

Protocollo Workshop “Adolescenza, amore, sesso e identità: compiti di sviluppo e contesti di adattamento”

(Federico Ferrari, Psicologo, psicoterapeuta, Ph.D., Didatta CBTF e CMTF, Presidente SIRTS)

Il workshop, della durata complessiva di sei ore suddivise in due giornate (giovedì e venerdì), è stato condotto dal dott. Federico Ferrari, psicologo e psicoterapeuta con approccio sistemico-relazionale e dialogico. Ha un dottorato in psicologia sociale e, oltre all'attività clinica, da anni si occupa e fa ricerca sui temi inerenti alle identità sessuali, il genere e l'omogenitorialità. Lavora privatamente a Milano e a Parma e si occupa di individui, coppie e famiglie. Ferrari si è formato presso il Centro Milanese di Terapia della Famiglia di Boscolo e Cecchin, e a Helsinki, presso Dialogic Partners con Jaakko Seikkula. Dal 2007 Ferrari lavora in un centro famiglia con focus sugli adolescenti, mantenendo un approccio generalista.

Il workshop si è articolato come uno spazio di dialogo, riflessione e confronto, con l'intenzione di offrire spunti a cui il docente potesse rispondere, ampliare visioni e proporre dati aggiornati.

Giorno 1

Il workshop è iniziato con un giro di presentazioni dei partecipanti, durante il quale ognuno ha condiviso le proprie aspettative per questi due giorni. Da questo confronto è emersa subito una tematica centrale: l'identità di genere. Il dott. Ferrari ha quindi proposto due stimoli principali, dati da interpretare e utili per una riflessione di gruppo.

Il primo stimolo del workshop riguardava i **comportamenti sessuali degli adolescenti**, sulla base di diversi studi internazionali e nazionali. Come illustrato nella Tabella 1 (vedi sotto), i dati del Youth Risk Behavior Surveillance System (YRBSS) del CDC, che monitora i comportamenti adolescenziali negli Stati Uniti dal 1991, mostrano una chiara diminuzione dei rapporti sessuali tra gli adolescenti: negli anni '90 più del 50% avevano avuto rapporti sessuali, nel 2019 il 38% e nel 2021 solo il 30% (Mpofu et al., 2023). Anche i dati del National Survey of Sexual Health and Behavior (NSSHB) (Herbenick et al., 2021) evidenziano un aumento significativo di adolescenti che non hanno attività sessuali, né da soli né con un partner: dal 28,8% al 44,2% tra i maschi e dal 49,5% al 74% tra le femmine tra il 2009 e il 2018. Questa tendenza è confermata da ulteriori studi (Fry, 2023; Willingham, 2022) e considerata

un epifenomeno di cambiamenti sociali più ampi, come l’impoverimento diffuso, la crescita del gioco online e la riduzione del consumo di alcolici. La diminuzione viene anche attribuita a diversi fattori, come la diffusione del porno online, percepito come una diseducazione sessuale priva di relazionalità, e l’infantilizzazione degli adolescenti da parte di genitori “elicottero”, che porta a una adultizzazione tardiva, secondo il concetto di “slow-life factor” di Jean Twenge (2025).

In Italia, un sondaggio della FISS del 2024 ha rilevato che il 15% dei giovani sotto i 16 anni ha già avuto rapporti sessuali completi, il 40% tra i 17 e i 19 anni, e il 75% tra i 20 e i 22. Nel 2010, il 38% sotto i 15 anni aveva già avuto rapporti sessuali (Graziottin, 2010): un calo del 23% in 14 anni. Da questi dati emerge un paradosso: **si parla sempre più di sesso, ma gli adolescenti ne fanno sempre meno.**

Tabella 1

Paese	Fonte	Anno	Indicatore	Dato	Note
USA	YRBSS – CDC (Mpofu et al., 2023)	~1991	% adolescenti che hanno avuto rapporti sessuali	>50%	-
USA	YRBSS – CDC	2019	% adolescenti che hanno avuto rapporti sessuali	38%	-
USA	YRBSS – CDC	2021	% adolescenti che hanno avuto rapporti sessuali	30%	-
USA	NSSHB (Herbenick et al., 2021)	2009-2018	% senza attività sessuali (maschi)	da 28,8% a 44,2%	né da soli né con partner
USA	NSSHB (Herbenick et al., 2021)	2009-2018	% senza attività sessuali (femmine)	da 49,5% a 74%	né da soli né con partner
Italia	FISS	2024	% con rapporti sessuali completi	15% (<16 anni), 40% (17–19), 75% (20–22)	-
Italia	SIGO (Graziottin, 2010)	2010	% <15 anni con rapporti sessuali	38%	-

Il secondo stimolo riguardava **la molteplicità di identità** (vedi Tabella 2). Secondo un sondaggio Gallup (Jones 2025), nel 2024 negli USA il 9,3% degli adulti ha dichiarato un'identificazione LGBTQ+. Un aumento di +1,7% rispetto alla stima del 2023 (7,6%), +3,7% dal 2020 (5,6%) e +5,8%

rispetto al 2012 (3,5%), quando Gallup l'ha misurata per la prima volta. Mentre tra gli americani nati prima del 1946 solo l'1,8% si identificava come LGBTQ+, negli adulti della Generazione Z (nati tra il 1997 e il 2006) più di uno su cinque si identificava come non eterosessuale. Nella stessa Generazione Z, la media degli adulti che si identificavano come LGBTQ+ è passata da un 18,8% nel 2020-2022 ad un 22,7% negli ultimi due anni. Il divario di genere è pronunciato: nella Generazione Z il 31% delle donne contro il 12% degli uomini si identifica come LGBTQ+, e tra i Millennial il 18% delle donne contro il 9% degli uomini. Fattore importante da considerare è che i giovani sono più propensi a considerarsi bisessuali rispetto alle persone più anziane. Tra le persone LGBTQ+ sono bisex il 59% della Generazione Z e il 52% dei Millennial, ma solo il 44% della Generazione X, il 19% dei baby boomer e l'11% della Generazione Silenziosa. In Italia, secondo la FISS (2024), tra 2.500 giovani di 11-22 anni, il 71,3% si dichiara eterosessuale, il 12,9% bisessuale, il 5,8% pansessuale, il 5,3% asessuale e il 4,7% omosessuale. La congruenza tra sesso biologico e identità di genere è del 92,5%, mentre il 7,5% manifesta un'identità non conforme al proprio sesso biologico.

Tabella 2

Fonte	Contesto	Dati principali
Gallup (Jones, 2025)	USA - Popolazione adulta	9,3% adulti LGBTQ+ (2024); +5,8% rispetto al 2012 (3,5%)
Gallup (Jones, 2025)	USA - Generazione Z (trend 2020–2024)	Dal 18,8% LGBTQ+ (2020–2022) al 22,7% (2023–2024)
Gallup (Jones, 2025)	USA - Confronto Generazionale	Prima del 1948 → 1,8% LGBTQ+ incremento progressivo fino a >20% non eterosessuale Gen Z
Gallup (Jones, 2025)	USA - Divario di genere (Gen Z)	31% donne vs 12% uomini LGBTQ+
Gallup (Jones, 2025)	USA - Divario di genere (Millennial)	18% donne vs 9% uomini LGBTQ+
Gallup (Jones, 2025)	USA - Distribuzione interna LGBTQ+ per orientamento (altre generazioni)	59% bisex nella Gen Z; 52% bisex Millennial; 44% Gen X; 19% Baby Boomer; 11% Gen Silenziosa
FISS (2024)	Italia giovani 11-22 anni	71,3% eterosessuali; 12,9% bisessuali; 5,8% pansessuali; 5,3% asessuali; 4,7% omosessuali
FISS (2024)	Italia - Congruenza sesso	92,5% congruente; 7,5% non conforme

	biologico/identità di genere	
--	------------------------------	--

Dopo la presentazione dei dati, i partecipanti si sono divisi in piccoli gruppi per discutere il nesso tra questi dati e il nostro lavoro da terapeuti con gli adolescenti. Sono emerse riflessioni su come la sessualità avvenga più tardivamente e sul rispettivo ruolo dei social media, in cui spesso viene data più importanza all'immagine di sé che all'esperienza sessuale diretta.

Altro dato importante che emerge dalla **discussione** è che gli adolescenti oggi non facendo sesso rischiano di meno. Il dott. Ferrari a tal proposito sottolinea come, secondo alcuni sondaggi recenti, a una diminuzione dell'attività sessuale reale tra gli adolescenti corrisponda un aumento di comportamenti "kinky", ossia forme di esplorazione erotica che giocano con la perversione, più simboliche che corporee, spesso mediate dal digitale o dall'immaginario pornografico. Il terapeuta osserva che la sessualità implica sempre un rischio e un mettersi in gioco autentico, cosa che oggi sembra essersi prevalentemente ridotta. Durante la discussione, un gruppo ha osservato come le identità si associno sempre più a delle categorie, senza aver fatto una reale esperienza fisica come individuo in quella categoria, fenomeno che è anche connesso alla riduzione del sesso: "Il cellulare è la tomba dell'amore", hanno detto, sottolineando che la vicinanza costante a dispositivi digitali e genitori ipersensibili riduce la possibilità di mettersi in gioco e rischiare.

Successivamente, Ferrari ha presentato la **mappa processuale dei livelli coinvolti nella sessualità adolescente**: cambiamenti sociali e generazionali, processi intersoggettivi (inclusi cambiamento di contesto e co-costruzione dell'identità), soggettività individuale, e cioè le riflessioni che ci facciamo che portano a una scelta identitaria, e infine la struttura del sé (identità di genere e orientamento sessuale). Ha introdotto poi il concetto di **infosfera**, spazio virtuale in cui oggi si costruisce l'identità, sottolineando come la vita online (i social media) oggi contribuisca a costruire la nostra identità, come se in qualche modo internet ci definisse. Parlando di questa tematica emerge l'importanza del concetto "**on-life**", dove per gli adolescenti l'esperienza online e offline è vissuta senza una reale separazione. Racconta a tal proposito di un ragazzo che è venuto in terapia da lui raccontando che è stato abbandonato e tradito e raccontava tutto con termini così precisi che sembrava accaduto nella vita reale, invece era successo solo online. Ferrari non pensava nemmeno fosse possibile percepire un'intensità di emozioni così forti.

Ferrari ha anche accennato al concetto della **doppia descrizione del sé**: costruire un fenomeno attraverso l'utilizzo di due termini ci dà una sorta di tridimensionalità: da un lato il sé come struttura di processi interindividuali, dall'altro la co-costruzione di significati al sé emergente nelle relazioni e nei contesti sociali.

Il dott. Ferrari evidenzia l'importanza dell'**identità sessuale**, intesa come insieme delle strutture psichiche e dei vissuti relativi alla sessualità, articolata in dimensioni come sesso biologico, ruolo di

genere, espressione di genere, orientamento sessuale, identità sociale categoriale e identità di genere nucleare (un senso profondo di sé che è coerente ad una delle coreografie di genere). Ogni dimensione può esprimersi in modo indipendente e variare tra individui e culture.

Ferrari ha poi illustrato lo **sviluppo dell'identità di genere** nell'infanzia, dal riconoscimento del genere a 18 mesi, al gioco simbolico e al travestimento a 2 anni, fino alla comprensione della stabilità del genere a 5-6 anni (sesso e genere sono ancorati). Le dinamiche di gioco tra pari contribuiscono alla formazione dell'identità sociale e delle aspettative di genere, con necessità di rassicurazione e inclusività da parte dei genitori. Porta un esempio: *se io bambino gioco a calcio perché i miei amici maschi lo fanno, ma sento dentro di me che non mi piace praticare questo sport, questo mi fa sentire distonico. Ho quindi bisogno di una stabilità emotiva, di rassicurazione, dei miei genitori che a casa mi permettano di sentirmi incluso ed accettato così come sono.*

La prima giornata si conclude con una riflessione di Ferrari, che ricapitola sottolineando quanto sia importante riuscire a tenere insieme la struttura del sé e l'identità di genere, ma anche la soggettività, cioè quella parte che deve ancora scoprire le cose. Bisogna avere in mente che esiste un nucleo identitario, un sé strutturato, che va ascoltato e rispettato, ma che al tempo stesso ha ancora un'esperienza da fare. Non bisogna temere tutte queste diverse categorie di genere, perché sono finestre su possibilità.

Ferrari dice: *“mi porto a casa quindi, che se lavoro con un adolescente, devo in primis costruire un'alleanza con lui/lei, per poi avere la libertà di parlare, chiedere, approfondire anche sul piano dell'esperienza, facendo attenzione a non invalidare la categoria che lui/lei sceglie.”*

Da parte nostra, come gruppo, è emerso quanto sia importante anche per noi terapeuti riuscire ad aprirci a queste diverse possibilità di identità di genere. Gli stereotipi su come maschi e femmine “dovrebbero essere” sono ancora molto radicati nella nostra società, e per questo diventa fondamentale ampliare lo sguardo, restare aperti a tutte le variazioni e alle molteplici forme di identità. È un lavoro anche su di noi, perché siamo spesso abituati a pensare in categorie e aspettative predefinite.

Giorno 2

Il secondo giorno del workshop è iniziato con Ferrari che richiama l'importanza della vita online, della scuola e dei contesti sociali nel creare un'identità esterna negli adolescenti, collegandosi alla mappa processuale del giorno precedente e al concetto di on-life. I processi intersoggettivi, la soggettività individuale e i contesti sociali contribuiscono alla costruzione dell'identità sessuale e sociale. Ferrari ha introdotto il concetto di esplorazione attiva, che implica fare esperienza concreta della propria identità sessuale, anche attraverso il coming out e la pratica corporea. L'identità sessuale è quindi un percorso attivo, e il ruolo del terapeuta è accompagnare l'adolescente in questa fase, garantendo ascolto e sostegno senza fretta, rispettando tempi e modalità individuali.

Ferrari ha spiegato anche che alcune identità possono avere una **funzione protettiva**, permettendo all'adolescente di collocarsi nel gruppo dei pari e di mantenere un equilibrio relazionale. Il lavoro dei terapeuti consiste nel creare uno spazio sicuro in cui l'adolescente possa esplorare sé stesso senza sentirsi giudicato o forzato a scegliere subito "un'etichetta".

Esposizione di un caso clinico in età adolescenziale

Durante il workshop è stato presentato un caso clinico significativo. Il dott. Ferrari ha lavorato con i genitori del giovane in questione, biologicamente è una ragazza, ma da anni ha un'identità sociale maschile e si fa quindi chiamare con un nome da maschio. Il profilo del ragazzo è complesso: presenta aspetti borderline e di disregolazione emotiva, con un'ipersensibilità e ipersensorialità presenti fin dall'infanzia. In passato era stato suggerito di fare un percorso di valutazione per l'autismo, ma Ferrari, dopo un colloquio diretto con lui, ritiene che non vi siano tracce di autismo. La valutazione viene comunque avviata, anche se i tempi di attesa sono molto lunghi. La prima impressione della collega di Ferrari conferma l'assenza di tratti autistici. Nonostante ciò, i genitori avevano ricevuto dai precedenti terapeuti indicazioni rigide di rimanere ancorati alla realtà biologica della figlia, evitando di chiamarla con il nome maschile. La realtà, tuttavia, è che il ragazzo si identifica come non binario, non sente la necessità di cambiare il corpo quando viene chiamato con il nome maschile e sperimenta il proprio sé coerentemente con la propria identità di genere. Ferrari evidenzia come la validazione sociale sia fondamentale: se il ragazzo non viene riconosciuto nel contesto sociale, questo genera sofferenza. Durante un periodo di vacanza con i genitori, la situazione sembra stabile e positiva, ma al ritorno scoppia una crisi. I genitori interpretano erroneamente la reattività del ragazzo come segno di rigidità autistica, mentre in realtà il disagio è legato a un episodio avvenuto in discoteca, dove, all'ingresso, l'adolescente è stato identificato come donna, come indicato sul suo documento d'identità. Questo esempio mostra quanto i genitori siano spesso ancorati a schemi mentali rigidi e quanto sia difficile accettare una realtà identitaria diversa dal corpo biologico: per il genitore, anche se il figlio è sempre lo stesso, appare in qualche modo "irricognoscibile". Il lavoro con i genitori dovrebbe mirare a garantire ascolto, riconoscimento e validazione dell'identità indipendentemente dal corpo biologico.

Ferrari ha inoltre sottolineato l'importanza di accompagnare gli adolescenti nei percorsi di transizione di genere, evidenziando che non esiste una "pillolina magica" che garantisca la felicità dopo il cambio di sesso. La felicità è un lavoro complesso, che richiede sostegno a 360 gradi, e non dipende unicamente dal corpo. Alcune ricerche hanno evidenziato il fenomeno del pentimento dopo la transizione di sesso e, nei casi di ritransizione, molti transgender riferiscono: *"sì, con la transizione ora sono me stesso, ma la vita è comunque difficile"*. Questo sottolinea l'importanza di costruire una rete di supporto, una rete sociale in grado di aiutare l'adolescente a tollerare i momenti di difficoltà, garantendo una sorta di sicurezza emotiva. Secondo il dott. Ferrari, i transgender vengono spesso

percepiti come “gli ultimi mostri” nella gerarchia sociale, con un rischio elevato di suicidio. Per questo è fondamentale lavorare con la famiglia: il sostegno familiare può contenere il disagio, proteggere l'adolescente e aiutarlo a sentirsi riconosciuto. Quanto più l'adolescente si sente protetto, tanto più riesce a percepire accoglienza e riconoscimento anche nel contesto sociale più ampio.

Successivamente è stato introdotto un modello per lavorare con le famiglie. Ferrari sottolinea che la costruzione di una **mappa del sistema familiare** è fondamentale per comprendere l'identità collettiva e individuale che emerge dalla famiglia. Se un membro viene riconosciuto per ciò che è, il senso di appartenenza si rafforza; se manca il riconoscimento, l'intera rappresentazione collettiva familiare entra in crisi. Viene citato l'esempio del genitore che dopo il coming out del figlio potrebbe andare in uno stato di shock e interrogarsi profondamente su sé stesso e sulla propria identità di genitore: “*chi sono io adesso e chi eravamo insieme?*” Si tratta quindi di lavorare con il genitore anche su tematiche come il lutto, tradimento, sfiducia verso le figure di riferimento. È quindi un percorso in cui è tutta la famiglia ad esplorare attivamente, solo attraverso un'esperienza condivisa e partecipata l'intero sistema può trasformarsi in modo armonioso, senza spezzare i legami.

Successivamente Ferrari ha evidenziato che in adolescenza emerge il bisogno di essere visti e riconosciuti, si manifesta il bisogno di capire a quale gruppo appartengo e se l'adulto non offre questo rispecchiamento, l'adolescente lo cercherà nel gruppo dei pari. In questa fase il processo autoriflessivo della **soggettività** porta l'adolescente a constatare che ci sono parti di sé che l'adulto non può conoscere o comprende solo parzialmente, come la sessualità, generando una nuova forma di solitudine. Da qui nasce il bisogno di vedersi ed essere visto da nuovi occhi, attraverso i pari e le prime esperienze amorose. Questa spinta favorisce il confronto con il futuro e con la vita adulta, facendo emergere i compiti di sviluppo identitari: integrare i diversi aspetti di sé, costruire un proprio disegno di vita e trovare un posizionamento personale nel contesto sociale, relazionale, valoriale e politico.

Quando il genere diviene oggetto di confronto sociale, genera una dinamica inter-gruppi che produce diverse ideologie, il che porta il gruppo ad assumere a sua volta diversi sistemi di credenze, partendo da una visione positiva del proprio gruppo e rinforzandone l'identità sociale. Ogni ideologia regola le dinamiche normative e di potere all'interno dell'in-group, accentuate dal confronto sociale con l'out-group (effetto «pecora nera», giudizio sociale, bullismo, etc.)

A tal proposito ha affrontato il tema dell'**eteronormatività**, un sistema di credenze autoconfermativo sui ruoli di genere che regola aspettative, comportamenti e discriminazioni. Ferrari ha spiegato la maschilità tossica, che ha il suo valore nel non essere sensibile, e la pressione sui ruoli di genere, collegandola al timore di non essere percepiti come “abbastanza” maschi o femmine.

Negli anni '90 emerge l'attenzione al **pensiero Queer**, che nasce come decostruzione delle categorie di potere, permettendo agli adolescenti di esplorare identità anche senza esperienze pratiche dirette.

Ferrari ha osservato che molte ragazze tendono a definirsi bisessuali anche in seguito a semplici esperienze affettive o flirt con un'amica, senza che ciò corrisponda necessariamente a un orientamento sessuale stabile o definito. Il **pensiero woke**, connotato da consapevolezza dei giochi di potere, può degenerare nella cancel culture quando assume forme conflittuali estreme.

Ferrari ha infine introdotto il concetto di **metacrisi**, descrivendo il contesto sociale attuale caratterizzato da crisi ecologica, politica e internazionale, con eventi climatici estremi (il 60% dei giovani sotto i 19 anni riferisce «ecoansia» (UNICEF, 2025). Ci sono tre elementi con cui gli adolescenti di oggi fanno i conti rispetto a quelli di una volta:

- Polarizzazione - vedere tutto in termini estremi (buono/cattivo, vittima/carnefice), che rende difficile il dialogo e lo scambio autentico.
- Virtualizzazione - i significati (idee, identità, sé) prendono il sopravvento sulle esperienze reali, facendo “perdere” la possibilità di fare esperienza diretta.
- Presentizzazione - valorizzazione delle relazioni quotidiane

In un contesto percepito come spaventoso e senza visione del futuro, gli adolescenti faticano a immaginare il proprio mondo e il loro futuro. La paura del domani, amplificata da fenomeni come l'ecoansia, li porta a concentrarsi quasi esclusivamente sul presente. Anche le interazioni quotidiane diventano totalizzanti: “*se fallisco adesso, è finita*”. Questo peso del presente riduce la possibilità di mettersi in gioco e di imparare dagli errori, limitando lo sviluppo di esperienza e resilienza.

Alla fine del workshop, emergono ulteriori indicazioni pratiche per il lavoro clinico con gli adolescenti. Una collega psicoterapeuta osserva l'importanza dell'apertura e dell'esplorazione condivisa: un'adolescente in terapia con lei che desiderava essere chiamata con un nome neutro ha trovato supporto e riconoscimento. Ferrari sottolinea la necessità di creare percorsi di consultazione in cui l'adolescente possa essere visto, accettato, ascoltato, e in cui il terapeuta accompagni l'esplorazione di genere, rispettando tempi, paure e fragilità. Il riconoscimento e la validazione delle emozioni (anche di paure) diventano centrali per stabilire una relazione basata su fiducia, impegno e speranza.

Le persone LGBTQ+ sono sempre esistite, oggi sono solamente più visibili. Il cambiamento sociale richiede apertura e ampliamento della visione, evitando di interpretare queste evoluzioni come “mode” effimere.

Bolzano, 27.10.25