salkind N.J (Ed.) *Encyclopedia of Human Development* (p.454-456). Sage Publications <https://doi.org/10.4135/9781412952484.n226>
- Lancini M. (2010). *Cent'anni di adolescenza. Contributi psicoanalitici*. Milano: FrancoAngeli.
- Lakey, C.E., Kernis, M.H., Heppner, W.L., & Lance, C.E. (2008). Individual differences in authenticity and mindfulness as predictors of verbal defensiveness. *Journal of Research in Personality*, 42(1), 230-238. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.05.002>
- Lanz, M., & Tagliabue, S. (2007). Do I really need someone in order to become an adult? Romantic relationships during emerging adulthood in Italy. *Journal of Adolescent Research*, 22(5), 531-549. <https://doi.org/10.1177/0743558407306713>
- Lapsley, D., & Hardy, S. A. (2017). Identity formation and moral development in emerging adulthood. In Padilla-Walker, L. M., & Nelson, L. J. (Eds.). *Flourishing in emerging adulthood: Positive development during the third decade of life* (p.14-39). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780190260637.003.0002>
- Levine, M. (2005). *Ready or not, here life comes*. Simon and Schuster.
- Liga, F., Ingoglia, S., Inguglia, C., Lo Coco, A., Lo Cricchio, M. G., Musso, P., Cheah, C., Rose, L. & Gutow, M. R. (2017). Associations among psychologically controlling parenting, autonomy, relatedness, and problem behaviors during emerging adulthood. *The Journal of Psychology*, 151(4), 393-415. <https://doi.org/10.1080/00223980.2017.1305323>
- Lietaer, G. (1984). Unconditional positive regard: A controversial basic attitude in client-centered therapy. In R. Levant & J. Shlien (Eds.) *Client-Centered Therapy and the Person-Centered Approach: New Directions in Theory, Research and Practice*. New York: Praeger. (pp. 41-58)
- Lisha, N. E., Grana, R., Sun, P., Rohrbach, L., Spruijt-Metz, D., Reifman, A., & Sussman, S. (2014). Evaluation of the psychometric properties of the revised inventory of the dimensions of emerging adulthood (IDEA-R) in a sample of continuation high school students. *Evaluation & the Health Professions*, 37(2), 156–177. <https://doi.org/10.1177/0163278712452664>
- Little, M. A., Spruijt-Metz, D., Pokhrel, P., Sun, P., Rohrbach, L.A., & Sussman, S. (2013). Predicting self-initiated marijuana use cessation among youth at continuation high schools. *Frontiers in Psychiatry* 4, 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2013.00069>
- Livi Bacci, M. (2008). *Avanti giovani, alla riscossa*. Bologna, Italy: il Mulino.
- Luyckx K., Goossens L., & Soenens B. (2006a). A Developmental Contextual Perspective on Identity Construction in Emerging Adulthood: Change Dynamics in Commitment Formation and

- Commitment Evaluation. *Developmental Psychology*, 42(2), 366-380. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.366>
- Luyckx K., Goossens L., Soenens B., & Beyers W. (2006b). Unpacking commitment and exploration: Preliminary validation of an integrative model of late adolescent identity formation. *Journal of Adolescence*, 29(3), 361–378. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2005.03.008>
- Luyckx, K., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Goossens, L., & Berzonsky, M. D. (2007). Parental psychological control and dimensions of identity formation in emerging adulthood. *Journal of Family Psychology*, 21(3), 546-550. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.21.3.546>
- Luyckx K., Schwartz S.J., Berzonsky M.D., Soenens B., Vansteenkiste M., Smits I., & Goossens L. (2008). Capturing ruminative exploration: Extending the four-dimensional model of identity formation in late adolescence. *Journal of Research in Personality*, 42(1), 58–82. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.04.004>
- Luyckx K., Vansteenkiste M., Goossens L., & Duriez B. (2009). Basic Need Satisfaction and Identity Formation: Bridging Self-Determination Theory and Process-Oriented Identity Research. *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 56, 2, 276-288. <https://doi.org/10.1037/a0015349>
- Luyckx, K., De Witte, H., & Goossens, L. (2011). Perceived instability in emerging adulthood: The protective role of identity capital. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 32(3), 137–145. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2011.02.002>
- Maltby, J., Wood, A. M., Day, L., & Pinto, D. (2012). The position of authenticity within extant models of personality. *Personality and Individual Differences*, 52(3), 269-273. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.10.014>
- Mandara, J., & Pikes, C. L. (2008). Guilt trips and love withdrawal: Does mothers' use of psychological control predict depressive symptoms among African American adolescents?. *Family Relations*, 57(5), 602-612. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2008.00526.x>
- Manzi, C., Regalia, C., Pelucchi, S., & Fincham, F. D. (2012). Documenting different domains of promotion of autonomy in families. *Journal of Adolescence*, 35(2), 289-298. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.10.011>
- Marcia, J.E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of personality and social psychology*, 3(5), 551-558. <https://doi.org/10.1037/h0023281>
- Marcia, J.E. (1976). Identity six years after: A follow-up study. *Journal of youth and adolescence*, 5(2), 145-160. <https://doi.org/10.1007/bf01537490>
- Markovitch, N., Luyckx, K., Klimstra, T., Abramson, L., & Knafo-Noam, A. (2017). Identity exploration and commitment in early adolescence: Genetic and environmental

- contributions. *Developmental Psychology*, 53(11), 2092–2102.  
<https://doi.org/10.1037/dev0000318>
- Maslow, A.H. (1971). *The farther reaches of human nature*. New York, NY: Arkana/Penguin Books.
- Matsuba, M. K., Alisat, S., & Pratt, M. W. (2017). Environmental activism in emerging adulthood. Emerging adulthood series. In Padilla-Walker, L. M., & Nelson, L. J. (Eds.). *Flourishing in emerging adulthood: Positive development during the third decade of life* (p. 175-201). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780190260637.003.0015>
- May, R. (1981). *Freedom and destiny*. New York: Basic Books.
- Mead, G.H. (1934). *Mente, Sé e Società*. Tr. It. Firenze: Giunti-Barbera 1966
- Meeus W. (1996). Studies on identity development in adolescence: An overview of research and some new data. *Journal of Youth and Adolescence*, 25(5), 569–598.  
<https://doi.org/10.1007/bf01537355>
- Meeus W., Iedema J., & Maassen G.H. (2002). Commitment and Exploration as Mechanisms of Identity Formation. *Psychological Reports*, 90(3), 771-785.  
<https://doi.org/10.2466/pr0.2002.90.3.771>
- Murphy, D., Joseph, S., Demetriou, E., & Karimi-Mofrad, P. (2017). Unconditional Positive Self-Regard, Intrinsic Aspirations, and Authenticity: Pathways to Psychological Well-Being. *Journal of Humanistic Psychology*, 60(2), 258–279. <https://doi.org/10.1177/0022167816688314>
- Niemiec, C. P., Lynch, M. F., Vansteenkiste, M., Bernstein, J., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2006). The antecedents and consequences of autonomous self-regulation for college: A self-determination theory perspective on socialization. *Journal of adolescence*, 29(5), 761-775.  
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2005.11.009>
- Padilla-Walker, L. M., & Nelson, L. J. (Eds.). (2017). *Flourishing in emerging adulthood: Positive development during the third decade of life*. Oxford University Press.  
<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780190260637.001.0001>
- Padilla-Walker, L. M., Son, D., & Nelson, L. J. (2019). Profiles of helicopter parenting, parental warmth, and psychological control during emerging adulthood. *Emerging Adulthood*.  
<https://doi.org/10.1177/2167696818823626>
- Palmeroni, N., Claes, L., Verschueren, M., Bogaerts, A., Buelens, T., & Luyckx, K. (2019). Identity Distress Throughout Adolescence and Emerging Adulthood: Age Trends and Associations With Exploration and Commitment Processes. *Emerging Adulthood*  
<https://doi.org/10.1177/2167696818821803>

- Patterson, T. G., & Joseph, S. (2007). Person-centered personality theory: Support from self-determination theory and positive psychology. *Journal of Humanistic Psychology, 47*(1), 117-139. <https://doi.org/10.1177/0022167806293008>
- Pinto D.G., Maltby J., Wood A.M., & Day L. (2012). A behavioral test of Horney's linkage between authenticity and aggression: People living authentically are less-likely to respond aggressively in unfair situations. *Personality and Individual Differences, 52*(1), 41-44. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.08.023>
- Polkinghorne, D. E. (2015). The self and humanistic psychology. In K. J. Schneider J. F. Pierson, & J. F. Bugental *The handbook of humanistic psychology: Theory, research, and practice* (pp. 87-104). SAGE Publications, Inc. <https://www.doi.org/10.4135/9781483387864.n8>
- Proctor, C., Tweed, R. G., & Morris, D. B. (2020). Unconditional positive self-regard: The role of perceived parental conditional regard. *The Humanistic Psychologist*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/hum0000168>
- Reed-Fitzke, K. (2019). The role of self-concepts in emerging adult depression: A Systematic research synthesis. *Journal of Adult Development, 27*(1), 36-48. <https://doi.org/10.1007/s10804-018-09324-7>
- Reifman, A., Arnett, J. J., & Colwell, M. J. (2007). Emerging adulthood: Theory, assessment, and application. *Journal of Youth Development, 2*(1), 37-48. <https://doi.org/10.5195/jyd.2007.359>
- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rogers, C.R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships: As developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.) *Psychology: A Study of a Science. Vol. 3: Formulations of the Person and the Social Context* (pp. 184-256). New York: McGraw Hill.
- Rogers, C.R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. London: Constable.
- Rogers, C.R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of consulting psychology, 21*(2), 95-103. <https://doi.org/10.1037/h0045357>
- Roth, G., & Assor, A. (2010). Parental conditional regard as a predictor of deficiencies in young children's capacities to respond to sad feelings. *Infant and Child Development, 19*(5), 465-477. <https://doi.org/10.1002/icd.676>
- Roth, G., Kanat-Maymon, Y., & Assor, A. (2016). The role of unconditional parental regard in autonomy-supportive parenting. *Journal of personality, 84*(6), 716-725. <https://doi.org/10.1111/jopy.12194>
- Roth, G., Assor, A., Niemiec, C. P., Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2009). The emotional and academic consequences of parental conditional regard: Comparing conditional positive regard, conditional

- negative regard, and autonomy support as parenting practices. *Developmental psychology*, 45(4), 1119-1142. <https://doi.org/10.1037/a0015272>
- Ruini, C., Ottolini, F., Rafanelli, C., Ryff, C., & Fava, G. A. (2003). La validazione italiana delle Psychological Well-being Scales (PWB). *Rivista di psichiatria* 38(3), 117–130.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary educational psychology*, 25(1), 54-67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2004). Autonomy is no illusion: Self-determination theory and the empirical study of authenticity, awareness, and will. In J. Greenberg, S.L. Koole, & T. Pyszczynski (Eds.), *Handbook of experimental existential psychology* (pp. 449–479). New York, NY: Guilford Press.
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York, NY: Guilford Press Publishing.
- Ryan, W.S., & Ryan, R.M. (2019). Toward a social psychology of authenticity: Exploring within-person variation in autonomy, congruence, and genuineness using self-determination theory. *Review of General Psychology*, 23(1), 99-112. <https://doi.org/10.1037/gpr0000162>
- Ryan, R.M., & Solky, J.A. (1996). What is supportive about social support?. In Pierce G.R., Sarason B.R. & Sarason I.G. (Eds.). *Handbook of social support and the family* (pp. 249-267). Springer, Boston, MA. [https://doi.org/10.1007/978-1-4899-1388-3\\_11](https://doi.org/10.1007/978-1-4899-1388-3_11)
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and psychosomatics*, 83(1), 10-28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Samuolis J., & Griffin K.W. (2014). Identity Distress and Negative Affect in College Students. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 14(4), 246-254. <https://doi.org/10.1080/15283488.2014.944694>
- Samuolis J., Barcellos M., LaFlam J., Belson D., & Berard J. (2015). Mental Health Issues and Their Relation to Identity Distress in College Students. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 15(1), 66-73. <https://doi.org/10.1080/15283488.2014.989443>
- Scabini, E. (2000). New aspects of family relations. In Violato, C., Oddone-Paolucci, E. & Genuis, M. (Eds.). *The changing family and child development*. London: Routledge (pp. 3-24). <https://doi.org/10.4324/9781315201702-1>

- Schneider, K.J., Pierson, J.F., & Bugental, J.F. (2015). *The handbook of humanistic psychology: Theory, research, and practice*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc. <https://doi.org/10.4135/9781483387864>
- Schulenberg, J. E., Bryant, A. L., & O'Malley, P. M. (2004). Taking hold of some kind of life: How developmental tasks relate to trajectories of well-being during the transition to adulthood. *Development and Psychopathology*, 16(4), 1119–1140. <https://doi.org/10.1017/S0954579404040167>
- Schulenberg, J. E., & Zarrett, N. R. (2006). Mental health during emerging adulthood: Continuity and discontinuity in courses, causes, and functions. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 135–172). Washington, DC: American Psychological Association <https://doi.org/10.1037/11381-006>
- Schwartz, S. J., Côté, J. E., & Arnett, J. J. (2005). Identity and agency in emerging adulthood: Two developmental routes in the individualization process. *Youth & Society*, 37(2), 201-229. <https://doi.org/10.1177/0044118x05275965>
- Schwartz, S. J.; Forthun, L. F.; Ravert, R. D.; Zamboanga, B. L.; Umaa-Taylor, A. J.; Filton, B. J.; Kim, S. Y.; Rodriguez, L.; Weisskirch, R. S.; Vernon, M. Shneyderman, Y.; Williams, M. K.; Agocha, V. B.; Hudson, M. (2010). Identity consolidation and health risk behaviors in college students. *American Journal of Health Behavior*, 34(2), 214-224. <https://doi.org/10.5993/ajhb.34.2.9>
- Schwartz S.J., Beyers W., Luyckx K., Soenens B., Zamboanga B.L., Forthun L.F., Hardy S.A., Vazsonyi A.T., Ham L.S., Kim S.Y., Whitbourne S.K., & Waterman A.S. (2011). Examining the Light and Dark Sides of Emerging Adults' Identity: A Study of Identity Status Differences in Positive and Negative Psychosocial Functioning. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(7), 839-859. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9606-6>
- Schwartz, S. J., Zamboanga, B. L., Luyckx, K., Meca, A., & Ritchie, R. A. (2013). Identity in emerging adulthood: Reviewing the field and looking forward. *Emerging Adulthood*, 1(2), 96-113. <https://doi.org/10.1177/2167696813479781>
- Schwartz S.J., Luyckx K., & Crocetti E. (2015). What Have We Learned Since Schwartz (2001)? A Reappraisal of the Field of Identity Development. In McLean K.C., and Syed M. (Eds.), *Oxford Library of psychology. The Oxford Handbook of Identity Development* (pp. 539-561). New York, NY, US: Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199936564.013.028>
- Schwartz S.J., Luyckx K. & Vignoles V.L., (2011). *Handbook of Identity Theory and Research*. Springer, New York, NY. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-7988-9>

- Seiffge-Krenke, I., Overbeek, G., & Vermulst, A. (2010). Parent–child relationship trajectories during adolescence: Longitudinal associations with romantic outcomes in emerging adulthood. *Journal of adolescence*, 33(1), 159-171. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.04.001>
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology. An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. <https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.1.5>
- Sharpe, D. (2015). Chi-square test is statistically significant: Now what?. *Practical Assessment, Research, and Evaluation*, 20(8), 1-10. <https://doi.org/10.7275/tbfa-x148>
- Sica L.S., Aleni Sestito L., & Ragozini G. (2014). Identity Coping in the First Years of University: Identity Diffusion, Adjustment, and Identity Distress. *Journal of Adult Development*, 21(3), 159-172. <https://doi.org/10.1007/s10804-014-9188-8>
- Skulborstad, H. M., & Hermann, A. D. (2016). Individual difference predictors of the experience of emerging adulthood. *Emerging Adulthood*, 4(3), 168–175. <https://doi.org/10.1177/2167696815579820>
- Smith, C., Christoffersen, K., Davidson, H., & Herzog, P. S. (2011). *Lost in transition: The dark side of emerging adulthood*. OUP USA. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199828029.001.0001>
- Smith, D. C., Bahar, O. S., Cleeland, L. R., & Davis, J. P. (2014). Self-perceived emerging adult status and substance use. *Psychology of Addictive Behaviors*, 28(3), 935–941. <https://doi.org/10.1037/a0035900>
- Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2005). Antecedents and outcomes of self-determination in 3 life domains: The role of parents' and teachers' autonomy support. *Journal of youth and adolescence*, 34(6), 589-604. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-8948-y>
- Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2010). A theoretical upgrade of the concept of parental psychological control: Proposing new insights on the basis of self-determination theory. *Developmental Review*, 30(1), 74-99. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2009.11.001>
- Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2011). When is identity congruent with the self? A self-determination theory perspective. In S.J. Schwartz, K. Luyckx, & V.L. Vignoles (Eds.), *Handbook of identity theory and research* (pp. 381-402). New York, NY: Springer. [https://doi.org/10.1007/978-1-4419-7988-9\\_17](https://doi.org/10.1007/978-1-4419-7988-9_17)
- Soenens, B., Vansteenkiste, M., Lens, W., Luyckx, K., Goossens, L., Beyers, W., & Ryan, R. M. (2007). Conceptualizing parental autonomy support: Adolescent perceptions of promotion of independence versus promotion of volitional functioning. *Developmental psychology*, 43(3), 633-646. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.43.3.633>

- Soenens, B., Vansteenkiste, M., & Sierens, E. (2009). How are parental psychological control and autonomy-support related? A cluster-analytic approach. *Journal of Marriage and Family*, 71(1), 187-202. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2008.00589.x>
- Sokol J.T. (2009). Identity Development Throughout the Lifetime: An Examination of Eriksonian Theory. *Graduate Journal of Counseling Psychology*, Vol. 1(2), 14, 1-11.
- Sussman, S., & Arnett, J. J. (2014). Emerging adulthood. *Evaluation & the Health Professions*, 37(2), 147-155. <https://doi.org/10.1177/0163278714521812>
- Syed, M. (2015). Emerging adulthood: Developmental stage, theory, or nonsense? In: J. J. Arnett (Ed.) *The Oxford handbook of emerging adulthood* (pp. 11-25). New York: Oxford University Press. <https://doi.org/10.31234/osf.io/xyzt4>
- Tanner, J. L. (2006). Recentering During Emerging Adulthood: A Critical Turning Point in Life Span Human Development. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (p. 21–55). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11381-002>
- Thomaes, S., Sedikides, C., van den Bos, N., Hutteman, R., & Reijntjes, A. (2017). Happy to be “me?” authenticity, psychological need satisfaction, and subjective well-being in adolescence. *Child development*, 88(4), 1045-1056. <https://doi.org/10.1111/cdev.12867>
- Varga, S. & Guignon, C. (2020). Authenticity. In E.N. Zalta (Ed.) *The Stanford Encyclopedia of Philosophy (Spring 2020 Edition)*, Metaphysics Research Lab, Stanford University
- Vasquez, A. C., Patall, E. A., Fong, C. J., Corrigan, A. S., & Pine, L. (2016). Parent autonomy support, academic achievement, and psychosocial functioning: A meta-analysis of research. *Educational Psychology Review*, 28(3), 605-644. <https://doi.org/10.1007/s10648-015-9329-z>
- Verschueren, M., Rassart, J., Claes, L., Moons, P., & Luyckx, K. (2017). Identity statuses throughout adolescence and emerging adulthood: A large-scale study into gender, age, and contextual differences. *Psychologica Belgica*, 57(1), 32. <https://doi.org/10.5334/pb.348>
- Vignoles V.L., Schwartz S.J., Luyckx K. (2011) Introduction: Toward an Integrative View of Identity. In: Schwartz S., Luyckx K., Vignoles V. (eds) *Handbook of Identity Theory and Research*. Springer, New York, NY. (p. 1-27) [https://doi.org/10.1007/978-1-4419-7988-9\\_1](https://doi.org/10.1007/978-1-4419-7988-9_1)
- Von Eye, A., & Bogat, G.A. (2006). Person-oriented and variable-oriented research: Concepts, results, and development. *Merrill-Palmer Quarterly – Journal of Developmental Psychology*, 52(3), 390-420. <https://doi.org/doi:10.1353/mpq.2006.0032>
- Waterman, A. S. (1984). Identity formation: Discovery or creation? *Journal of Early Adolescence*, 4(4), 329–341. <https://doi.org/10.1177/0272431684044004>

- Waterman A.S. (2011) Eudaimonic Identity Theory: Identity as Self-Discovery. In: Schwartz S., Luyckx K., Vignoles V. (Eds.) *Handbook of Identity Theory and Research*. Springer, New York, NY. (pp.357-379) [https://doi.org/10.1007/978-1-4419-7988-9\\_16](https://doi.org/10.1007/978-1-4419-7988-9_16)
- White, N. (2011). *An examination of dispositional authenticity* (Doctoral dissertation, Arizona State University).
- Wickham R.E., Williamson R.E., Beard C.L., Kobayashi C.L.B., & Hirst T.W. (2016). Authenticity attenuates the negative effects of interpersonal conflict on daily well-being. *Journal of Research in Personality*, 60, 56–62. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2015.11.006>
- Wilkins, P. (2000). Unconditional positive regard reconsidered. *British Journal of Guidance & Counselling*, 28(1), 23-36. <https://doi.org/10.1080/030698800109592>
- Williams, K. E., & Ciarrochi, J. (2020). Perceived parenting styles and values development: a longitudinal study of adolescents and emerging adults. *Journal of Research on Adolescence*, 30(2), 541-558. <https://doi.org/10.1111/jora.12542>
- Winnicott, D.W. (1965). *Maturational Processes and the Facilitating Environment: Studies in the Theory of Emotional Development*. New York: International Universities Press.
- Wood A.M., Linley P.A., Maltby J., Baliousis M., & Joseph S. (2008). The Authentic Personality: A Theoretical and Empirical Conceptualization and the Development of the Authenticity Scale. *Journal of Counseling Psychology*, 55(3), 385–399. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.55.3.385>
- Wouters, S., Colpin, H., Luyckx, K., & Verschueren, K. (2018). Explaining the relationship between parenting and internalizing symptoms: The role of self-esteem level and contingency. *Journal of Child and Family Studies*, 27(10), 3402-3412. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1167-4>
- Yalom, I.D. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Yu, S., Assor, A., & Liu, X. (2015). Perception of parents as demonstrating the inherent merit of their values: Relations with self-congruence and subjective well-being. *International Journal of Psychology*, 50(1), 70-74. <https://doi.org/10.1002/ijop.12074>
- Zimmermann, G., Lannegrand-Willems, L., Safont-Mottay, C. & Cannard, C. (2015). Testing New Identity Models and Processes in French-speaking Adolescents and Emerging Adults Students. *Journal of Youth Adolescence* 44, 127–141. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-0005-7>

## Ringraziamenti

Su temi di questa portata non si riflette senza volgere lo sguardo sulla propria pelle.

Se mi chiedo quindi chi devo ringraziare ora che questo traguardo appare all'orizzonte, compaiono ai miei occhi tutte le persone che attraversando la mia strada o camminando insieme a me mi hanno posta, nel bene e nel male, di fronte a uno specchio. Per ringraziarvi tutti dovrei però passare in rassegna la mia esistenza, ed è forse troppo per chiudere una tesi di dottorato. Mi asterrò quindi dall'enumerare le persone importanti della mia vita, gli amici, la famiglia, coloro a cui voglio bene e che amo, che mi accettano e supportano per quello che sono. D'altro canto, sapete bene chi siete e non serve che ve lo ricordi qui.

Ci sono però persone cui un ringraziamento nero su bianco, è comunque dovuto: non è astratto dire che hanno contribuito a questo lavoro.

Questa tesi innanzitutto non avrebbe visto la luce senza le persone che si sono rese disponibili e hanno investito tempo ed energie nel prendere parte alle nostre ricerche. Vi ringrazio.

Devo un grande ringraziamento ai tesisti e ai tirocinanti che ho avuto l'onere e l'onore di affiancare in questi anni, in particolare Sara M., Sara C., Ilenia, Camilla, Beatrice, Clarissa ed Eleonora, che hanno abbracciato il senso dei miei progetti con curiosità e fiducia. Spero di essere stata una buona guida e vi ringrazio per ciò che voi avete insegnato a me.

Un ringraziamento importante va alla comunità scientifica: dai ricercatori più distanti che hanno conversato con me su questi argomenti, al dipartimento, da chi ha revisionato i miei lavori ai colleghi più prossimi e miei compagni di uffici. Grazie degli stimoli, della disponibilità al confronto, del calore: è stato tutto un nutrimento importante.

Soprattutto, ci tengo a dire grazie a Maria Elena. Per aver creduto in me e avermi sostenuta, umanamente oltre che accademicamente, per avermi sempre spinta ad andare un passo avanti anche quando mi tremavano le gambe. Grazie per aver dato ossigeno alle mie idee e avermi spronata a fare tutto ciò che mi serve per continuare a pormi domande. Grazie per avermi guidata in questi anni e per avermi permesso di imbarcarmi in questo viaggio.

Giungo in porto grata per il mio percorso di vita, che mi ha messa e continua a mettermi alla prova. Grata per ogni sfida che mi porta a incrociare tante anime, quanti sguardi, quanti *Me*.

E a diventare, piano piano, più *Io*.